

## ABSTRAK

**Fitri Saadah (1201040063)** : Hubungan Antara *Tafakur* dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Tingkat Akhir (Studi Deskriptif Kuantitatif pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung)

Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi berbagai tantangan dalam penulisan skripsi, seperti kesulitan mencari teori yang sesuai, revisi yang berulang, dan kendala dalam bimbingan, yang dapat menurunkan kualitas hidup mereka. Kondisi psikologis yang tidak stabil akibat tekanan akademik dan sosial berdampak negatif pada kesehatan fisik, termasuk pola makan dan tidur yang buruk. *Tafakur*, yang melibatkan pemikiran mendalam dan refleksi spiritual, dapat membantu mahasiswa mengatasi tekanan ini dengan meningkatkan kesehatan mental dan fisik, serta memperbaiki hubungan sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sikap *Tafakur* dan gambaran Kualitas Hidup pada mahasiswa jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Sunan Gunung Djati angkatan tahun 2020. Serta untuk mengkaji hubungan antara *tafakur* dan kualitas hidup pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Sunan Gunung Djati angkatan tahun 2020. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode analisis korelasi. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa akhir jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Sunan Gunung Djati angkatan tahun 2020. Data dikumpulkan dari jumlah sampel sebanyak 64 mahasiswa melalui kuesioner yang diolah menggunakan aplikasi SPSS versi 26 for windows.

Hasil penelitian menunjukkan gambaran sikap *Tafakur* mahasiswa jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN Sunan Gunung Djati angkatan tahun 2020 berada pada kategori yang tinggi. Artinya mahasiswa sudah menerapkan sikap *Tafakur* dalam kehidupannya. Adapun gambaran dari kualitas hidupnya berada pada tingkat yang tinggi juga. Artinya mahasiswa memiliki kualitas hidup yang baik dalam aspek kesehatan fisik (tinggi), kondisi mental (tinggi), hubungan sosial (tinggi), dan lingkungan (sangat tinggi). Berdasarkan hasil penelitian terdapat pula hubungan yang positif dan signifikan antara *tafakur* dan kualitas hidup, dengan nilai koefisien korelasi 0,546 dan signifikansi 0,000. Artinya, semakin tinggi tingkat *tafakur*, semakin tinggi pula kualitas hidup mahasiswa, dan sebaliknya. *Tafakur* juga berhubungan positif dan signifikan dengan masing-masing domain kualitas hidup, yaitu kesehatan fisik, kondisi mental, hubungan sosial, dan lingkungan. Nilai koefisien korelasi untuk masing-masing domain berada pada rentang 0,40-0,599, yang menunjukkan kekuatan hubungan sedang atau moderat.