

ABSTRAK

Faris Fathan. 2020. “Konseling Spiritual Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Skripsi (Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2016)”

Dalam dunia akademik khususnya dunia perkuliahan banyak sekali tantangan-tantangan yang harus dihadapi oleh mahasiswa, seperti pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tantangan menghadapi tugas akhir atau yang biasa dikenal dengan nama skripsi. Dalam menyelesaikan skripsi mengakibatkan gangguan terhadap psikologis baik secara kecil maupun besar pada tiap mahasiswa, dampaknya bisa mengakibatkan cemas hingga stress bahkan bisa mencapai frustrasi, hal tersebut bisa mengganggu dalam kehidupan keseharian dan juga menghambat dalam menyelesaikan skripsi. Disamping itu aspek spiritual berpengaruh bagi kesehatan individu, dibuktikan pada abad 20 ditandai dengan adanya perkembangan ketertarikan terhadap isu-isu spiritual dan keyakinan di Amerika Serikat. Berbagai macam media massa seperti koran, televisi, buku-buku, artikel, berita, *world report*, artikel-artikel memuat pemberitaan tentang isu-isu spiritual dan agama. Maka dari itu konselor harus mempersiapkan konseling yang memerhatikan aspek spiritual sebagai unsur penyembuhan (*healing*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mahasiswa tingkat akhir jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2016 yang mengalami kecemasan dalam menghadapi skripsi, untuk mengetahui bagaimana proses konseling spiritual dalam mengatasi kecemasan menghadapi skripsi mahasiswa tingkat akhir jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2016, dan untuk mengetahui implikasi konseling spiritual pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2016 dalam mengatasi kecemasan menghadapi skripsi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif dengan jenis pendekatan studi kasus. Adapun untuk teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan observasi, wawancara, serta dokumentasi sebagai upaya untuk mengetahui implikasi konseling spiritual dalam mengatasi kecemasan menghadapi skripsi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan positif bahwa konseling spiritual dapat mengurangi dan mengatasi kecemasan menghadapi skripsi. Dibuktikan dengan perubahan yang terjadi seperti dapat memaknai permasalahan yang dihadapi, menjadi lebih tenang, memiliki konsentrasi dan fokus dalam mengerjakan skripsi, dapat mengontrol emosi dan pikiran, dan menambah keyakinan kepada Allah Swt.

Kata kunci: konseling spiritual, kecemasan, skripsi