

ABSTRAK

Aris Rohmatulloh (1181040017), 2024 : “*MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI MAHASISWA DENGAN TAWAKAL (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang Sedang Menyusun Skripsi)*”.

Mahasiswa yang tengah menyusun skripsi atau proyek akhir seringkali rentan merasakan tekanan. Masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, termasuk mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, meliputi interaksi sosial dengan dosen pembimbing yang tidak harmonis, merasa tertinggal dari teman seangkatan, kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas akhir, serta tekanan dari orang tua yang mengharapkan mereka cepat lulus.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pandangan mahasiswa/i Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang menyusun skripsi mengenai tawakal dan penerimaan diri, serta bagaimana konsep tawakal dapat meningkatkan penerimaan diri selama proses penulisan skripsi.

Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif. Proses penelitian ini dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi bersama mahasiswa/i yang menjadi narasumber. Penelitian ini melibatkan delapan narasumber dari jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang menyusun skripsi. Teknik analisis data pada penelitian ini meliputi mengidentifikasi makna penting dari data yang dikumpulkan, menafsirkan dan mencatat setiap informasi yang diperoleh, serta merangkum inti pemecahan masalah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setiap mahasiswa/i Jurusan Tasawuf Psikoterapi yang sedang menulis skripsi memiliki sudut pandang masing-masing baik dalam definisi tawakal maupun penerimaan diri. Namun, hakikat dan tujuan tawakal tetap sama, yaitu berpasrah diri atas segala urusan kepada Allah SWT tanpa mengurangi usaha dan ikhtiar untuk mendapatkan ridho dari Allah SWT. Selama proses penulisan skripsi, tawakal terbukti dapat meningkatkan penerimaan diri, membantu mahasiswa/i yang sedang menyusun skripsi menghadapi tekanan dengan sikap berserah dan pasrah kepada Allah tetapi tetap berusaha tanpa bersikap pasif.

Tawakal bukanlah satu-satunya cara untuk menghadapi kurangnya penerimaan diri di saat proses pengerjaan skripsi, tetapi banyak hal yang dapat diatasi dengan sikap tawakal. Terlebih lagi, sebagai umat Muslim, tawakal adalah sifat yang seharusnya dimiliki oleh setiap orang, terlepas dari agamanya.

Kata kunci : *Tawakal, Penerimaan Diri, Mahasiswa Tingkat Akhir.*