

**PROBLEMATIKA MANAJEMEN DIRI DAN SOLUSINYA
DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA
MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
(Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Oleh :

Reysa Ari Susanti

1501016016

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2020**

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 1 bendel

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

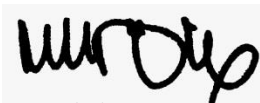
Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara/i :

Nama : Reysa Ari Susanti
NIM : 1501016016
Jurusan : Bimbingan Dan Penyuluhan Islam (BPI)
Judul : Problematika Manajemen Diri dan Solusinya dalam Meneyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 8 Mei 2020
Pembimbing,



Dr. Ali Murtadho, M.Pd
NIP. 19690818199503 1 001

**PENGESAHAN SKRIPSI
PROBLEMATIKA MANAJEMEN DIRI DAN SOLUSINYA DALAM
MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS
DAKWAH DAN KOMUNIKASI (ANALISIS BIMBINGAN DAN
KONSELING ISLAM)**

Di Susun Oleh:
Reysa Ari Susanti
1501016016

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 20 Mei 2020 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat guna
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua/Penguji I



Dr. Ali Murtadho, M.Pd
NIP. 19690818 199503 1 001

Sekretaris/Penguji II



Dra. Maryatul Kibtyah, M.Pd
NIP. 19680113 199403 2 001

Penguji III



Komarudin, M.Ag
NIP. 19680413 200003 1 001

Penguji IV



Yuli Nurkhasanah, S.Ag, M.Hum
NIP. 19710729 199703 2 005

Mengetahui


Pembimbing



Dr. Ali Murtadho, M.Pd
NIP. 19690818 199503 1 001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal, 10 Juli 2020




Dr. Ilyas Supena, M.Ag
NIP. 19720410 200112 1 003

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja keras saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/ tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 8 Mei 2020

Tanda tangan



Reysa Ari Susanti

NIM : 1501016016

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

- 1. Yang tercinta Ibunda Warsiniasih dan Ayahanda Juwari , yang senantiasa selalu memberikan dan mencurahkan cinta kasihnya serta doa tulus yang tiada batas.**
- 2. Kakakku tercinta mas Riyan Hermawan dan adikku tercinta Rima Dian Pramesti yang selalu memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.**
- 3. Semua guru dan dosen yang telah memberikan ilmunya kepada penulis sehingga bisa menjadi orang yang berguna.**
- 4. Sahabat-sahabat penulis yang setia menemani baik suka maupun duka.**

“Hidup ini tidak akan terasa indah tanpa keluarga, saudara, sahabat dan orang-orang yang setia memberikan cinta dan kasihnya kepada kita,

Terima kasih atas motivasinya.”

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, atas segala puji kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Taufiq dan Hidayat serta Inayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Shalawat serta salam semoga senantiasa dilimpahkan kepada baginda Rasul Muhammad SAW, yang telah berhasil membawa ummatnya dari zaman jahiliyyah menuju zaman Islamiyah yang penuh kemuliaan.

Dengan rasa syukur yang dalam, penulis akhirnya bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul : **PROBLEMATIKA MANAJEMEN DIRI DAN SOLUSINYA DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)**. Sebagai persyaratan memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dengan selesainya penyusunan skripsi ini, penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih yang paling dalam kepada :

1. Prof. Dr. Imam Taufiq M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
2. Dr. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang
3. Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I M.S.I Selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, dan Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd selaku Sekretaris jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

5. Dr. Ali Murtadho, M.Pd. Selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan memberi banyak ilmu kepada penulis dalam rangka penyusunan skripsi ini.
6. Semua guru dan dosen yang telah memberikan ilmunya kepada penulis sehingga bisa menjadi orang yang lebih mengerti dan lebih baik dari kemarin.
7. Keluarga besar Komunitas Tari Gandhes Luwes. Mila, Windi, Ikha, Shaumi, Mbak Uswatun, Nindi, Damar, Nadif dan yang lainnya, yang telah menemani mengembangkan hobby dan memberi warna yang indah selama berproses bersama.
8. Segenap pengurus Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) Fakultas Dakwah dan Komunikasi tahun 2016-2018 yang telah menemani berjuang dan berproses bersama.
9. Segenap pengurus dan anggota PMII Rayon Dakwah terkhusus angkatan PERISAI 2015, yang telah menemani berjuang dan berproses bersama.
10. Keluarga besar kelas BPI A 2015, Azmia, Dian, Ratih, Hawin, Royanti, Riyana, dan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu . Mereka semua adalah teman-teman seperjuangan yang menjadikan masa perkuliahan menjadi hidup dan berarti.
11. Sahabat tercinta mas Ahmad Muzaeni, yang selalu menjadi tempat untuk mencurahkan isi hati, selalu memberi semangat , dorongan, serta doa setiap harinya. Tanpa dukungan atau semangat yang diberikan mungkin penulis tidak akan sekuat ini. *You are the best!*
12. Sahabat-sahabat tercinta Navia Ismintari, Siti Ratna, Hanis Berlianawati. Kalian selalu menjadikan tempat untuk mencurahkan isi hati, selalu memberi dukungan , motivasi, do'a dan keceriaan selama masa perkuliahan.
13. Sahabat-sahabat tercinta Risnawati, mbak Naella ,Uswah, Indah, Yeni,. Kalian selalu memberikan dukungan , motivasi, doa dan keceriaan dalam hidup penulis.

14. Dan masih banyak lagi yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, semoga apa yang telah diberikan dapat bermanfaat dan mendapat balasan yang setimpal dari Allah, SWT., aamiin.

Semoga kebaikan dan keikhlasan yang telah mereka curahkan bisa menjadi amal saleh dan mendapat imbalan dari Allah SWT. aamiin

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih ada kesalahan dan kekurangan. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran konstruktif demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca umumnya. aamiin

Semarang, 8 Mei 2020

Penulis,



Reysa Ari Susanti

NIM : 1501016016

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ

Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.

(Ar-ra'du : 11)

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata bahasa Arab yang digunakan dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 158/1987 dan No. 0543 b/U/1987. Tertanggal 22 Januari 1988

Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan Transliterasinya dengan huruf Latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘Ain	‘	koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

ABSTRAK

Penelitian ini disusun oleh REYSA ARI SUSANTI, NIM. 1501016016, yang berjudul “Problematika Manajemen Diri Dan Solusinya Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi (Analisis Bimbingan dan Konseling Islam)”. Mahasiswa memiliki tugas mengerjakan skripsi sebagai salah satu syarat dalam mendapatkan gelar sarjana atau Strata 1. Namun dalam prosesnya mahasiswa memiliki masalah-masalah yang menghambat dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa merasa kesulitan dan banyak mahasiswa yang mengaku setres dalam mengerjakan skripsi. Masalah tersebut salah satunya adalah masalah manajemen diri. Penelitian ini dilaksanakan guna untuk mengetahui Problematika Manajemen Diri yang dialami mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan skripsi, dan untuk mengetahui solusi Bimbingan dan Konseling Islam terhadap manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian ini dipilih dengan Jenis penelitian adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini penulis menggunakan metode wawancara, angket, observasi, dokumentasi yang kemudian dianalisis dengan deskriptif kualitatif. Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi sumber, sedangkan teknik analisis data menggunakan data reduction, data display, conclusion drawing.

Hasil penelitian menemukan bahwa problematika manajemen diri yang dialami mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan skripsi adalah sesuai dengan aspek-aspek manajemen diri menurut Zimmerman dan Maxwell. Yaitu Problematika Metakognisi dan Perilaku, Problematika Kurang mampu dalam pengelolaan waktu, Problematika Kurang motivasi, Problematika Perspektif diri yang didalamnya terdapat permasalahan malu, takut bertemu dosen, tidak percaya diri, serta Problematika Teman Bergaul atau Hubungan Sosial.

Solusi dalam perspektif bimbingan dan Konseling Islam yaitu dengan tahapan-tahapan Bimbingan dan Konseling Islam yang digunakan pembimbing untuk solusi problematika manajemen diri pada mahasiswa yaitu dengan langkah identifikasi masalah, yaitu dengan menentukan problematika yang dialami mahasiswa dengan gejala-gejala yang dialami. kemudian diagnosa yaitu menetapkan masalah yang dihadapi mahasiswa, kemudian prognosa, yaitu menentukan jenis terapi yang akan digunakan sesuai permasalahan mahasiswa, yaitu dengan terapi keagamaan, pendekatan terapi perilaku, terapi psikodinamika. setelah itu adanya Follow up / Evaluasi berkaitan dengan proses yang telah berjalan. Solusi yang ditawarkan dalam Islam adalah dengan kegiatan dakwah yaitu dengan adanya pembimbing, terbimbing, materi dan metodenya. Pembimbing yang dimaksud adalah orang terdekat yang berada disekitar mahasiswa yaitu teman, keluarga, walidosen dan dosen pembimbing, yang pelaksanaannya dikaitkan dengan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling Islam. Dengan materi yang digunakan adalah dengan materi keagamaan dengan terapi keagamaan seperti pembiasaan sholat tepat waktu, dzikir, berdoa, membaca Al-Qur'an. Metode yang digunakan dalam permasalahan tersebut, menggunakan

metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Hasil akhir proses konseling dengan bantuan terapi keagamaan, 86% mahasiswa mengaku mengalami banyak perubahan lebih baik dalam sehari-hari meski secara bertahap.

Keyword: Manajemen Diri, Bimbingan dan Konseling Islam, Skripsi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
MOTTO	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI	x
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
D. Tinjauan Pustaka	10
E. Metode Penelitian	13
F. Sistematika Penulisan	19
BAB II : KERANGKA TEORI	22
A. Manajemen Diri	22
1. Pengertian manajemen diri	22
2. Aspek-aspek manajemen diri	26

3. Karakteristik individu dengan manajemen diri yang baik.....	31
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri	32
5. Manajemen Diri untuk Pembentukan Kebiasaan yang Baik	33
B. Bimbingan dan Konseling Islam	36
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam.....	36
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam.....	37
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam	40
4. Metode dalam Bimbingan dan Konseling Islam	41
5. Tahap-Tahap Bimbingan dan Konseling Islam.....	42
C. Cara Penanganan Islam dalam Masalah Manajemen Diri Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi.....	43
1. Penanganan dalam Terapi Keagamaan.....	43
2. Pendekatan Penanganan yang Intensif dan Multikomponen secara Umum yang Berhasil	45
D. Relevansi Dakwah melalui Bimbingan dan Konseling Islam dengan kemampuan manajemen diri	46
BAB III : GAMBARAN UMUM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI DAN LAPORAN HASIL PENELITIAN.....	51
A. Pofil Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN WALISONGO Semarang	51
B. Penyelesaian Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.....	54
C. Problematikan Manajemen Diri Mahasiswa dalam Fakultas Dakwah dan Komunikasi	57

D. Solusi Problematika Manajemen Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi	66
---	----

**BAB IV : ANALISIS PROBLEMATIKA MANAJEMEN DIRI DAN
SOLUSINYA 72**

A. Analisis Problematika Manajemen Diri Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi	72
B. Analisis Solusi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling	88

BAB V : PENUTUP 108

A. Kesimpulan	108
B. Saran dan Rekomendasi	109
C. Rekomendasi	109
D. Penutup.....	110

DAFTAR PUSTAKA 111

LAMPIRAN-LAMPIRAN 116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia semenjak lahir di dunia ini melekat dengan hak dan kewajiban. Hak yang dibawa semenjak lahir seperti perlindungan terhadap hak-hak yang didapatkan sebagai manusia, adalah hak asasi manusia (HAM). Hak asasi manusia adalah seperangkat hak yang melekat pada hakikat dan keberadaan setiap manusia sebagai makhluk Tuhan Yang Maha Esa dan merupakan anugerah-Nya yang wajib dihormati, dijunjung tinggi, dan dilindungi oleh Negara, Hukum, Pemerintahan, dan setiap orang, demi kehormatan serta perlindungan harkat dan martabat manusia.¹ Artinya, yang dimaksud sebagai hak asasi manusia adalah hak yang melekat pada diri setiap pribadi manusia, tanpa memandang perbedaan ras, suku, warna kulit dan kewarganegaraan. Mereka tetap mendapatkan hak yang sama sebagai manusia dan makhluk Tuhan Yang Maha Esa. Contohnya adalah hak mendapatkan perlindungan, hak untuk memilih, hak untuk memilih agama, dsb. Adanya hak maka tidak bisa dilepaskan dengan kewajiban. Kewajiban menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sesuatu yang dilaksanakan ;diharuskan.²

Kongkritnya ada yang berwajib karena ada yang berhak. Kewajiban dan hak bisa ditinjau sebagai perorangan, kemudian dalam masyarakat serta akhirnya dalam hubungannya dengan Tuhan.³ Jadi sebagai manusia, melekat adanya hak dan kewajiban baik kepada dirinya sendiri, masyarakat, dan Tuhan. Hak dan kewajiban kepada dirinya sendiri? Sebab hanya ada satu, yaitu manusia yang satu (seorang) itu. Secara filsafat memang tidak ada hak dan kewajiban , sebab tidak ada dua pribadi yang berhadapan. Walaupun demikian dalam bahasa Indonesia ada

¹ Lihat Pasal 1 angka 1 UU No. 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia, dan UU No. 26 Tahun 2000 tentang Pengadilan Hak Asasi Manusia.

² <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kewajiban>

³ I.R. Poedjawijatna, *ETIKA Filsafat Tingkah Laku*, Jakarta: RINEKA CIPTA Jakarta, 1990, hlm.121

ungkapan-ungkapan : “tahu diri, sadar diri, berkata kepada dirinya sendiri, mawas diri, bunuh diri”. Dalam ungkapan semuanya itu, subyek yang bertindak dan obyek arah tindakannya sama. Walaupun sama, tetapi subyek seakan-akan keluar serta memandang pribadinya sebagai pribadi lain dan seakan-akan berhadap-hadapan. Walaupun hanya secara psikologis, maka dikatakan bahwa ada wajib dan hak.⁴ Jadi, secara psikologis adalah wajib terhadap diri-pribadi. Wajib terhadap diri sendiri yaitu berkaitan dengan kata hati. Dengan kata lain kata hati merupakan tuntunan, moral melakukan perbuatan, dan tanggung jawab adalah kemauan atau ketersediaan menanggung segala akibat yang dilakukan dirinya sendiri.⁵

Hal tersebut juga berkaitan dengan tanggung jawab manusia sebagai makhluk Allah yang bertanggung jawab terhadap pengembangan potensi yang sudah diberikan Allah. Manusia diharapkan dapat mengembangkan potensinya menuju kearah yang positif seperti menjadi manusia yang lebih baik, lebih berbudaya, serta lebih memanusiaawi.⁶ Sedangkan kewajiban kepada masyarakat adalah menjaga kebersihan lingkungan sekitar, mentaati peraturan masyarakat sekitar, ikut menjaga keamanan dan ketertiban masyarakat, menghormati orang lain dan sebagainya. Adapun hak dari manusia kepada masyarakat adalah hak hidup, hak dilindungi dari aparat negara, hak berpendapat dan lain-lain. Sedangkan kewajiban dan hak manusia kepada Tuhannya. Sesungguhnya kewajiban seorang manusia memiliki jabatan Ilahiyah yaitu “Khalifatullah”.⁷ Manusia dijadikan sebagai khalifah untuk beribadah, menjaga kerusakan dan memakmurkan alam. Segala ini di muka bumi diciptakan oleh Allah SWT untuk manusia untuk mengembangkan potensi yang ada didalamnya, namun dengan aturan yang sudah ditetapkan olehNya.⁸ Segala Tugas dan tanggungjawab itu adalah amanat dari Tuhan Allah yang sangat berat. Bahkan langit, bumi, dan bukit-bukit

⁴ Ibid, hlm. 122

⁵ Siti Hasinah, *Hakikat Manusia Menurut Pandangan Islam dan Barat*, Jurnal Ilmiah Didaktika, Februari 2013 VOL.XIII, No.2 hlm. 306-307

⁶ Ibid, hlm. 297

⁷ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Al-Manar, 2015, hlm.66

⁸ Heru Juabdin Sada, *Manusia dalam Perspektif Agama Islam*, Al-Tadzkiyyah Jurnal Pendidikan Agama Islam, volumen 6 , Februari 2016 , hlm.134

semuanya menolak amanat tersebut karena merasa amanat tersebut sangat berat. Seperti tercantum pada surat Al-Ahzab, 33:72

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا
وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا

*“ Sesungguhnya Kami (Allah) telah menawarkan sebuah amanat kepada langit, bumi, dan gunung-gunung, tetapi semuanya enggan untuk menanggung amanat itu dan merasa khawatir terhadap hal itu; sedangkan manusia bersedia menanggungnya, padahal bahwasanya ia cenderung bersikap aniaya dan bodoh”.*⁹

Tugas dan kewajiban seorang manusia ada dua. Yaitu Uluhiyah, yaitu yang berhubungan dengan Tuhannya. Manusia akan berlaku baik apabila dihatinya selalu merasa ada tanggung jawab kepada Tuhannya, dan apabila manusia melakukan hal-hal yang menyimpang dari norma itu disebabkan karena manusia tersebut telah meninggalkan nilai-nilai religius yang berdasarkan hubungan tanggung jawab antara manusia dengan Tuhannya.¹⁰ Dan Rububiyah, yaitu yang berhubungan dengan makhluknya.¹¹ Tugas dan kewajiban Rububiyah salah satunya adalah memimpin dirinya sendiri, mendidik dirinya, menyembuhkan dan mencari solusi bagi dirinya sendiri serta melakukan pengawasan.¹² Hal ini menunjukkan bahwa tugas dan tanggungjawab manusia salah satunya adalah mengatur dirinya sendiri atau manajemen diri.

Mahasiswa sebagai peserta didik, mahasiswa mengemban tiga tugas utama atau kewajiban yang disebut dengan tri darma perguruan tinggi dan tri etika kampus. Sebagai mahasiswa kegiatan tri darma tersebut dijabarkan pada

⁹ Al-Qur'an, surat Al-Ahzab 33: 72

¹⁰ *Islamic Management*, hlm. 110

¹¹ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Op. Cit., Konseling dan Psikoterapi Islam*, hlm. 72

¹² *Ibid*, hlm. 72

kurikulum pendidikan yang harus ditempuh selama jenjang pendidikan S1.¹³ Sedangkan tri etika kampus berdasarkan SK Rektor IAIN Walisongo Semarang Nomor 13 tahun 1994 tanggal 20 Juli 1994 diputuskan Tri Etika kampus¹⁴ sebagai suatu arah dan pedoman moral yang harus diemban mahasiswa untuk mencapai tujuan pendidikan yang baik dan benar, serta bertujuan untuk menjadikan mahasiswa untuk mampu menempatkan diri dan dapat bermanfaat untuk bangsa dan negara. Tri etika kampus ini berisi etika diniyah, etika ilmiah dan etika ukhuwah.¹⁵

Mahasiswa merupakan orang yang sedang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi. Mahasiswa memang memiliki keunikan tersendiri dibandingkan dengan siswa sekolah setingkat SD, SMP, maupun SMA. Serta memiliki tempat tertinggi di jenjang pendidikan. Sistem pembelajaranpun berbeda sehingga menjadi salah satu faktor pendukung keunikan tersebut. Lama waktu pembelajaranpun tidak sepadat sekolah-sekolah formal biasa, cukup dengan 3 hingga 4 jam perhari.¹⁶ Pada jenjang pendidikan ini , menemui istilah-istilah seperti IPK, SKS, skripsi, dosen dan sebagainya. Salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana untuk mahasiswa S1 adalah menyelesaikan skripsi. Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis berdasarkan hasil penelitian dengan bimbingan dosen yang ditunjuk dalam rangka penyelesaian program sarjana Strata 1 (S1).¹⁷ Penulisan skripsi bertujuan untuk

¹³ Anila Umriana, *"Laporan Penelitian Individual Studi Amalisis Faktr-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang"*, Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017, hlm.3

¹⁴ Rupi'i Amri, 2012, "Tri Etika Kampus", dalam <https://www.scribd.com/doc/102386059/Tri-Etika-Kampus-lain-Walisongo>, diakses pada 6 Februari 2020, pkl 11.51

¹⁵ FSH UIN, 2013 "Tri Etika Kampus Harus Jadi Pedoman" dalam <http://fsh.walisongo.ac.id/tri-etika-kampus-harus-jadi-pedoman/> diakses pada 6 Februari 2020 , pkl 11.00

¹⁶ Hanum Jazimah, *"Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam"*, dalam Jurnal Mudarrisa: Jurnal Kajian Pendidikan Islam, vol 6 No.2, Desember 2014, hlm.223

¹⁷ Anila Umriana, *"Laporan Penelitian Individual Studi Amalisis Faktr-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang"*, Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017, hlm.2

memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa dalam menyelesaikan masalah ilmiah dengan cara melakukan penelitian sendiri, menganalisa dan menarik kesimpulan, serta menyusunnya menjadi bentuk karya ilmiah.¹⁸

Hasil observasi menunjukkan bahwa mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi berada pada kondisi tidak terikat jadwal sebagaimana proses perkuliahan. Rutinitas mahasiswa yang biasanya dijadwalkan oleh civitas akademik mulai dari kuliah, mengumpulkan tugas hingga ujian tengah dan akhir semester, menjadi tidak berlaku pada penyelesaian tugas skripsi. Akibatnya, dalam kondisi tersebut mereka harus mengatur dan mengelola sendiri jadwal kegiatan dalam penulisan skripsi.¹⁹ Pada jenjang pendidikan ini, mahasiswa harus bisa mengatur diri sebagai bentuk dari tanggung jawab. Karena manajemen diri berangkat daripada satu ide penting yaitu tanggung jawab dan kemampuan belajar.²⁰ Manajemen diri menempatkan segala sesuatu secara teratur dalam hidup, dalam penggunaan waktu, pilihan, kepentingan, kegiatan, serta dalam keseimbangan fisik dan mental.²¹ Jika seorang manusia dapat menahan hawa nafsunya demi sebuah tujuan yang ingin dicapai maka ia dapat dikatakan manusia yang dapat memenejemen diri.

Sedangkan, Kondisi manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dibuktikan dengan 40 sampel mahasiswa angkatan 2016 sampai 2013 (mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir studi). Tujuan pengambilan sampel (sampling) adalah untuk memperoleh gambaran deskriptif tentang karakteristik unit observasi yang termasuk di dalam sampel, dan untuk memperkirakan parameter populasi.²² Hasil angket yang disebar oleh peneliti membuktikan bahwa mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi mengalami hambatan yang besar dengan rasa malas dan takut untuk bertemu dengan

¹⁸ Anila Umriana, hlm.2

¹⁹ Galih Ratna Palupi, dkk, Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi, *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*, hlm.4

²⁰ Titi Mirawati Asim, "Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa" dalam *Journal od EST*, Volume 2 nomor 2 Agustus 2016, hlm. 107

²¹ Hanum Jazimah, Op.Cit, hlm. 221

²² Nina Nurdiani, "Teknik Sampling Snowball dalam Penelitian Lapangan" , *Jurnal ComTech Vol No.2 Desember 2014*, hlm. 1112

dosen. Sebanyak 35 dari 40 mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi mengalami rasa malas dalam mengerjakan tugas akhir studi. 15 diantaranya mengalami malas dikarenakan dosen pembimbing yang susah ditemui atau sulit untuk dimengerti keinginannya. Alasan lain dari mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi terhambat dalam proses pengerjaan tugas akhir yaitu 15 diantaranya kurang bisa dalam membagi waktu dikarenakan ada pekerjaan diluar, 10 diantaranya merasa lingkungan pertemanan yang kurang adanya sifat kompetitif dan bahkan sering mengajak bermain games ataupun mengajak melakukan hal yang kurang bermanfaat sehingga menjadikan menunda dalam proses pengerjaan tugas akhir studi.

Penelitian lain yang dilaksanakan oleh Anila Umriana, hasil dari angket yang disebar sebanyak 29 angket dan 26 diantaranya menyatakan bahwa rasa malas, kurang motivasi menjadi suatu kendala dalam penyelesaian skripsi.²³ Sebanyak 43 mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang diwisuda pada bulan Juli 2017, sebanyak 34 mahasiswa menyelesaikan skripsi lebih dari 1 tahun, padahal standar pengerjaan skripsi dari pengajuan judul sampai ujian munaqosah adalah 6 bulan.

Terkait dengan dua perbandingan penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan Anila Umriana adalah mahasiswa yang telah lulus dan mengalami hambatan dalam proses pengerjaan skripsi sedangkan peneliti melakukan observasi kepada mahasiswa yang sedang proses penyelesaian tugas skripsi namun keduanya mengalami hambatan yang sama yaitu tidak bisa menghindari rasa malas serta kurangnya motivasi untuk menyelesaikan tugas skripsi. Hal tersebut menjadi bukti bahwa kondisi mahasiswa saat ini masih mengalami problematika pada manajemen diri, dikarenakan mahasiswa tidak bisa mengatur dirinya untuk melawan hawa nafsu berupa malas. Kurang baiknya mahasiswa dalam melaksanakan manajemen diri menjadi sebuah permasalahan dakwah, dimana dakwah bertujuan untuk mengajak atau merubah suatu

²³ Anila Umriana, "*Laporan Penelitian Individual Studi Analisis Faktir-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang*", Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017, hlm.66

mahluk untuk menjadi manusia lebih baik lagi dan berada pada jalan dan Ridha Allah sesuai dengan syariat Islam . Bahkan dalam surat Al-Araf ayat 179 menunjukkan bahwa manusia dapat dikatakan seperti binatang apabila manusia tersebut tidak menggunakan akal, kalbu, jiwa, raga serta panca indra secara maksimal.

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ
الْغَافِلُونَ

“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.”

Diriwayatkan juga pada suatu ketika Nabi Muhammad membuat satu garis lurus, lalu disebelah kiri dan kanan garis tersebut dibuat pula beberapa garis. Kemudian sambil menunjuk pada garis lurus yang ditengah tadi, beliau bersabda :” inilah jalan Allah!” dan kepada garis-garis yang berada di kiri kanannya, beliau bersabda:” inilah jalan-jalan syetan, dimana ia berada pada tiap persimpangannya, mengajak manusia agar melaluinya”. Hal tersebut memberikan pelajaran bahwa sebagai manusia khususnya disini mahasiswa harus dapat mengontrol diri masing-masing agar tidak masuk dalam bujukan syetan dan menjadikan kita lalai dengan tujuan kita.²⁴

²⁴ Takhrudin, “Pribadi-Pribadi Yang Berpengaruh”, Bandung: Al-Ma’rif, 1991, hlm.146

Manajemen diri juga sangat berkaitan dengan agama, yaitu Pertama, agama mungkin membantu orang untuk membentuk niat yang tepat yang kemudian diaplikasikan ke dalam sebuah tindakan yang efektif (juga dikenal sebagai efisiensi kemauan). Kedua, agama mungkin memperlancar pengaturan peraturan. Dengan mengingat agama ataupun Allah maka manusia cenderung untuk melakukan segala kegiatan dengan sesuai aturan Allah dan mementingkan ridha Allah. Ketiga, agama mungkin membantu orang mendamaikan pengalaman baru dengan apa yang telah terjadi sebelumnya, dengan demikian membantu menciptakan dan melestarikan makna dalam hidup.²⁵ Hal-hal yang telah disebutkan juga termasuk dalam fungsi-fungsi dari bimbingan dan konseling Islam . Hal tersebut juga bersamaan dengan angket yang dibagikan kepada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi bahwa 38 dari 40 mahasiswa mengatakan bahwa apabila kondisi keagamaan atau kondisi keimanan sedang baik maka kemampuan manajemen diri seakan meningkat dan menjadi mahasiswa semakin bersemangat dan bangkit untuk segera menyelesaikan tugas akhir studi.²⁶

Dalam firman Allah SWT pun sudah menjelaskan bahwa kita sebagai manusia harus mampu mengatur diri dengan baik, seperti yang terdapat dalam surat al-Hasyr ayat 18 dibawah ini :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا

تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwakhlah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk

²⁵Michael E. McCullough and Evan C. Carter, *“Religion, Self-Control, And Self Regulation; How And Why Are They Relate?”* CHAPTER 6

²⁶ Hasil angket mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi angkatan 2013-2016

hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”

Dari ayat tersebut kita bisa melihat bahwa Allah pun menyuruh kita untuk mengatur diri selalu memperhatikan perilaku-perilaku atau pekerjaan yang kita lakukan. Standar dan tujuan ditetapkan oleh diri mahasiswa sendiri, dan cara mahasiswa memonitor dan mengevaluasi proses-proses kognitif dan perilaku diri sendiri, dan konsekuensi-konsekuensi yang ditentukan sendiri untuk setiap kesuksesan dan kegagalan semuanya merupakan aspek-aspek pengendalian diri (manajemen diri).²⁷

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana problematika manajemen diri mahasiswa Fakultas dakwah dan komunikasi dalam menyelesaikan skripsi?
2. Bagaimana solusi Bimbingan dan Konseling Islam terhadap manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui problematika manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan skripsi
2. Untuk mengetahui bagaimana solusi Bimbingan dan Konseling Islam terhadap manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Adapun manfaat yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis Penelitian

²⁷ Hanum Jazimah, Op. Cit., hlm. 232

Penelitian ini diharapkan bisa memberi kontribusi dalam pengembangan keilmuan program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam , terutama tentang mengetahui manajemen diri dari mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam proses penyusunan tugas akhir studi mahasiswa dengan analisis Bimbingan konseling Islam .

2. Manfaat Praktis Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberi masukan atau kontribusi bagi fakultas Dakwah dan Komunikašin mengenai kendala maupun hambatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir studi dan dapat menjadi pelajaran bagi mahasiswa agar dapat mengelola dirinya sendiri agar mampu menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu.

D. Tinjauan Pustaka

Sebelum melaksanakan penelitian, terlebih dahulu penulis telah melakukan beberapa tinjauan. Dari penelusuran yang telah dilaksanakan, beberapa hasil penelitian yang terkait diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Jurnal penelitian yang berjudul “Penguatan Pendidikan Karakter Siswa melalui manajemen Bimbingan dan Konseling Islam ”, yang di tulis oleh Rohmatun Lukluk Isnaini tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk membangun karakter siswa untuk berkehidupan bermasyarakat dengan peradaban bangsa. Untuk mencapai tujuan tersebut , perlu dibentuk sub sistem. Bidang bimbingan dan konseling Islam masuk pada sistem pemberi bantuan/ pembinaan siswa. Penguatan pendidikan karakter dapat diwujudkan melalui manajemen bimbingan dan konseling Islam . Sistem manajemen bimbingan dan konseling Islam merencanakan bagaimana menggerakkan sumber daya manusia dengan keseimbangan tujuan, kejujuran dalam melaksanakan proses konseling, efisien , disiplin dalam menggunakan waktu dan kesempatan serta melakukan suatu hal secara sungguh-sungguh dengan cara yang baik dan benar serta diniati dengan

beribadah kepada Allah. Tentu manajemen konseling Islam mengacu pada syariat Islam.²⁸

2. Jurnal penelitian yang berjudul “Pelatihan Manajemen Diri dengan Pendekatan Choice Theory untuk Menurunkan Kecenderungan Merokok pada Remaja” yang ditulis oleh Lely Ika Mariyati pada tahun 2014. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh manajemen diri dengan pendekatan choice theory terhadap kecenderungan merokok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental dengan randomize pretest posttest group design. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kecenderungan perilaku merokok mendapatkan perlakuan pelatihan manajemen diri dengan pendekatan choice theory dengan yang tidak perlakuan pelatihan manajemen diri dengan pendekatan choice theory dengan melakukan kontrol terhadap kecenderungan perilaku merokok sebelum perilaku.²⁹
3. Skripsi yang berjudul “Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam i (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)” yang ditulis oleh Reza Firmansyah pada tahun 2014. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan faktor penyebab dan gejala-gejala kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi, sejak dari menyusun proposal penelitian sampai dengan pelaksanaan ujian munaqosah, serta solusi secara perspektif bimbingan dan konseling Islam yang efektif dan efisien terhadap mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir studi. Hasil penelitian menerangkan bahwa kecemasan yang terjadi pada mahasiswa digolongkan menjadi 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa kesulitan dalam metodologi penelitian, rasa malas, malu. Sedangkan faktor eksternal adalah proses pengajuan proposal, kesulitan dalam bimbingan, tekanan lingkungan biaya pembuatan skripsi, organisasi dan kesibukan dalam bekerja. Sedangkan solusi yang bisa diupayakan ada 2 solusi yaitu solusi internal dan solusi eksternal.

²⁸Rohmatun Lukluk Isnaini, “Penguatan Pendidikan Karakter Siswa melalui manajemen Bimbingan dan Konseling Islam” Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, volume 1, nomer 1, 2016

²⁹Lely Ika Mariyati, “Pelatihan Manajemen Diri dengan Pendekatan Choice Theory untuk Menurunkan Kecenderungan Merokok pada Remaja

Solusi internal dalam mengurangi kecemasan yaitu dengan terapy keagamaan dan terapi relaksasi. Sedangkan solusi eksternal berupa bantuan dari teman, wali dosen dan bantuan dari sekitar.³⁰

4. Skripsi yang berjudul “Model Bimbingan dan Konseling Manajemen Diri (Bkmd) untuk Meningkatkan Kompetensi dan Efikasi Diri dalam Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas” yang di tulis oleh M. Jumarin tahun 2012. penelitian ini bertujuan untuk membentuk kompetensi dan efikasi diri dalam belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persoalan belajar pada siswa adalah siswa tidak tahan lama dalam belajar dan baru belajar menjelang ujian (Fauzan, 1992), siswa SMA di Jawa Barat kurang mampu mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas sekolah, mengabaikan tugas (Suherman, 2007), 54,4% mahasiswa UPI mengalami kejenuhan belajar tingkat tinggi. Upaya mengoptimalkan layanan Model Bimbingan dan Konseling Manajemen Diri (Bkmd) untuk meningkatkan kompetensi belajar, efikasi diri dalam belajar dilakukan melalui berbagai cara. Penelitian ini menekankan pada pengembangan model yang terkait dengan strategi layanan, yaitu kemungkinan model BK yang efektif untuk meningkatkan kompetensi belajar, efikasi diri belajar dan prestasi belajar siswa. Situasi dan kondisi belajar yang kompleks dan terus berubah, memerlukan model BK yang efektif. Model BK yang digunakan hendaknya dapat memfasilitasi perubahan perilaku yang permanen dan dapat di transfer untuk menghadapi persoalan hidup lainnya³¹.
5. Jurnal penelitian yang berjudul “Mahasiswa Mengalami Academic Anxiety Terhadap Skripsi? Berikan Konseling cognitive Behavior Therapy dengan Musik” yang ditulis oleh Dominikus David Biond Situmorang pada tahun 2017. Penelitian ini bertujuan untuk mengubah kecemasa-kecemasan pada mahasiswa seperti malukan prokrastinasi, menghindari dosen pembimbing bahkan terkadang melakukan hal non-produktif bentuk pengalihan kecemasan. Dan

³⁰Reza Firmasnyah, “Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Islami (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)”, Semarang: IAIN Walisongo Semarang, 2014

³¹ M. Jumarin, *Model Bimbingan dan Konseling Manajemen Diri (Bkmd) untuk Meningkatkan Kompetensi dan Efikasi Diri dalam Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas*”, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2012

untuk mengubah kecemasan tersebut agar lebih adaptif dengan dilakukan dengan teknik yang lebih modern yaitu melalui musik. Berdasarkan pendekatan Cognitive Behavior Therapi (CBT), *academic anxiety* yang dialami oleh mahasiswa merupakan distorsi kognitif yang disebabkan oleh *core belief* yang maladaptif. Dalam penerapannya, konseling Cognitive Behavior Therapi (CBT) menggunakan teknik melalui musik ini terdiri dari dua yaitu *pasive* dan *active music therapy*. Cognitive Behavior Therapi (CBT) memandang *academic anxiety* sebagai suatu masalah dan melaksanakan teknik integratif melalui musik, agar dikemudian hari para konseling CBT dengan musik secara tepat, dalam upaya membantu para mahasiswa terbebas dari *academic anxiety* terhadap skripsi.³²

Berdasarkan tinjauan pustaka yang dilakukan penulis, ternyata belum ditemukan judul yang serupa dengan judul “Kemampuan Manajemen Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi Mahasiswa (Analisis Bimbingan Dan Konseling Islam)” yang di angkat dalam penelitian ini, terutama fokus akan kemampuan manajemen diri mahasiswa fakultas dakwah dan komunikasi dalam menyelesaikan tugas akhir studi mahasiswa dengan analisis Bimbingan dan Konseling Islam . Penelitian ini merupakan penelitian baru dalam kajian keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam .

E. Metode Penelitian

a. Jenis dan Pendekatan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di awal, maka untuk mengetahui serta memahami konsep penelitian ini, maka jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif, dengan pendekatan bimbingan dan konseling islam. Sedangkan spesifikasi penelitian adalah *kualitatif dekriptif*. Penelitian kualitatif menurut Lexy J. Moleong adalah suatu penelitian ilmiah yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara alamiah dengan

³²Dominikus David Biond Situmorang “Mahasiswa Mengalami *Academic Anxiety Terhadap Skripsi? Berikan Konseling cognitive Behavior Therapy dengan Musik*”, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-rahmah volume 3, nomor 2, tahun 2017

mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara peneliti dengan fenomena yang diteliti.³³ Penelitian kualitatif deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, menganalisis dan mengimpretasikan.

Dengan tujuan untuk mengetahui gambaran bagaimana kondisi manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Jenis penelitian kualitatif ini diperdalam dengan model penelitian lapangan yang mana penulis berangkat ke lapangan untuk mengadakan pengamatan suatu fenomena dalam suatu keadaan ilmiah.³⁴

b. Sumber dan jenis data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder.³⁵ Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subyek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subyek sebagai sumber informasi yang dicari. Data sekunder adalah data yang tidak langsung diperoleh peneliti dari obyek lain.

1. Sumber primer

Sumber primer adalah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari objek penelitian sebagai sumber informasi yang dicari. Data primer juga disebut sebagai data asli.. Sumber data primer dari penelitian ini adalah wawancara dan penyebaran angket kepada mahasiswa fakultas dakwah dan komunikasi angkatan 2013-2016 yang sedang menyelesaikan tugas akhir studi.

2. Sumber sekunder

Sumber sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain yang tidak langsung diperoleh peneliti atau sebagai pendukung data primer. Data

³³ Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif, ilmu-ilmu sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm. 9.

³⁴ Lexy J. Moleoang, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010), hlm., 6.

³⁵ Saifuddin Azwar, *"Metode Penelitian"* Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 1998, hlm.91

sekunder didapatkan secara tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data.³⁶ Sumber sekunder dalam penelitian ini meliputi hasil observasi pada saat pengajuan judul, ujian komprehensif dan ujian munaqosah, data yang diperoleh dari fakultas dakwah dan komunikasi serta berbagai literatur lain seperti buku, jurnal, dan lain lain.

c. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan langkah strategis yang digunakan dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data. Berdasarkan jenis penelitiannya, pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini antara lain :

a) Wawancara

Wawancara merupakan sebuah percakapan antara dua orang atau lebih, yang pertanyaanya diajukan oleh peneliti kepada subjek atau sekelompok subjek peneliti untuk dijawab.³⁷ Dalam hal ini ditujukan kepada mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi yang sedang menyelesaikan tugas akhir studi. Penelitian ini, bentuk wawancara yang digunakan adalah bentuk wawancara semi terstruktur. Bentuk wawancara semi terstruktur dipilih atas pertimbangan agar peneliti dapat fleksibel dalam melaksanakan wawancara namun masih dalam kontrol.³⁸ Wawancara dilakukan kepada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu angkatan 2013 sampai dengan 2016. Teknik ini dilakukan untuk mengetahui problem seperti apa yang mereka rasakan dalam menyelesaikan skripsi serta solusi yang diambil dalam permasalahan tersebut.

³⁶ Sugiyono, *Metode Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, hlm.335

³⁷ Ibid, hlm. 130

³⁸ Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm. 123.

b) Angket

Angket digunakan untuk mendapatkan gambaran umum tentang problematika manajemen diri yang menjadi kendala bagi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Angket yang digunakan merupakan angket semi terbuka, yaitu angket yang jawabannya merupakan gabungan antara angket terbuka dan tertutup. Angket jenis ini menyediakan jawaban dan memberikan ruang untuk jawaban tambahan.

c) Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang paling lazim dipakai dalam penelitian kualitatif.³⁹ Observasi adalah teknik pengumpulan data berupa pengamatan menggunakan alat indra (terutama mata) atas kejadian-kejadian yang langsung dapat ditangkap pada waktu kejadian itu berlangsung.⁴⁰ Dalam hal ini peneliti memperhatikan dan mengamati langsung mahasiswa-mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi bagaimana perilaku, bagaimana menjalankan tugas akhir studi, bagaimana cara mengatur waktu dan sebagainya. Observasi ini juga dilakukan pada saat pengajuan judul, ujian komprehensif, dan ujian munaqosah.

d) Dokumentasi

Dokumentasi, adalah teknik pengumpulan data yang sumber datanya mengambil dari perpustakaan atau tempat-tempat penyimpanan dokumen.⁴¹ Metode ini peneliti gunakan untuk memperoleh profil-profil UIN Walisongo Semarang khususnya Fakultas Dakwah dan Komunikasi serta digunakan untuk mengetahui sistem dan prosedur penulisan skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikai UIN Walisongo Semarang.

³⁹ Sudarwan Danim, *Menjadi Peneliti Kualitatif*, Bandung; Pustaka Setia Bandung, 2002, hlm. 122

⁴⁰ Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Andi, 2010), hlm. 61.

⁴¹ Koentjaraningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Gramedia, 1993), hlm. 66.

d. Teknik Keabsahan Data

Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data memanfaatkan sesuatu lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data. Triangulasi menurut Gunawan dalam bukunya Denzim, membedakan empat macam triangulasi yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode, triangulasi peneliti dan triangulasi teoritik.

Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah hanya triangulasi sumber dengan alasan peneliti tidak menggunakan triangulasi metode, peneliti dan teoritik adalah karena triangulasi sumber merupakan triangulasi yang lebih mudah dalam penerapannya.

Triangulasi sumber berarti membandingkan dan mengecek kembali derajat kepercayaan suatu informasi diperoleh melalui waktu dan alat berbeda dalam penelitian kualitatif. Hal ini dapat dicapai dengan jalan: membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara; membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan dikatakannya secara pribadi; membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu; membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan menengah atau tinggi dan orang pemerintah; membandingkan hasil dan wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.⁴²

e. Teknik analisis data

Analisis data merupakan proses penggambaran dan penyusunan transkrip wawancara serta materi lain yang terkumpul.⁴³ Maksudnya adalah agar peneliti dapat menyempurnakan pemahaman terhadap data tersebut untuk kemudian menyajikannya kepada orang lain dengan lebih jelas tentang apa yang telah

⁴² Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hal. 330-331

⁴³ Sudarwan Danim, *Menjadi Peneliti Kualitatif, Op.Cit.*, hlm. 209

ditemukan atau didapatkan dari hasil wawancara, observasi dan sebagainya. Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Analisis kualitatif deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik bidang-bidang tertentu, secara faktual dan cermat dengan menggambarkan keadaan struktur fenomena.⁴⁴ Analisis data disini menyusun atur kembali secara sistematis hasil dari wawancara, observasi, dokumentasi serta angket untuk dikaji. Penelitian ini berfokus tentang yang dikaji dan menjadi temuan baru, mengklarifikasi dan menyajikan kepada orang lain untuk meningkatkan pemahaman.⁴⁵

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun atur secara sistematis catatan dari temuan penelitian melalui observasi, wawancara serta dokumentasi untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang fokus yang dikaji dan menjadikannya sebagai temuan untuk orang lain, mengedit, mengklarifikasi, mereduksi dan menyajikannya.⁴⁶

Dalam penelitian ini, model analisis data yang digunakan adalah dengan model Miles *and* Huberman, yang komponen kerjanya meliputi:⁴⁷

- a. *Data reduction* (reduksi data), yaitu tahapan mengumpulkan data, merangkum data dengan memfokuskan pada hal-hal yang berhubungan dengan wilayah penelitian, mencari pola pokoknya dan menghapus data-data yang tidak berhubungan dengan penelitian.⁴⁸ Data yang dibutuhkan di lapangan jumlahnya banyak sehingga harus rinci dan teliti. Sehingga perlu cepat dilaksanakan analisis data melalui reduksi data. Sehingga data yang telah ditetapkan meliputi penerapan pedoman penyusunan skripsi,

⁴⁴ Arikunto, 1998, hlm. 245

⁴⁵ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan bimbingan Konseling*, (Jakarta: Grafindo Persada, 2012), hlm. 141.

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, hlm. 246-252.

⁴⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, hlm. 246-252.

problematika penyelesaian skripsi serta bagaimana solusinya dari mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

- b. *Data display* (display data), data-data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk uraian-uraian singkat bentuk tabel atau *flowchart* serta melaksanakan analisa data. Penelitian kualitatif sering berbentuk teks naratif. Mendisplay data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang terjadi berdasarkan apa yang telah difahami peneliti.
- c. *Conclusion drawing* (membuat kesimpulan), yaitu tahapan penarikan kesimpulan terhadap data yang telah diuraikan yang disajikan dalam bentuk pernyataan atau kalimat yang dapat mewakili hasil penelitian tersebut. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pembumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang kredibel.

F. Sistematika Penulisan

Dalam membahas permasalahan yang menjadi topik skripsi ini, peneliti berusaha menyusun kerangka penelitian secara sistematis agar pembahasan lebih terarah dan mudah dipahami, serta uraian yang disajikan mampu menjawab permasalahan yang sudah dirumuskan sehingga tercapai tujuan-tujuan yang diharapkan. Penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab. Sebelum bab pertama, penulisanawali dengan sampul, lembar pengesahan, pernyataan, abstraksi, kata pengantar dan daftar isi.

Bab pertama, pendahuluan meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan metode penelitian.

Bab kedua, kerangka teoretik berisi masalah yang berkaitan dengan data yang hendak dikumpulkan meliputi satu, tentang manajemen diri: Pengertian

manajemen diri, Aspek-aspek manajemen diri, Karakteristik Individu dengan manajemen diri yang baik, Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri, serta Manajemen diri untuk membentuk kebiasaan yang baik. Kedua, tentang bimbingan dan konseling islam yang membahas pengertian bimbingan dan konseling islam, tujuan bimbingan dan konseling islami, fungsi bimbingan dan konseling islam. Ketiga, tentang konsep skripsi: pengertian skripsi, sistem pengelolaan dan prosedur penulisan skripsi serta faktor-faktor yang mempengaruhi penyelesaian skripsi. Serta yang terakhir yaitu Relevansi Dakwah melalui Bimbingan dan Konseling Islam dengan kemampuan Manajemen diri.

Bab ketiga, berisi laporan hasil penelitian. Hal-hal yang akan dibahas pertama, gambaran umum Fakultas Dakwah dan Komunikasi diantaranya visi dan misi, tujuan, profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi, struktur organisasi, kedudukan skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, penulisan skripsi. Kedua, Problematika manajemen diri yang dihadapi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam mengerjakan skripsi

Bab keempat, dalam bab ini penulis berusaha menganalisa bab tiga, setelah dideskripsikan data kemudian data tersebut diolah sehingga menghasilkan suatu kesimpulan yang diharapkan, yang meliputi: satu, permasalahan manajemen diri mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan tugas akhir studi mahasiswa. Kedua, bagaimana solusi bimbingan dan Konseling islam untuk manajemen diri mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan tugas akhir studi.

Bab lima, adalah mengungkapkan kesimpulan dari seluruh bahasan sebelumnya, yang juga sekaligus merupakan jawaban dari pokok-pokok permasalahan yang dikemukakan, berawal kesimpulan ini dikemukakan saran-saran dan penutup sebagai akhir dari penulisan skripsi ini.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Manajemen Diri

1. Pengertian Manajemen Diri

Secara etimologis, kata manajemen berasal dari bahasa Inggris “Management”, yang berarti “ketatalaksanaan, tata pimpinan, dan pengelolaan”. Artinya manajemen adalah sebagai suatu proses yang diterapkan oleh individu atau kelompok dalam upaya-upaya koordinasi untuk mencapai suatu tujuan.⁴⁹ Dalam bahasa Arab, istilah manajemen diartikan sebagai “An Tanzim”, yang merupakan suatu tempat untuk menyimpan segala sesuatu dan penempatan segala sesuatu pada tempatnya.⁵⁰ Jadi, manajemen yang dimaksud adalah segala sesuatu yang diterapkan dan diatur sesuai dengan penempatannya untuk mencapai apa yang kita inginkan (sasaran).

Gie (1995: 187) mendefinisikan manajemen diri berarti segenap langkah dan tindakan mengatur, mengelola diri. Selain itu, manajemen diri juga berarti mengatur semua unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.⁵¹ Jadi manajemen diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mengacu pada bagaimana seorang mahasiswa mengatur berbagai aktivitas dari kehidupan pribadi dengan tidak melupakan tugas akhir studi sebagai tujuan dan kewajiban yang harus dicapai dan diselesaikan.

⁴⁹ Wahidin Saputra, *Pengantar Ilmu Dakwah*, Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2011, hlm.283

⁵⁰ Ibid, hlm. 284

⁵¹ Hanum Jazimah, *Op.Cit.*, hlm. 228

Manajemen diri juga berangkat dari suatu ide penting yaitu tanggung jawab dan kemampuan belajar.⁵² Tanggungjawab disini yaitu untuk mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Kewajiban seorang manusia menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaki yang dapat di implemetasikan oleh seorang mahasiswa yaitu ada dua. Yaitu Uluhiyah dan Rububiyah. *Uluhiyah* adalah yang berhubungan dengan Tuhannya. Maka manusia akan berlaku baik apabila dihatinya selalu merasa ada tanggung jawab kepada Tuhannya, dan apabila manusia melakukan hal-hal yang menyimpang dari norma itu disebabkan karena manusia tersebut telah meninggalkan nila-nilai religius yang berdasarkan hubungan tanggung jawab antara manusia dengan Tuhannya.⁵³

Segala tindakan dan kegiatan manusia hendaknya dilandasi dengan motivasi untuk memperoleh keridaan Allah,⁵⁴ dan mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Sehingga aplikasinya dalam melakukan suatu tindakan dan kegiatan tidak dengan menghalalkan segala cara, serta melakukan suatu tindakan dengan baik karena merasa mempunyai tanggung jawab kepada Tuhannya. Dan *Rububiyah*, yaitu yang berhubungan dengan makhluknya.⁵⁵ Tugas dan kewajiban Rububiyah salah adalah memimpin, mendidik, menyembuhkan dan mencari solusi bagi dirinya dan keluarga, lingkungan alam dari problema dalam kehidupan agar dapat saling mendatangkan manfaat, serta melakukan pengawasan , penjagaan dari penyimpangan yang terjadi pada ekosistem kehidupan antara manusia, alam dan lingkungannya.⁵⁶ Hal ini menunjukkan bahwa tugas dan tanggungjawab manusia salah satunya adalah manajemen diri. Karena manajemen diri merupakan istilah yang umum dipakai untuk menggambarkan kemampuan individu dalam mencapai tujuan (goal).

⁵² Titi Mirawati Asim, Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Mahasiswa, *Journal of EST*, Volume 2 Nomor 2 Agustus 2016, hlm. 107

⁵³ Veithzal Rival Zainal, dkk. *Islamic Management, Meraih Sukses Melalui Praktik Manajemen Gaya Rasulullah secara istiqomah*, hlm. 110

⁵⁴ Veithzal Rival Zainal, dkk. *Islamic Management* hlm.113

⁵⁵ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Op. Cit., Konseling Dan Psikoterapi Islam*, hlm. 72

⁵⁶ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaki hlm. 72

Dalam kajian psikologi, istilah yang tepat menggambarkan manajemen diri adalah *self regulation* atau pengaturan diri adalah konsep yang dikemukakan oleh Albert Bandura untuk mendiskripsikan bahwa manusia dapat berfikir dan mengatur tingkah lakunya sendiri.⁵⁷ Albert Bandura adalah orang yang pertama kali mempublikasikan teori belajar sosial pada awal 1960-an⁵⁸. Pada perkembangannya kemudian diganti namanya menjadi teori kognitif sosial pada 1986 dalam bukunya berjudul *Social Foundation of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*.⁵⁹ Konsep tentang manajemen diri ini menyatakan bahwa individu tidak dapat secara efektif beradaptasi terhadap lingkungannya selama mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya.⁶⁰

Menurut Schunk dan Ertmer (1999) , manajemen diri atau self regulation merupakan proses yang berputar. Gambaran proses berputar ini dilukiskan oleh Zimmerman⁶¹ dengan tiga tahap model pengelolaan. Pertama, forethought phase (pemikiran sebelumnya), yaitu performansi aktual yang mendahului dan berkenaan dengan proses pengumpulan langkah untuk suatu berkenaan dengan proses pengumpulan langkah untuk suatu tindakan, kedua, performance (volitional) control phase, yaitu mencakup proses yang terjadi sebelum belajar yang mempengaruhi perhatian dan perilaku. Ketiga, selama self reflection phase terjadi setelah performansi individu merespons pada usahanya. Teori ini memfokuskan perhatian pada mengapa dan bagaimana individu berinisiatif dan mengontrol terhadap segala perilaku mereka sendiri.⁶²

⁵⁷ Hanum Jazimah, "Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam", dalam Jurnal Mudarrisa: Jurnal Kajian Pendidikan Islam, vol 6 No.2, Desember 2014, hlm.227

⁵⁸ M. Nur Ghufon, dkk *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.57-58

⁵⁹ Brown dalam M. Nur Ghufon, dkk *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.57-58

⁶⁰ M. Nur Ghufon, hlm. 58

⁶¹ Schunk dan P.A Ertmer, *Self Regulation Processes During Computer Skill Acquisition: Goal and Self Evaluative Influences,* dalam M. Nur Ghufon, dkk *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.58

⁶² M. Nur Ghufon, hlm. 58-59

Manajemen diri berangkat daripada satu ide penting yaitu tanggung jawab dan kemampuan belajar.⁶³ Sehingga mahasiswa harus bisa mengatur dirinya sendiri atau memajemen dirinya sendiri dalam melaksanakan tanggungjawab sebagai mahasiswa, yaitu menyelesaikan tugas akhir studi mahasiswa sebagai tujuan yang dicita-citakan sebagai seorang mahasiswa mendapatkan gelar sarjana. Kurang mampu mahasiswa dalam memenejemen dirinya sendiri karena tidak seimbangya antara nafsu, akal dan hati. Interaksi antara nafsu, akal dan hati yaitu yang menentukan kualitas nilai diri manusia.⁶⁴ Diri yang seimbang (*nafs al muthmainnah*) maka hanya akan memenuhi kebutuhan yang sesuai fitrah dan dihalalkan oleh Allah. Lain halnya dengan diri yang serakah (*nafs al lawwamah*) dan liar (*nafs al amarah*) yang selalu terdorong untuk memenuhi keinginan yang kurang baik dan dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain. Keseimbangan kebutuhan tersebut akan sangat bergantung kepada lemah kuatnya dorongan nafsu dan kualitas pengendalian yang diperani oleh akal dan hati. Demikian Allah telah menciptakan manusia sebagai makhluk yang paling sempurna, yang terdiri dari berbagai unsur yang terorganisir dengan rapi yang mencerminkan suatu sistem manajemen yang baik.⁶⁵

حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا, وَتَزَيِّنُوا لِلْعَرَضِ الْأَكْبَرِ

“Koreksi diri kalian sebelum kalian dihisab dan berhiaslah (dengan amal shalih) untuk pagelaran agung (pada hari kiamat kelak)” [HR. Tirmidzi]

⁶³ Titi Mirawati Asim, “Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa” dalam Journal od EST, Volume 2 nomor 2 Agustus 2016, hlm. 107

⁶⁴ Islamic management, hlm. 112

⁶⁵ Islamic management, hlm. 112-113

2. Aspek-Aspek Manajemen Diri

Menurut Zimmerman (1989) aspek-aspek manajemen diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam proses belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku.

1) Metakognitif

Matlin (1989) metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognisi atau pikiran tentang berpikir. Hal ini adalah proses penting karena pengetahuan akan kognisi dapat membimbing, mengatur dirinya akan hal yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kedepan. Schank mengatakan bahwa pengetahuan kognisi meliputi perencanaan, pemantauan (pemantauan), dan perbaikan perilaku. Zimmerman dan Pons (1988) mengatakan bahwa hasil dari metakognisi yang baik adalah seseorang melakukan manajemen diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri dan menginstruksi diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya.⁶⁶

2) Motivasi

Motivasi adalah keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong keinginan individu untuk melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai suatu tujuan.⁶⁷ Motivasi akan mewujudkan suatu perilaku yang diarahkan pada tujuan mencapai sasaran/ target kepuasan.⁶⁸

Menurut Maslow, motivasi individu dipengaruhi juga oleh kebutuhan individu. Maslow mengemukakan adanya lima tingkatan kebutuhan dasar manusia, yaitu yang paling mendasar adalah kebutuhan fisiologis, dilanjutkan dengan kebutuhan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan sosial, kebutuhan penghargaan, dan tingkatan yang paling tinggi adalah kebutuhan aktualisasi diri. pemenuhan kebutuhan individu tersebut

⁶⁶ Nur Ghufon, *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: ARRUIZ MEDIA, hlm.59

⁶⁷ M. Nur Ghufon, dkk *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.61

⁶⁸ M. Nur Ghufon,, hlm. 60

berbeda satu dengan lainnya. Hal ini dipengaruhi oleh banyaknya hal baik lingkungan fisik maupun lingkungan non fisiknya.⁶⁹

Berpijak dari teori Maslow tersebut, maka muncul motivasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi tersebut juga sangat dimungkinkan berkaitan dengan posisi kebutuhan masing-masing. Apabila secara fisiologis, kebutuhan mendasarnya belum terpenuhi, maka kebutuhan di atasnya belum menjadi prioritas utama.⁷⁰

3) Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas tersebut, maka individu harus seimbang dalam memilih, menyusun, menciptakan lingkungan sosial dan fisik yang kuat.⁷¹

Sedangkan Maxwell (Prijaksono, 2001) mengemukakan aspek manajemen diri yaitu⁷² :

1) Pengelolaan waktu

Pengelolaan waktu merupakan hal utama dalam manajemen diri. Seperti halnya kehidupan yang harus di kelola dan dikendalikan, waktu juga harus dikelola dan dikendalikan dengan sebaik-baiknya agar dapat mencapai sasaran dan tujuan dalam kehidupan dan pekerjaan secara efektif dan efisien. Pengelolaan waktu sangat berkaitan dengan sikap disiplin. Disiplin adalah kunci sukses dan keberhasilan. Apabila kita mendengar kata disiplin maka yang terbayang adalah usaha untuk menyekat, mengawal dan menahan. Padahal disiplin bermakna melatih, mendidik dan mengatur atau hidup teratur.⁷³ Artinya kata kedisiplinan itu tidak terkandung makna

⁶⁹ Anila Umriana, hlm. 110

⁷⁰ Anila Umriana, hlm. 110

⁷¹ M. Nur Ghufron, , hlm.59-61

⁷² Hakam Satria, *Hubungan Antar Manajemen Diri dengan Motivasi Berwirausaha Siswa SMK*, Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012, hlm.9

⁷³ Titi Miawati Asim, Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Mahasiswa, *Journal of EST*, Volume 2 Nomor 2 Agustus 2016, hlm. 106

menahan, tetapi juga latihan. Untuk itu kedisiplinan sangat diperlukan dalam usaha meningkatkan prestasi.

Kebanyakan orang-orang sukses tidak ada diantara mereka yang tidak disiplin. Sikap disiplin yang baik adalah terciptanya aktivitas yang mampu mengatur diri kepada terciptanya pribadi dan potensi sosial berdasar pengalaman-pengalamannya sendiri. Sikap disiplin harus mampu dimiliki oleh setiap mahasiswa dalam hal meningkatkan serta mengembangkan kemampuan yang dimilikinya. sikap disiplin dapat terlatih dan dilatih. Melatih yaitu mahasiswa sendiri yang berusaha untuk meningkatkan kedisiplinan dengan mencari literatur atau bertanya kepada orang lain. Sedangkan dilatih yaitu meminta bantuan kepada seseorang yang berkompeten dalam bidangnya untuk dibimbing dalam meningkatkan sikap disiplin.⁷⁴

Berikut permasalahan yang dihadapi pada ketidak disiplin atau pemanfaatan atau pengisian waktu luang :

- a) Kurang memiliki ketrampilan yang dapat digunakan untuk mengisi waktu luang
- b) Gagal untuk mengisi waktu luang dengan usaha yang menghasilkan
- c) Tidak ada teman untuk sama-sama mengembangkan bakat/minat
- d) Tidak tahu cara memanfaatkan waktu luang yang baik dan berguna
- e) Kurang memiliki fasilitas yang memadai untuk mengembangkan.⁷⁵

2) Hubungan antar manusia

Hubungan antar manusia adalah suatu pilar utama dalam manajemen diri. Karena individu selalu berhubungan dengan orang lain dalam hampir semua aspek kehidupan. Hubungan personal yang erat dapat dapat menjadi sumber kekuatan dan pembaruan yang terus menerus. Efektif tidaknya hubungan seseorang dengan orang lain sangat mempengaruhi pencapaian hal-hal terbaik dalam kehidupan, dan dalam mengembangkan kehidupan yang lebih bermakna baik itu ditempat kerja atau dalam kehidupan tinggal.

⁷⁴ Hakam Satria, Op.Cit, hlm.9

⁷⁵ Farid Hasyim., Op.Cit,hlm. 137-138

Cara berhubungan dengan orang lain merupakan kunci sukses utama kesuksesan. Dalam hidup seseorang membutuhkan teman, sahabat, kekasih, rekan kerja, maupun mitra bisnis, juga membutuhkan orang yang dapat diajak berbagai keceriaan, kesedihan, kekuatan, kegagalan, dan keberhasilan. Interaksi ini menyentuh dan membangun seseorang pada tingkat kehidupan yang terdalam.⁷⁶

3) Perspektif diri

Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Individu yang dapat melihat dan menilai dirinya sama dengan apa yang dilihat dan dipikirkan oleh orang lain pada dirinya berarti individu tersebut jujur dan nyata dalam menilai dirinya sehingga individu tersebut memiliki penerimaan diri yang lebih luas yang pada akhirnya akan mempermudah individu dalam manajemen diri, tetapi jika individu tidak dapat melihat dirinya seperti yang dilihat oleh orang lain secara jujur dan sesuai kenyataan maka akan mengarah pada suatu kebohongan pada diri sendiri dan individu tersebut akan menciptakan cermin diri yang semu sehingga individu tidak dapat menerima kenyataan dirinya.⁷⁷

Perspektif diri memiliki kesamaan dengan konsep diri. Konsep diri terbentuk dari interaksi dengan orang lain, yang berarti bahwa pendapat orang lain tentang dirinya akan mempengaruhi penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Akhirnya, konsep diri ideal adalah apa yang diharapkan individu dari dirinya sendiri. Cita-cita konsep diri ini adalah harapan individu tentangnya berdasarkan pada standar ideal yang dianut. dalam penelitian oleh Ali Murtadho , dkk yang menggunakan sampel 342 mahasiswa UIN Walisongo Semarang ,mengatakan bahwa 12,7 % konsep diri berpengaruh terhadap efektivitas komunikasi interpersonal. Komunikasi

⁷⁶Hakam Satria, hlm.9

⁷⁷ Hakam Satria, hlm.9

interpersonal yang baik maka akan membentuk individu dengan konsep diri yang baik yaitu selalu percaya pada dirinya sendiri dan selalu positif.⁷⁸

Berdasarkan teori tersebut dapat dipahami bahwa mahasiswa yang memiliki sikap positif dalam tugas akademiknya akan memiliki peluang untuk menyelesaikan skripsi dengan baik, dan sebaliknya sikap negative akan menjadikan mahasiswa mengalami kendala dalam penyelesaian skripsinya. Konsep diri dapat diukur menggunakan skala konsep diri yang dikembangkan dari teori Rogers (dalam Rosidi, 2010) yang mencakup tiga aspek, yaitu: 1) Konsep diri pribadi adalah cara individu mengevaluasi diri mereka dalam hal fisik dan perilaku. 2) Konsep diri sosial, yang merupakan prasangka orang lain terhadap individu. 3) konsep diri Ideal, yang merupakan apa yang diharapkan individu dari dirinya sendiri.⁷⁹

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek manajemen diri terdapat tiga aspek yang terdiri dari pengelolaan waktu, hubungan antar manusia, serta perspektif diri. Dan pendapat lain aspek-aspek manajemen diri yaitu metakognisi, yaitu kemampuan berfikir bagaimana merencanakan, mengorganisasi. Dan mengukur diri dalam beraktivitas. motivasi yaitu dorongan keinginan yang digunakan untuk menjaga diri atas rasa kecil hati dan semangat untuk mencapai target serta perilaku yaitu bagaimana individu menyeleksi, menyusun dan memanfaatkan lingkungan sekitar untuk menunjang aktivitas.⁸⁰

3. Karakteristik Individu dengan Manajemen Diri Baik

Macan (1990) yang menyatakan bahwa orang yang memiliki kemampuan manajemen diri dapat mengatur dan mengorganisasikan waktu dengan teratur. Sehingga akan mampu menyelesaikan tugas pekerjaan dan

⁷⁸ Ali Murtadho, dkk, Self Concept, Self Efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student, *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* , Vol 4, No.1 , 2009, hlm.67

⁷⁹ Ali Murtadho,, hlm.67

⁸⁰ Hakam Satria, hlm.9

dapat mengambil keputusan dengan tepat. Individu yang mampu manajemen dirinya akan mampu menentukan prioritas, mana yang akan dikerjakan terlebih dahulu. Keterkaitan manajemen diri dengan mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir maka ia akan dapat menentukan prioritasnya dan selesai tepat waktu. Karena ia akan menciptakan suatu realitas yang sesuai dengan target dan cita-citanya.⁸¹

Menurut Ormrod (2009;54) dalam sebuah jurnal ada beberapa karakteristik siswa yang memiliki kemampuan manajemen diri yang baik:

- a. Menetapkan Standar Dan Tujuan Yang Ditetapkan
Menunjukkan adanya standar dan tujuan tertentu yang dianggap bernilai dan yang menjadi arah dan sasaran perilaku.
- b. Pengaturan Emosi
Proses selalu memeriksa atau secara sengaja mengubah perasaan yang mungkin mengarah pada perilaku yang non produktif
- c. Melakukan Instruksi Diri
Instruksi yang seseorang berikan kepada dirinya sendiri sambil melakukan suatu perilaku yang kompleks
- d. Melakukan Self-Monitoring
Menunjukkan kemampuan individu dalam mengamati dan mencatat perilaku sendiri
- e. Melakukan Evaluasi Diri
Merupakan penilaian terhadap performa atau perilaku sendiri
- f. Membuat Kontingensi yang Ditetapkan Sendiri
Menunjukkan adanya penguatan dan hukuman yang ditetapkan sendiri yang menyertai perilaku.⁸²

Pendapat lain yang menunjukkan karakteristik individu dengan manajemen diri yang baik, yaitu individu dapat memprioritaskan hal yang menjadi cita-cita dan tujuannya, menahan emosi atau hawa nafsu untuk melakukan hal-hal yang tidak produktif dan sebagainya.

⁸¹Macan, TH, Time management; test of process model. *Journal pf Applied Psychology*, 1990, hlm. 381

⁸²Hanum Jazimah, Op.Cit., hlm. 234

4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Manajemen Diri

Menurut Zimmerman dan Pons (1990), ada tiga faktor yang mempengaruhi manajemen diri. berikut ini adalah ketiga faktor tersebut :

1) Individu (diri)

Faktor individu ini meliputi hal-hal dibawah ini :

- a. Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam melakukan pengelolaan diri
- b. Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan pengelolaan diri dalam diri individu.
- c. Tujuan yang ingin dicapai , semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan pengelolaan diri.⁸³

2) Perilaku

Perilaku mengacu kepada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan pengelolaan dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan pengelolaan dari diri individu. Bandura (1986) menyatakan dalam perilaku ini, ada tiga tahap yang berkaitan dengan manajemen diri atau self regulation , diantaranya :

a. Self abservation

Self abservation berkaitan dengan respons individu, yaitu tahap individu melihat kedalam dirinya dan perilaku. Perilaku manusia bervariasi tergantung dari pengamatan yang dilakukan oleh individu itu sendiri. Disini, setiap individu memiliki sudut pandang yang berbeda-beda dari individu yang lainnya.⁸⁴

b. Self judgment

⁸³ M. Nur Ghufon, Op.Cit , hlm.62

⁸⁴ Hanum Jazimah,, hlm. 235

Self judgment merupakan tahap individu membandingkan performansi dan standar yang telah dilakukan dengan standar atau tujuan yang sudah dibuat dengan ditetapkan individu. Melalui upaya membandingkan performansi dengan standar atau tujuan yang telah dibuat dan ditetapkan, individu dapat melakukan evaluasi atas performansi yang telah dilakukan dengan mengetahui letah kelemahan atau kekurangan performansinya.

c. Self reaction

Self reaction merupakan tahap yang mencakup proses individu dalam menyesuaikan dan rencana untuk mencapai tujuan dan standar yang telah dibuat dan ditetapkan.

3) Lingkungan

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.⁸⁵

Sedangkan faktor yang mempengaruhi manajemen diri menurut Hanum Jazimah,⁸⁶ faktor yang mempengaruhi regulasi diri seseorang yaitu dari faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal mempengaruhi manajemen diri setidaknya dalam dua cara Feist & Feist dalam sebuah jurnal (2010): memberikan individu suatu standar untuk mengevaluasi perilaku kita. Seperti, faktor lingkungan yang mempengaruhi standar individual untuk mengevaluasi performa diri. mempengaruhi manajemen diri dengan menyediakan cara untuk mendapatkan penguatan. Misalnya, dukungan dari lingkungan untuk memberikan penguatan terhadap hasil kerja seseorang.⁸⁷

Lebih jauh, menurut Bandura dalam sebuah jurnal menyatakan bahwa terdapat tiga faktor internal dalam manajemen diri, yaitu self observations, dan judgemental process, self reaction yang sudah dijelaskan diatas. Penilaian yang dilakukan oleh individu itu sendiri, didasarkan oleh standar pesonal individu.

⁸⁵ M. Nur Ghufon , hlm.62-63

⁸⁶ Hanum Jazimah,, hlm. 235

⁸⁷ Hanum Jazimah,, hlm. 235

Apabila seseorang menaruh nilai yang tinggi dalam pencapaian tujuannya, maka individu akan melakukan banyak usaha tertentu untuk mencapai tujuan atau kesuksesannya.⁸⁸

5. Manajemen Diri untuk Pembentukan Kebiasaan yang Baik

Salah satu fungsi dari bimbingan konseling Islam adalah Fungsi Pemeliharaan, yaitu untuk membantu individu supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. Fungsi ini memfasilitasi agar individu terhindar dari kondisi-kondisi yang akan menyebabkan penurunan produktivitas diri, dan diharapkan dari fungsi bimbingan konseling ini dapat mengatur diri dan memelihara situasi yang kondusif pada dirinya. Kemampuan dalam mengatur diri ini sangat diperlukan oleh seorang mahasiswa untuk dapat mencapai tujuannya. Manajemen diri sebagai mahasiswa juga dapat mencerminkan kepribadiannya.⁸⁹

Kepribadian menurut Atkinson,⁹⁰ merupakan segala bentuk pola pikiran, emosi, dan perilaku yang berbeda dan merupakan karakteristik yang menentukan gaya personal individu dan mempengaruhi interaksi dengan lingkungan. Bagaimana cara seorang mahasiswa dapat mengembangkan pola pikir, emosi dan perilakunya untuk menjadi lebih baik dan dapat mencapai tujuannya ; sebagai mahasiswa. Manajemen diri menurut Gie bagi mahasiswa mencakup 4 bentuk perbuatan berikut: pendorongan diri (*Self-motivation*), penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*) dan pengembangan diri (*self development*).

a) *Self motivation* atau dorongan diri yaitu suatu dorongan psikologis yang berasal dari diri sendiri yang merangsang mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan. Motivasi kuat yang harus ada pada mahasiswa

⁸⁸ Hanum Jazimah,, hlm. 235-236

⁸⁹ Farid Hasyim dkk, Op.Cit., hlm. 61-62

⁹⁰ Wening Wihartati, *Pemahaman Individu (Paradigma Psikologi dan Agama)*, Semarang: CV.Karya Abadi Jaya, 2015, hlm.4

misalnya seperti perbanyak membaca, hasrat ingin maju. Jika pendorongan diri sudah kuat maka seseorang akan melakukan dengan sepenuh hati.

- b) *Self organization* atau bisa disebut penyusunan diri adalah pengaturan terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, dan semua sumber daya lainnya. Pada pokoknya penyusunan diri atau pengorganisasian diri adalah merencanakan, mengatur, dan mengurus segala hal dalam diri sendiri atau menyangkut diri pribadi dapat berlangsung secara tertib, lancar, dan mudah.
- c) *Self control* atau pengontrolan diri. Pengontrolan diri amatlah diperlukan sebagai mahasiswa. Penting agar selalu mengetahui dan menyadari segala kekurangan dan kesalahan pribadi. Maka dengan mengetahui kekurangan diri serta kesalahan-kesalahan yang pernah diperbuat dapatlah kita memperbaikinya, memenuhi segala kekurangan dan membenarkan apa yang salah. Pengendalian diri tersebut adalah perbuatan membina tekad untuk mendisiplin kemauan, memacu semangat, mengikis keseganan, dan mengarahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan.⁹¹ Segala perencanaan yang sudah dibuat diawal akan percuma jika seseorang tidak dapat mengendalikan tekadnya sampai mengerahkan energinya untuk mencapai tujuan.
- d) *Self development* atau pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pendorongan diri, penyusunan diri, dan pengendalian diri hendaknya terutama ditujukan untuk membentuk dan mengembangkan berbagai kebiasaan yang baik pada mahasiswa. Konsep diri berperan dalam membentuk perilaku bagi siswa, karena konsep diri membantu siswa untuk menyetel pikiran mereka, menghadapi masalah, dan menafsirkan pengalaman yang telah mereka dapatkan.⁹²

⁹¹ Hanum Jazimah, Op.Cit., hlm. 231

⁹² Hanum Jazimah,, hlm. 228-231

B. Bimbingan dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut Anas Salahudin, bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang dirinya sendiri dengan lingkungan, memilih, menentukan dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dirinya dan tuntutan lingkungan berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁹³

Pengertian bimbingan konseling Islam menurut Hamdan Bakran Adzaki, yaitu suatu landasan berpijak yang benar tentang bagaimana proses konseling dapat berlangsung baik dan menghasilkan perubahan-perubahan kearah positif pada klien tentang bagaimana cara paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan wahyu (Al-Qur'an) dan paradigma kenabian (As-Sunah)⁹⁴ artinya bimbingan dan konseling Islam mengharapakan terjadinya perubahan kearah lebih baik yang sesuai dengan Al-Qur'an dan hadist.

Menurut Hellen (dalam Purnomo, 2009:33) konseling Islami adalah merupakan suatu usaha membantu individu menanggulangi penyimpangan perkembangan fitrah beragama yang dimilikinya, sehingga kembali menyadari peranannya sebagai khalifah di muka bumi dan berfungsi untuk menyembah kepada Allah SWT sehingga akhirnya tercipta kembali hubungan baik dengan Allah, dengan manusia dan dengan alam.

H.M. Asrifin menambahkan bimbingan dan konseling Islam ialah layanan yang mengemban tugas pokok memberikan jalan hidup seorang anak bimbing yang tekanan utamanya merubah sikap dan mental anak didik ke arah beriman dan bertakwa kepada Allah serta mampu mengamalkan

⁹³ Anas Salahudin, *Bimbingan & Konseling*. Bandung: Pustaka Setia, 2010, hlm.15

⁹⁴ Hamdan Bakran Adzaki, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Al-Manar, 2015, hlm.190

ajaran agama Islam . Sudah jelas disebutkan bahwa layanan utamanya adalah pada perubahan sikap kearah beriman dan bertakwa kepada Allah dan mampu mengamalkan ajaran agama Islam agar mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat, oleh karena itu dasar dari Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) adalah pada *religiusitas* ajaran Islam yang berlandaskan pada Al Quran dan Hadist.⁹⁵

Bimbingan dan Konseling Islam menurut pra ahli tersebut adalah suatu pemberian bantuan kepada individu atau orang lain berupa nasihat untuk memperbaiki dirinya menjadi lebih baik sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan menyadarkan penyimpangan untuk kembali pada fitrahnya bahwa manusia diciptakan untuk menyembah Allah serta memiliki tanggung jawab yang besar kepada Allah sebagai khalifah di muka bumi, sehingga segala sesuatu yang akan dilaksanakan selalu mementingkan ridha Allah.

2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam menurut Hamdani Bakran Adzaki, adalah :

- a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan , kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah);
- b. Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan, dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial sekitarnya;
- c. Untuk menghasilkan kecerdasan emosi pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan,tolong-menolong dan rasa kasih sayang;

⁹⁵H.M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden Terayon Press, 1997), hlm. 25.

- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujian-Nya;
- e. Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.⁹⁶

Salah satu tujuan dari konseling tercantum dalam surat Ar-Ra'du ayat 11 yaitu:

لَهُ مَعْقَبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا

بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ

دُونِهِ مِنْ وَالٍ

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran. Di muka dan dibelakangnya. Mereka menjaga atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada perlindungan bagi mereka sendiri”

⁹⁶Hamdan Bakran Adzaki, Op.Cit., hlm. 221

Menurut Farid Hasyim, tujuan bimbingan dan konseling yang terjadi dengan aspek akademik (belajar) adalah⁹⁷ :

- a. Memiliki kesadaran tentang potensi diri dalam aspek belajar, dan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialami;
- b. Memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang positif, seperti kebiasaan membaca buku, disiplin dalam belajar;
- c. Memiliki motif yang tinggi untuk belajar sepanjang hidup;
- d. Memiliki ketrampilan atau teknik yang efektif. Seperti keterampilan mencatat, mempersiapkan diri menghadapi ujian, membagi waktu belajar dengan baik;
- e. Memiliki keterampilan atau menetapkan tujuan dan perencanaan . seperti membuat jadwal kegiatan, mengerjakan tugas-tugas, memantapkan diri dalam memperdalam ilmu, dan berusaha memperoleh informasi tentang berbagai hal dalam rangka mengembangkan wawasan yang lebih luas;
- f. Memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian;

Pengembangan diri dalam konsep Islam , merupakan sikap dan perilaku yang sangat diistimewakan. Manusia yang mampu mengoptimalkan potensi dirinya, sehingga menjadi pakar dalam disiplin ilmu pengetahuan dijadikan kedudukan yang mulia di sisi Allah Swt.⁹⁸ Diperkuat oleh Firman Allah yang terkandung dalam Al-Qur'an surat Al-Mujadalah (58;11) berikut :

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

⁹⁷ Farid Hasyim dkk, *Bimbingan & Konseling Religius*" Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2010, hlm. 69

⁹⁸ Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Islam*, Jakarta:PT RajaGrafindo Persada, 2015, hlm. 9

... niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Depag RI, 2004:793)

Dari tujuan-tujuan yang bimbingan dan konseling Islam menurut ahli, dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah suatu bantuan untuk adanya perubahan ke arah yang lebih baik dengan menekankan kepada ketulusan beribadah kepada Allah serta tujuan bimbingan dan konseling Islam untuk aspek akademik yaitu untuk memiliki kesadaran tentang potensi diri untuk mengembangkan kualitas belajar menjadi lebih baik.

3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi konseling digolongkan pada tiga fungsi, yaitu :

- a. Remedial atau rehabilitatif
Peranan remedial berfokus pada penyesuaian diri, menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional
- b. Fungsi Educatif/ Pengembangan
Fungsi ini berfokus pada masalah: (a). Membantu meningkatkan ketrampilan-ketrampilan dalam kehidupan; (b). Mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup; (c). Membantu meningkatkan kemampuan menghadapi tradisi dalam kehidupan; (d). Keperluan jangka pendek, konseling membantu individu-individu menjelaskan nilai-nilai, menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan sebagainya.
- c. Fungsi Preventif (Pencegahan)
Fungsi ini membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif meliputi pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk

mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.⁹⁹

Fungsi-fungsi tersebut sangat efektif diterapkan pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menangani masalah manajemen diri, dimana fungsi tersebut berupaya membantu mahasiswa untuk menyembuhkan perilaku-perilaku penundaan tugas, malas, kurang percaya diri dan sebagainya, Serta membantu mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan diri seperti mengendalikan rasa takut, mengendalikan rasa stress dan sebagainya, serta fungsi pencegahan dimana fungsi tersebut berupaya mahasiswa dapat mengembangkan strategi dan mencegah hal-hal yang menghambat dalam proses pengerjaan skripsi sehingga tidak menurunkan produktivitasnya dalam mengerjakan skripsi.

4. Metode dalam Bimbingan dan Konseling Islam

- a) Metode langsung, metode ini dibagi menjadi dua yaitu:
 - 1) Metode individual, dilakukan secara *face to face* dengan masalah manajemen diri yang dialami mahasiswa. Seperti yang dilaksanakan oleh orangtua, wali dosen atau dosen pembimbing. Memberi bimbingan dengan ceramah, nasihat, atau tanya jawab secara langsung untuk membantu mahasiswa menemukan solusi manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi.
 - 2) Metode kelompok, metode ini dilakukan oleh teman dalam berdiskusi. Kegiatan diskusi antar teman bisa dikatakan bimbingan teman sebaya (*Peer Guidance*), terjadinya interaksi dan muncul dinamika kelompok. Pengalaman individu dari hasil interaksi dengan orang lain dan lingkungan yang lebih luas akan menyebabkan perubahan positif pada diri individu dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Kegiatan diskusi tersebut juga menimbulkan saling percaya untuk

⁹⁹Hamdan Bakran Adzaki, Op.Cit., hlm. 217

mengungkapkan pendapat, ide-ide dan pengalaman baru yang memperkuat keyakinan pada diri seseorang bahwa ia mampu

b) Metode tidak langsung

Metode ini dilakukan dengan cara memberikan tauladan-auladan yang baik berkaitan dengan manajemen diri yang baik. Seperti disiplin dalam sholat tepat waktu, semangat dalam menghadapi segala rintangan, semangat dan penuh motivasi dalam mengerjakan skripsi dan sebagainya.

5. Tahap-Tahap Bimbingan dan Konseling Islam

Lima tahapan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling, menurut E.G. Williamson yang dikutip Ihsanudin (2013: 22) oleh yaitu:

1) Identifikasi masalah

Langkah digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada mahasiswa. Serta menghubungkan dan merangkum data. Ini berarti bahwa dalam langkah identifikasi masalah seorang pembimbing atau konselor mengorganisasi dan merangkum data sehingga tampak dengan jelas gejala atau keluhan-keluhan mahasiswa, serta hal-hal yang melatarbelakangi masalah mahasiswa.

2) Diagnosis

yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi mahasiswa beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini, kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan melakukan observasi dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Setelah data terkumpul, ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

3) Prognosis

langkah untuk menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan pembimbing untuk mahasiswa. Langkah prognosis ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis.

4) Treatment/Terapi

yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosis. Pelaksanaan ini tentunya memerlukan banyak waktu, proses yang kontinu, dan sistematis, serta memerlukan pengamatan yang cermat.

5) Follow-up (tindak lanjut)

yaitu dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh manakah terapi yang dilakukan dan telah mencapai hasilnya.

Beberapa uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam mengatasi permasalahan manajemen diri pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi maka pembimbing harus bisa menetapkan langkah-langkah yang tepat kepada mahasiswa agar mahasiswa bisa mengatasi permasalahan manajemen dirinya dan bisa semangat dalam menyelesaikan skripsi dan tidak mudah menyerah atau putus asa.

C. Cara Penanganan Islam dalam Masalah Manajemen Diri

Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi

Mahasiswa memiliki tugas menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana, namun dalam prosesnya mahasiswa mengalami banyak hambatan dan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi. Salah satu masalah dalam menyelesaikan skripsi adalah masalah manajemen diri seperti kurang percaya diri, malas, kemampuan metakognitif, hubungan sosial, kurang mampu dalam mengelola waktu dan sebagainya.

Adapun beberapa penanganan dalam masalah manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi :

1. Penanganan dengan Terapi Keagamaan

Terapi Keagamaan ini dapat berupa kegiatan ritual keagamaan seperti sholat, berdoa, dzikir, pujian-pujian kepada Allah atau

taubat,ceramah keagamaan atau membaca Al-Qur'an dsb.¹⁰⁰ Hal-hal tersebut mengandung unsur religi yang dapat membangkitkan harapan, dan percaya diri serta keimanan yang bertambah pada diri seseorang yang sedang mengalami kesusahan.

a) Sholat

Sholat dilaksanakan karena menjadi kewajiban bagi umat Islam dan sebagai tiang agama, dimana sholat wajib ini dilakukan dengan 5 kali sehari. Hal ini dilaksanakan dengan bentuk pembelajaran dan pembiasaan. Pembiasaan untuk selalu sholat tepat waktu, baik sholat wajib atau sholat sunnah. Sholat tepat waktu sangat baik dalam melatih kedisiplinan mahasiswa untuk tidak menunda-nunda tugas dan dapat mememanajamen diri dengan lebih baik lagi. Disebutkan keutamaan sholat terdapat pada QS. Al-Ankabut:45 :

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ

“Dan sesungguhnya shalat itu mencegah perbuatan keji dan mungkar. (QS. Al-Ankabut 45)

Maka lebih baik jika mahasiswa mulai untuk melakukan sholat wajib atau sunah dengan tepat waktu agar melatih manajemen diri yang baik.

b) Taubat

Keutamaan taubat yaitu bahwa Allah SWT Maha Pengasih, Maha Penyayang serta Maha Pengampun terhadap dosan dan kesalahan-kesalahan manusia. Sehingga mahasiswa tidak selalu terpuruk dan merasa sendiri dalam menyelesaikan skripsi karena Allah akan mengampuni dosa manusia yang mau bertaubat dan memperbaiki diri.

c) Doa

Keutamaan doa meruapakan sebagai rujukan dan doa itu sendiri sebagai senjata umat muslim. Doa juga sebagai upaya meningkatkan ketakwaan dan usaha maksimal dengan permintaan yang dilakukan

setelah melakukan sebuah usaha. Doa tersebut berupa doa pengampunan, dipermudah segala usaha dan rencana, usaha bertaubat, tidak cemas dan sedih, ketenangan jiwa, dan penghapus dosa dll.

d) Dzikir

Dzikir merupakan ucapan yang selalu mengingatkan kita kepada Allah. Dzikir juga dapat menjadikan media untuk memfokuskan pikiran, hati, emosi mahasiswa dalam berkomunikasi antara dirinya dan kepada Tuhannya.

e) Membaca Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah obat untuk penyakit yang ada di dalam dada dan berbagai penyakit yang bisa merusak hati. Al-Quran dapat menenangkan jiwa serta didalamnya terdapat berbagai kisah-kisah yang dapat dipetik pelajaran agar kita sebagai manusia dapat memilih jalan yang baik, jalan yang Allah ridhoi.

f) Puasa

Senjata yang ampuh dalam pengendalian diri adalah puasa, karena didalamnya belajar untuk menahan hawa nafsu dan menahan haus dan lapar. Puasa dimaknai sebagai suatu upaya menahan diri, berlatih untuk menahan diri terhadap sesuatu yang disukai atau diinginkan. Menunda kesenangan sesaat untuk menikmatinya disaat yang lebih tepat.¹⁰¹ Terapi ini sangat baik untuk mahasiswa dalam manajemen diri karena terapi ini dapat menjadi pelatihan dalam menahan suatu hal yang sebenarnya kurang baik seperti melakukan hal-hal yang kurang penting dalam menyelesaikan skripsi.

2. Pendekatan Penanganan yang Intensif dan Multikomponen secara Umum yang Berhasil

a) Pendekatan Behavioral

¹⁰¹ Ferdian Utama, hlm.5

Pendekatan Behavioral yaitu menggunakan terapi perilaku. Terapi perilaku digunakan untuk menghilangkan berbagai bentuk dan gejala kecemasan dengan jalan melatih diri menghadapinya. Baik sedikit demi sedikit maupun secara frontal menghadapinya. Terapi ini memutuskan pola perilaku masalah manajemen diri dan menguatkan perilaku yang lebih adaptif. Terapi ini mengubah masalah perilaku melalui teknik-teknik seperti pelatihan *Self Control*.¹⁰²

b) Pendekatan Psikodinamika

Membantu individu dengan mengatasi masalah konflik psikologi yang mendasari. Seperti mengatasi rasa ketakutan, kurang percaya diri, rasa cemas dsb. Mencoba untuk terbuka dengan teman sepejuangan, saling diskusi dan saling memotivasi dan memberi semangat. Berdiskusi dengan teman untuk menambah pengalaman serta menumbuhkan kepercayaan diri pada mahasiswa.

c) Pendekatan lainnya

Pelatihan ini juga membantu individu belajar menahan godaan, menyesuaikan dengan kegiatan yang lebih bermanfaat, dan mencegah individu menurunkan produktivitasnya.

D. Relevansi Dakwah melalui Bimbingan dan Konseling Islam dengan kemampuan manajemen diri

Dari segi telaah ontologis dakwah Islam dapat diartikan sebagai perilaku keberagaman Islam berupa proses *internalisasi, transmisi, difusi dan transformasi* ajaran Islam yang melibatkan unsur subjek da'i, pesan, metode, media dan objek yang berlangsung dalam rentang ruang dan waktu untuk mewujudkan kehidupan individu dan kelompok yang memperoleh ridha Allah.¹⁰³ Sedangkan disiplin ilmu dakwah adalah sistem penjelasan objektif

¹⁰² Jeffrey S, Nevid, *Terjemahan Psikologi Abnormal Jilid 2*, Indonesia: Erlangga, 2005, hlm. 40-41

¹⁰³ Isep Zaynal Arifin, "Bimbingan dan Konseling Islam (Al-Irsyad Wa Al-Tajwih Al-Islam) Berbasis Ilmu Dakwah", *Ilmu Dakwah Academic Journal For Homuletic Studies Vol.4 No. 11 Januari-Juni 2008*, hlm 29

proporsional (POP) perilaku keberagamaan Islam berupa *Irsyad, tabligh, tadbir, tamkin/ tathwir* Islam yang melibatkan unsur subjek, objek, pesan, metode, dan media dalam situasi kondisi tertentu guna menegakkan keadilan dan mensolusi problema kehidupan umat manusia.¹⁰⁴

Bentuk dakwah *Irsyad Islam* secara epistemologis melahirkan ilmu *Irsyad* berisikan penjelasan objektif proporsional (POP) *ibda bi al-nafs, ta'lim tawjih, mawi'zhah, nashihah dan isytisyfa*, disebut pula ilmu Bimbingan dan Konseling Islam .. Karena merupakan salah satu bentuk dakwah Islam maka secara melekat ia terkait dan harus bersumber kepada dakwah dan Ilmu Dakwah itu sendiri.¹⁰⁵ Jika Bimbingan dan Konseling Islam tidak bersumber kepada dakwah dan ilmu atau terlepas daripadanya maka kemungkinan besar Bimbingan dan Konseling Islam secara epistemologis akan mengarah kepada dua bentuk:

- a) Mengakar sepenuhnya kepada epistemologi dan paradigma Bimbingan dan Konseling umum yang bersumber kepada psikologi konseling atau psikologi klinis dari Barat.
- b) Memodifikasi disana-sini dengan sedikit disesuaikan (kalau tidak ditambahkan) ilmu-ilmu keIslam an, diberi legitimasi ayat-ayat al-Qur'an dan al-Sunnah dengan dasar teori dari Bimbingan dan Konseling umum yang telah ada.¹⁰⁶

Bimbingan dan Konseling Islam dalam pelaksanaannya harus memiliki fondasi yang kuat dan bernilai untuk melaksanakan tugas suci yang telah Allah berikan dan percayakan kepadanya, yaitu adalah sebuah ibadah. Sehingga pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam tentunya harus berpegang pada prinsip-prinsip rukun iman dalam ajaran Islam sebagai berikut :

- 1) Selalu memiliki Prinsip Landasan dan Prinsip Dasar, yaitu beriman kepada Allah Swt.;
- 2) Memiliki prinsip Kepercayaan, yaitu beriman kepada malaikat;

¹⁰⁴ Isep Zaynal Arifin,, hlm. 29

¹⁰⁵ Isep Zaynal Arifin,, hlm. 34

¹⁰⁶ Isep Zaynal Arifin,, hlm 34

- 3) Memiliki prinsip Kepemimpinan , yaitu beriman kepada Nabi dan Rasul-Nya;
- 4) Selalu memiliki Prinsip Pembelajaran, yaitu berprinsip kepada Al-Qur'an Al-Karim;
- 5) Memiliki Prinsip Masa Depan, yaitu beriman kepada Hari Kemudian;
- 6) Memiliki Prinsip Keteraturan, yaitu beriman kepada Ketentuan Allah.¹⁰⁷

Selanjutnya dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam diperlukan langkah untuk menuju pada kesuksesan. Berikut tiga langkah tersebut adalah :

- a) Memiliki *mission statement* yang jelas , yaitu “*Dua Kalimat Syahadat*”;
- b) Memiliki sebuah metode pembangunan karakter sekaligus simbol kehidupan, yaitu “Shalat lima waktu”; dan
- c) Memiliki kemampuan pengendalian diri yang dilatih dan disimbolkan dengan “puasa”(shaum);¹⁰⁸

Prinsip dan langkah tersebut penting , karena akan menghasilkan kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) yang tinggi (Akhlak Karimah), serta kemampuan manajemen diri yang baik. Hal tersebut diperkuat dalam ayat Al-Qur'an surat Ali- Imran ayat 104 dijelaskan :

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung.(Depag RI, 2006;63)

Pada ayat tersebut memberikan kejelasan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam akan mengarahkan seseorang pada kesuksesan

¹⁰⁷ Fenti Hikmawati, Op.Cit, hlm. 21

¹⁰⁸ Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Islam*, Jakarta:PT RajaGrafindo Persada, 2015, hlm. 21

dan kebijakan.¹⁰⁹ Hubungan umum dari kondisi keagamaan dengan manajemen diri dari bukti sebuah penelitian menunjukkan bahwa orang beragama cenderung mendapatkan nilai lebih tinggi pada ukuran kontrol diri, dan ukuran kepribadian yang meningkatkan manajemen diri yaitu seperti kesadaran akan melakukan sesuatu dan bagaimana akibatnya, menjauhi berbagai keburukan, dan melakukan sesuatu sesuai dengan norma¹¹⁰.

Menurut Carver dan Scheier (1998), Manajemen diri bergantung pada tiga proses. Pertama, membutuhkan tujuan yang jelas yang diatur untuk mengatur emosi atau hawa nafsu (Fitzsimmons & Bargh, 2004). Kedua, ini membutuhkan pengawasan diri atau perhatian terarah sehingga seseorang dapat mendeteksi dan menilai hal-hal yang baik atau salah. Ketiga, membutuhkan mekanisme yang efektif, untuk mempengaruhi perubahan perilaku (Schmeichel & Baumeister, 2004)¹¹¹. Hal tersebut mempertimbangkan bagaimana agama dapat mempengaruhi beberapa proses ini, sehingga proses menuju manajemen diri yang baik akan selalu diiringi dengan agama. Seperti proses pertama, membutuhkan tujuan yang jelas dengan dikaitkan dengan agama bahwa kita memiliki tanggungjawab kepada Allah, proses kedua membutuhkan pengawasan untuk memenejemen diri namun dikaitkan dengan agama bahwa Allah selalu mengawasi dimanapun kita berada dan mengingat bahwa Allah Maha Tahu. Proses ketiga, bahwa mekanisme yang efektif dalam proses menejemen diri bahwa setiap tingkah laku yang dilakukan harus disiplin untuk mempengaruhi perilaku.

Agama mendorong orang untuk memperoleh tujuan dan nilai yang berbeda dari orang-orang yang tidak beragama. Misalnya penelitian yang dilakukan di beberapa negara yang dominan beragama, seperti kristen, muslim, yahudi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa agama berhubungan positif dengan nilai-nilai seperti tanggungjawab, disiplin diri, dan kesopanan.¹¹² Islam sebagai

¹⁰⁹ Fenti Hikmawati, hlm.22

¹¹⁰ Michael E. McCullough and Evan C. Carter, "Religion, Self-Control, And Self Regul.Ation; How And Why Are They Relate?" Chapter 6, hlm. 127

¹¹¹ Michael E. McCullough and Evan C. Carter hlm.128

¹¹² Michael E. McCullough and Evan C. Carter hlm.129

pijakan dan konsep dasar yang menjadi landasan awal dari pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam perspektif Islam . Peranan agama dalam tujuan BK, pada suatu lembaga pendidikan itu penting, karena hal itu mampu:

- a) Memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialaminya
- b) Disiplin dalam belajar
- c) Memiliki motif yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat
- d) Memiliki keterampilan atau teknik belajar yang efektif
- e) Memiliki ketrampilan untuk menetapkan tujuan dan perencanaan pendidikan
- f) Memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian.¹¹³

Manusia harus mampu mengatur diri dengan baik, sebab setiap manusia mempunyai tanggung jawab yang harus dipenuhi. Dijelaskan dalam firman Allah SWT dijelaskan dalam surat al-Hasyr ayat 18 dibawah ini :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”¹¹⁴

¹¹³ Fenti Hikmawati, hlm. 154

¹¹⁴ Departemen Agama RI, 20014; 548

BAB III
GAMBARAN UMUM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN
WALISONGO SEMARANG DAN HASIL PENELITIAN

A. Profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

1. Sejarah Berdirinya Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang berdiri pada tanggal 6 April 1970 melalui Keputusan Menteri Agama RI (KH. M. Dachlan) No. 30 dan 31 tahun 1970. Fakultas ini merupakan fakultas tertua di lingkungan UIN Walisongo Semarang. Ide pendirian Fakultas Dakwah dan Komunikasi diilhami oleh kenyataan bahwa di Jawa Tengah belum terdapat lembaga pendidikan tinggi islam yang dapat melahirkan da'i-da'i profesional yang dapat memberikan bimbingan dan peningkatan keimanan serta kualitas keagamaan masyarakat.¹¹⁵

IAIN Walisongo resmi menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo sejak 19 Desember 2014 bersamaan dengan dua UIN yang lain, yaitu UIN Palembang dan UIN Sumut. Peresmian dan penandatanganan prasasti dilakukan oleh Presiden Joko Widodo di Istana Merdeka. UIN Walisongo secara resmi berdiri pada tanggal 6 April 1970. Pada awal berdirinya, Perguruan Tinggi Agama Islam ini memiliki 5 fakultas yang tersebar di berbagai kota di Jawa Tengah, yakni Fakultas Dakwah di Semarang, Fakultas Syari'ah di Bumiayu, Fakultas Syari'ah di Demak, Fakultas Ushuluddin di Kudus dan Fakultas Tarbiyah di Salatiga. Namun, ide dan upaya perintisannya telah dilakukan sejak tahun 1963, melalui pendirian fakultas-fakultas Agama Islam di beberapa daerah

¹¹⁵ Buku Panduan Program Sarjana, 2010, hlm. 36

tersebut yang dilakukan secara sporadis oleh para ulama sebagai representasi pemimpin agama dan para birokrat santri.¹¹⁶

Pada perkembangannya, Fakultas Dakwah dan Komunikasi selalu berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan dengan tuntutan zaman, seiring dengan pesatnya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta tuntutan akan munculnya da'i-da'i profesional, maka pada saat ini Fakultas Dakwah dan Komunikasi telah membuka lima jurusan yaitu :

- a. Komunikasi Penyiaran Islam (KPI)
- b. Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
- c. Manajemen Dakwah (MD)
- d. Pengembangan Masyarakat Islam
- e. Manajemen Haji dan Umrah

2. Visi, Misi, dan Tujuan

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo sebagai bagian dari Lembaga Pendidikan Tinggi Agama Islam memiliki visi, misi dan tujuan. Visi dan misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi sebagaimana visi dan misi UIN Walisongo adalah :

a. Visi Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Fakultas terdepan dalam pendidikan, penelitian, penerapan dan pengembangan ilmu Dakwah dan Komunikasi untuk kemanusiaan dan peradaban berbasis kesatuan ilmu pengetahuan di Asia Tenggara Tahun 2038.¹¹⁷

b. Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu dakwah dan komunikasi berbasis kesatuan ilmu pengetahuan untuk menghasilkan lulusan yang unggul, interdisipliner, kompetitif dan berakhlak al-karimah.
- 2) Mengembangkan ilmu dakwah dan komunikasi berbasis riset.

¹¹⁶https://id.wikipedia.org/wiki/Universitas_Islam_Negeri_Walisongo , diakses pada 25 Februari 2020

¹¹⁷http://fakdakom.walisongo.ac.id/?page_id=68 diakses pada 20 Februari 2020

- 3) Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat berbasis riset.
- 4) Menggali dan menerapkan kearifan lokal dalam bidang ilmu dakwah dan komunikasi.
- 5) Menggalang dan mengembangkan kerjasama dalam mengemban tridarma perguruan tinggi.
- 6) Mewujudkan tata kelola kelembagaan yang profesional berbasis ISO¹¹⁸

Tujuannya adalah:

- 1) Menghasilkan lulusan yang unggul, interdisipliner, kompetitif dan berakhlak al-karimah berbasis kesatuan ilmu pengetahuan
- 2) Menghasilkan penelitian dakwah dan komunikasi yang inovatif
- 3) Menghasilkan karya pengabdian kepada masyarakat yang integratif dan bermanfaat
- 4) Mengaktualisasi nilai-nilai kearifan lokal dalam pengembangan ilmu dakwah dan komunikasi.
- 5) Terwujudnya hasil kerjasama dalam bidang tridarma perguruan tinggi secara berkelanjutan
- 6) Terimplementasikannya tata kelola fakultas secara profesional berstandar ISO.¹¹⁹

3. Struktur Organisasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan	: Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag
Wakil Dekan I	: Drs. H. M. Mudhofi, M.Ag
Wakil Dekan II	: Dr. Safrodin, M.Ag
Wakil Dekan III	: Dr. Ali Murtadho, M.Pd.
Kajur KPI	: H. M. Alfandi, M.Ag
Sekjur KPI	: Nilnan Ni'mah, S.Sos.i M.S.I

¹¹⁸ http://fakdakom.walisongo.ac.id/?page_id=68 diakses pada 20 Februari 2020

¹¹⁹ http://fakdakom.walisongo.ac.id/?page_id=68 diakses pada 20 Februari 2020

Kajur BPI	: Ema Hidayati, S.Sos.I M.S.I
Sekjur BPI	: Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd
Kajur MD	: Dra. Hj. Siti Prihatiningtyas, M.Pd
Sekjur MD	: Dedy Susanto, S.Sos, M.S.I
Kajur PMI	: Sulistio, S.Ag, M.S.I
Sekjur PMI	: Dr. Hatta Abdul Malik, M.S.I
Kajur MHU	: H. Abdul Sattar, M.Ag
Sekjur MHU	: Dr. Hasyim Hasanah, M.S.I
Ketua Prodi S.2 KPI	: Dr. Hj. Yuyun Alfandi, Lc. M.A
Sekretaris Prodi S.2 KPI	: Dr. Agus Riyadi, M.S.I
Kabag TU	: H. M. Yasin, S.Ag., MM.
Kepala Laboratorium Dakwah	: Saerozi, S.Ag, M.Pd
Sekretaris Laboratorium Dakwah	: Dr. Kurnia Muhajaroh, M.S.I
Koord. Perpustakaan	: Uswatun Niswah, M.S.I
Ketua GPM	: Suprihatiningsih, S.Ag, M.S,I
Sekretaris GPM	: Hj. Ariana Suryorini, S.E, M.M.S.I
Kasubag Administrasi Umum dan Kepegawaian	: Muhammadun, S.Ag,MM
Kasubag Perencanaan Akuntansi dan Keuangan	: Hj. Retno Sulistyowati, S.Ag,MM
Kasubag Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni	: Alimul Huda, S.Pd.I, M.Pd

B. Penyelesaian Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Skripsi merupakan hal penting dan sangat menentukan kelulusan mahasiswa. Selain sebagai penentu kelulusan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi, skripsi juga merupakan pengembangan ilmu pengetahuan mahasiswa, bahan latihan mahasiswa agar mampu mengidentifikasi masalah, merumuskan masalah, mencari alternatif pemecahan, dan pengambilan kesimpulan berdasarkan keilmuan mahasiswa Fakultas Dakwah

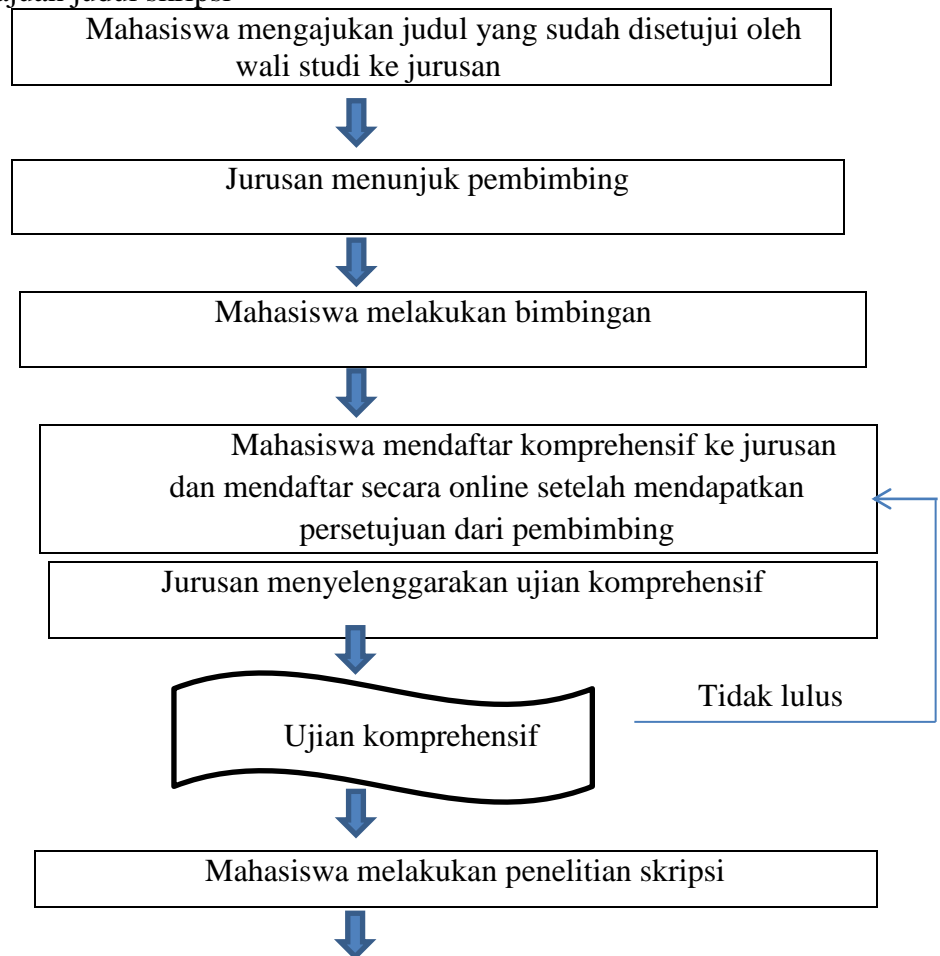
dan Komunikasi, mengukur kemampuan mahasiswa terhadap kedalaman pengetahuan dari hasil proses belajar mengajar secara komprehensif.

1. Prosedur Penyusunan Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi

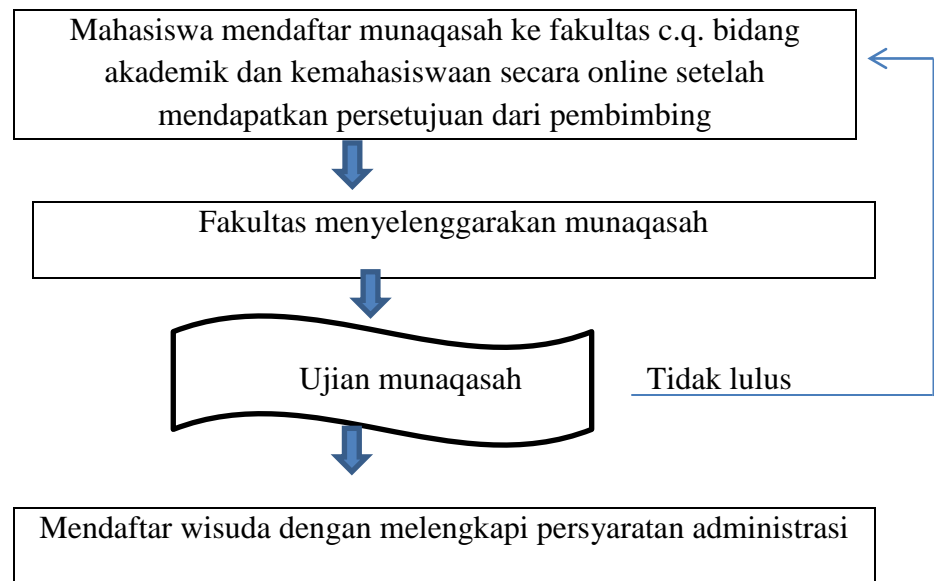
- a. Judul yang hendak yang diajukan sebagai judul skripsi harus memiliki relevansi dengan keilmuan Jurusan atau ke fakultasan, khususnya ilmu Bimbingan dan Penyuluhan Islam atau ilmu dakwah.
- b. Mahasiswa dapat mengajukan judul skripsi bila telah memenuhi persyaratan administratif maupun akademik.
- c. Persyaratan administratif yang dimaksud adalah mahasiswa dapat mengajukan judul skripsi bila telah terdaftar sebagai mahasiswa aktif pada semester bersangkutan.
- d. Persyaratan akademik dimaksud adalah bahwa mahasiswa dapat mengajukan judul skripsi bila telah lulus minimal 100 sks dengan indeks prestasi kumulatif 2,00 dan telah lulus seluruh mata kuliah metodologi penelitian.
- e. Mahasiswa telah memenuhi syarat untuk mengajukan judul sebelum mengajukan rancangan judul kepada jurusan, terlebih dahulu menkonsultasikan dengan dosen wali bersangkutan yang dibuktikan dengan tanda tangan dosen wali tersebut dalam form pengajuan judul
- f. Setelah mendapat pertimbangan dan persetujuan dosen wali mahasiswa bersangkutan mengajukan judul skripsi kepada ketua jurusan melalui sekretaris jurusan / tim verifikasi judul skripsi disertai dengan form pengajuan judul, surat pernyataan, dan nota persetujuan.
- g. Jurusan selanjutnya mendiskusikan dengan mahasiswa dan memberikan pertimbangan serta persetujuan
- h. Ketua jurusan atas nama Dekan menunjuk satu atau dua orang calon pembimbing dari kalangan dosen jurusan sesuai dengan keahlian untuk menjadi pembimbing dalam menyelesaikan penulisan skripsi

- i. Selanjutnya, dibawah arahan pembimbing, mahasiswa menyusun proposal penelitian
- j. Berdasarkan proposal penelitian yang sudah disetujui oleh pembimbing, mahasiswa melakukan langkah-langkah penelitian dan penulisan skripsi sampai selesai dibawah bimbingan dosen pembimbing bersangkutan.
- k. Sistematika penulisan skripsi berdasarkan panduan skripsi yang telah ditetapkan oleh Fakultas dan Jurusan.
- l. Skripsi yang telah selesai dan disetujui oleh pembimbing selanjutnya diujikan dalam majelis munqosyah skripsi.

Proses pengajuan judul skripsi¹²⁰



¹²⁰ Buku Panduan Penyusunan Skripsi., hlm. 112



C. Problematika Manajemen Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Manajemen diri yaitu suatu tindakan mengatur, mengelola diri. Mengelola unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan agar lebih sempurna. Manajemen diri juga sebagai suatu tanggung jawab seorang individu. Termasuk mahasiswa wajib menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhir studi dan sebagai suatu syarat mendapatkan gelar sarjana.

Sebelumnya, dalam memperoleh data manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang dalam mengerjakan skripsi, penulis melakukan wawancara dengan mahasiswa sebanyak empat puluh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi telah diwawancarai oleh peneliti. Wawancara tersebut dilakukan baik secara langsung maupun melalui aplikasi *Whatsapp*, hal itu dilakukan dengan pertimbangan menyesuaikan dengan kebutuhan dan kesibukan responden. Adapun mahasiswa yang menjadi responden diambil dari angkatan 2013 sampai 2016, dengan beberapa kriteria responden yaitu : *pertama*, Mahasiswa

Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang sedang mengerjakan skripsi. *kedua*, Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang angkatan 2013 sampai 2016. Hal ini dimaksudkan agar kategori responden sesuai dengan yang diinginkan penulis. Berikut adalah daftar nama inisial responden dalam penelitian ini :

NO	NAMA	ANGKATAN	JENIS KELAMIN
1	MFA	2015	L
2	HTS	2015	L
3	MKI	2013	L
4	HM	2015	L
5	MRK	2014	L
6	RU	2015	P
7	MYI	2015	L
8	DR	2015	P
9	ZNM	2015	P
10	LM	2016	P
11	FA	2015	L
12	SL	2015	P
13	AL	2015	P
14	HBW	2015	P
15	VR	2014	P
16	NA	2015	P
17	R	2015	P
18	UM	2015	P
19	YMT	2015	P
20	US	2015	P
21	NS	2015	P
22	NSM	2015	L
23	RU	2015	P

24	MAR	2015	L
25	FR	2014	P
26	RV	2015	P
27	RM	2015	P
28	ASM	2015	P
29	SA	2015	P
30	DR	2015	P
31	FHF	2015	L
32	SA	2015	L
33	ES	2015	L
34	ZN	2015	P
35	GR	2015	P
36	AI	2015	P
37	CNR	2015	P
38	AR	2014	L
39	RY	2015	P
40	TRY	2016	L

Menurut Kusnendar dkk faktor penghambat penyelesaian skripsi mahasiswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal.¹²¹ Faktor Manajemen diri adalah salah satu problematika dari faktor internal yang terjadi pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Hal-hal yang menjadi problematika manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi sesuai dengan aspek-aspek manajemen diri menurut Zimmerman dan Maxwell dalam menyelesaikan skripsi antara lain:

1. **Problematika Metakognitif dan Perilaku**

Permasalahan yang muncul pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah permasalahan metakognitif dan perilaku. Permasalahan tersebut adalah pemahaman tentang kesadaran dalam

¹²¹ Kusnendar dkk dalam Anila Umriana, Studi Analisis Faktor-faktor penghambat,.. hlm 4-5

mengerjakan skripsi. Kesadaran tersebut mengakibatkan tidak baiknya dalam perencanaan, pengorganisasian, pemantauan dan perbaikan perilaku.¹²² Kurang baiknya dalam perencanaan, pengorganisasian, pemantauan dan perubahan perilaku salah satunya adalah perasaan malas yang diutarakan oleh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Problematika malas menjadi problematika dari manajemen diri yang paling banyak dialami oleh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Kepribadian seseorang yang malas, mengulur-ulur waktu mempengaruhi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dan menjadi problematika yang menjadi hambatan dalam kelulusan.

RU mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa:

“Malas mengerjakan skripsi karena terkadang dosen pembimbing suka mengulur-ulur waktu dan hal tersebut membuat saya malas”.¹²³

AL mahasiswa angkatan 2015 juga mengatakan bahwa “saya sering malas mengerjakan skripsi, apalagi kalo habis bimbingan atau mau bimbingan tapi udah dijudesi sama dosen pembimbing, jadi down banget jadi tambah malesnya”¹²⁴

NA, SA Mahasiswa angkatan 2015 juga membenarkan bahwa setelah bertemu dengan dosen pembimbing justru malah menjadikan ia malas, karena dosen susah ditemui, dan terkadang tidak tau apa yang diinginkan dosen pembimbing. HTS, SA, FHF, CNR, AI, RU mahasiswa angkatan 2015 dan MRK, AS mahasiswa 2014 serta MKI mahasiswa angkatan 2013 mengatakan bahwa malas dan selalu banyak godaan dalam mengerjakan skripsi.

¹²² M, Nur Ghufon, *Teori-teori Psikologi*, Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.59-61

¹²³ Wawancara tanggal 2 Desember 2019, pkl.10.00

¹²⁴ Wawancara AL pada 2 Desember 2019, pkl.13.03

Berdasarkan kesimpulan yang didapatkan bahwa mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi mengalami permasalahan manajemen diri berupa metakognitif berupa malas, serta permasalahan perilaku dimana daya juang yang kurang dalam menyelesaikan suatu masalah, dinuktikan dengan malas ketika dihadapkan dengan rintangan dosen pembimbing yang susah ditemui atau tidak sesuai dengan harapan. Problematika ini sangat serius dialami oleh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi karena sampai pada 87% mahasiswa mengaku mengalami permasalahan tersebut.

b) Problematika Kurang Mampu dalam Pengelolaan waktu

FR dan AS mahasiswa angkatan 2014 mengatakan bahwa “saya mengalami kesulitan dalam mengelola waktu dan tidak dapat melakukan perencanaan yang tepat, sehingga segala sesuatu yang berhubungan dengan tercapainya keinginan saya menjadi kurang cepat dan tepat”.¹²⁵

MRK mahasiswa angkatan 2014 mengatakan bahwa “saya masih sulit dalam mengelola waktu karena masih terfokuskan ke beberapa pikiran, sehingga mempengaruhi dalam segi waktu”.¹²⁶

US, DR, dan SL Mahasiswa angkatan 2015 serta EA mahasiswa angkatan 2013 juga mengatakan bahwa kurang mampu dalam mengelola waktu, dikarenakan ada pekerjaan dan tanggung jawab diluar. Hal tersebut juga sesuai dengan pengakuan HTS mahasiswa angkatan 2015 selaku responden mengatakan bahwa :

“aku sih gak ada pekerjaan di luar, paling pengacara (pengangguran banyak acara) tetapi tetap susah dalam pengelolaan waktu. Karena aku selalu ingin mengerjakan kegiatan lain yang lebih asyik, daripada mengerjakan skripsi, banyak banget godaannya, tapi malah jadi gak selesai-selesai skripsinya.”¹²⁷

¹²⁵ Wawancara FR dan AS tanggal 2 Desember 2019, pkl.11.00

¹²⁶ Wawancara MRK pada tanggal 5 Desember 2019, pkl.15.00

¹²⁷ Wawancara HTS pada tanggal 6 Januari 2020, pkl. 16.,00

Hal-hal tersebut menunjukkan bahwa ada sebuah permasalahan pada manajemen diri yang berkaitan dengan aspek pengelolaan waktu, dimana kurang mampu dalam pengelolaan waktu atau pengisian waktu luang, gagal untuk mengisi waktu luang dengan usaha yang menghasilkan, serta tidak tahu cara memanfaatkan waktu luang yang baik dan berguna.

c) Problematika Kurang Motivasi

MAR mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa dirinya belum ingin lulus cepat, dan kurangnya motivasi dalam mengerjakan skripsi.¹²⁸

TRY mahasiswa angkatan 2016 juga mengatakan berikut :

”lingkungan yang saya hadapi sih antara mendukung dan tidak mendukung karena permasalahan yang sebenarnya masih di diri saya yang masih belum ada kemauan dari diri sendiri untuk mengerjakan skripsi”¹²⁹

Berbeda dengan AKL Ddan DR yang mengaku kurang termotivasi karena lingkungan pertemanan yang kurang kompetitif dan terlalu santai dalam mengerjakan skripsi.

“Teman sekeliling saya kurang adanya sifat kompetitif dan santai dalam mengerjakan skripsi, membuat saya kurang termotivasi”¹³⁰

Namun, Menurut teori Maslow motivasi individu muncul juga karena dipengaruhi oleh kebutuhan individu. Contohnya terjadi pada mahasiswa DR, bahwa ia kurang termotivasi dalam mengerjakan skripsi karena ia menjadi tulang punggung keluarga, jadi harus bekerja dan mengesampingkan penyelesaian skripsi. Kebutuhan ini menjadi prioritas yang harus dipilih oleh mahasiswa DR untuk mencari uang demi keluarganya.

¹²⁸ Wawancara tanggal 3 Desember 2019. Pkl. 10.00

¹²⁹ Wawancara TRY pada tanggal 30 November 2019, pukul 14.02

¹³⁰ Wawancara AKL pada tanggal 30 November. Pukul 11.30

d) Problematika Persektif Diri

Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya, serta terbentuk dari interaksi dengan orang lain, yang berarti bahwa pendapat orang lain tentang dirinya akan mempengaruhi penilaian individu terhadap dirinya sendiri, atau penilaian dirinya terhadap kemampuan pada dirinya sendiri. Contohnya seperti malu, takut, tidak percaya diri dsb.

Malu, takut bertemu dosen dan tidak percaya diri menjadi problematika manajemen diri yang dialami mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Malu yang dialami mahasiswa berkaitan dengan malu dan takut bertemu dosen, dikarenakan adanya tidak percaya pada dirinya sendiri, serta malu kepada adik kelas atau teman seangkatan yang sudah mulai mengerjakan skripsi sedangkan dia merasa kalah, dan malu kepada orangtua yang, karena dia belum bisa membahagiakan orangtua.

Menurut ES mahasiswa angkatan 2015, malu dan kurangnya percaya diri menjadi masalah dalam mengerjakan skripsi. Berikut pernyataan dari ES:

“Permasalahan yang paling dominan dalam mengerjakan skripsi pada diri saya adalah rasa malas dan takut bertemu dosen. Alasan takut yang saya hadapi karena adanya rasa kurang percaya diri ketika berhadapan dengan dosen.”¹³¹

HTS mengatakan bahwa Rasa takut, dan tidak percaya diri yang dialami seringkali membuatnya setres. Rasa ketakutan dari omongan orang lain atau dari dosen untuk mendesak mengerjakan skripsi membuatnya melakukan pelampiasan dengan melakukan

¹³¹ Wawancara ES pada tanggal 30 November 2019, pkl. 12.00

aktifitas lain untuk menenangkan pikirannya. Namun hal itu terjadi secara berulang dan menjadikannya membuang waktu.

ZN dan HTS, RY mahasiswa angkatan 2015 juga mengatakan bahwa malu dan takut bertemu dosen menjadi hambatan. Sehingga selalu menunda-nunda dan merasa perlu persiapan yang matang ketika akan bertemu dosen.¹³²

Berbeda dengan pengakuan dari HTS mahasiswa angkatan 2015, yang mengaku “malu apabila ditanya mengenai perkembangannya dalam penyelesaian skripsi oleh orangtuanya, dan merasa belum bisa membahagiakan orangtua”.

Berbeda dengan AR mahasiswa angkatan 2014 yang mengaku malu ketika akan bimbingan dan bertemu dengan adik kelas. Karena dia merasa sudah tua tapi kalah dengan adik-adik kelas.¹³³

e) Teman bergaul/ Hubungan Sosial

Hubungan sosial atau hubungan antar manusia sangatlah penting dalam kaitan pekerjaan atau yang lainnya. Cara berhubungan dengan orang lain merupakan kunci sukses utama kesuksesan. Begitupula pada proses pengerjaan skripsi, hubungan antar manusia menjadi penguat untuk saling membantu antar teman seperjuangan. Namun beberapa mahasiswa mengaku bahwa hal itu menjadi problematika karena merasa lebih senang sendiri atau bahkan merasa sudah tidak punya teman. Beberapa mahasiswa juga mengatakan bahwa hubungan pertemanan terkadang menjadi problem karena berada pada lingkaran pertemanan yang mengakibatkan malas untuk mengerjakan skripsi.

AL mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa :

¹³²wawancara ZN 2 Januari 2020, HTS pada tanggal 30 November 2019, pkl.13.13, wawancara RY pada tanggal 2 Desember 2019, pkl.13.00

¹³³Wawancara tanggal 26 Desember 2019, pkl. 12.00

“Saya sedih, kalo nunggu dosen atau yang lainnya selalu sendiri, kaya udah gk punya temen lagi, sudah sibuk sendiri-sendiri. Jadi kalau ada apa-apa terkadang saya jadi bingung sendiri.”¹³⁴

Hal tersebut juga sama dinyatakan oleh YMT , bahwa lebih senang sendiri karena lebih leluasa tetapi ketika ada permasalahan bingung harus seperti apa.¹³⁵

MYI Mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa “saya berada pada lingkungan pertemanan yang semuanya bermain games online. Dan saya selalu tergoda untuk bermain games online bersama mereka¹³⁶.”

FA mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa “saya merasa berada pada lingkungan yang antara merugikan dan menguntungkan. Menguntungkan karna berada di kontrakan yang ada senior, jadi saya bisa bertanya. Tapi merugikan karna di kontrakan hampir semua bermain games online, ketika mereka sedang bermain bareng, menjadi bising membuat saya tidak berkonsentrasi dan tergoda untuk ikut bermain games online.”¹³⁷

ES dan SA mahasiswa angkatan 2015 juga mengatakan bahwa berada pada lingkungan teman yang kurang produktif, selalu menunda-nunda skripsi, malas dan selalu rebahan terus di kos.¹³⁸

DR dan AKL mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa :
“lingkungan saya hadapi kurang terpacu semangat dalam mengerjakan skripsi, kurang kompetitif jadi berpengaruh terhadap diri saya. Menjadikan saya kurang termotivasi dan

¹³⁴ Wawancara AL pada 2 Desember 2019, pkl.12.56

¹³⁵ Wawancara YMT pada 2 Desember 2019, pkl.16.07

¹³⁶ Wawancara MYI pada 30 Novembe 2019, pkl. 15.40

¹³⁷ Wawancara FA pada pada 2 Desember 2019, pkl. 12.20

¹³⁸ Wawancara ES dan SA pada 30 November 2019 pukul 14.01

telat dalam mengerjakan skripsi hanya sebenarnya bisa selesai dalam waktu 3 bulan.”¹³⁹

D. Solusi Problematika Manajemen Diri Mahasiswa Fakultas

Dakwah dan Komunikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan timbulnya permasalahan-permasalahan manajemen diri yang dialami mahasiswa, maka dalam hal ini dibutuhkan sebuah solusi untuk memecahkan masalah. Salah satu solusi tersebut berupa layanan bimbingan yang dapat mengarahkan dan membantu mahasiswa mengatasi problematika-problematika manajemen diri dalam mengerjakan skripsi. Solusi bimbingan dalam ajaran Islam adalah kegiatan dakwah, dimana kegiatan dakwah tersebut salah satunya adalah bimbingan dan konseling Islam.

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan metode dakwah alternatif yang mengkombinasikan teori-teori bimbingan konseling dengan teori psikologis. Sehingga tercipta kolaborasi yang efektif dalam proses transformasi pesan-pesan dakwah sesuai dengan perubahan dan kebutuhan zaman. Berkaitan dengan optimalisasi fungsi bimbingan dan konseling Islam dalam menangani permasalahan yang terkait dengan manajemen diri mahasiswa, maka penulis akan mencoba melihat bagaimana hubungan antara optimalisasi fungsi bimbingan konseling Islam dengan problematika yang dihadapi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian yang dilakukan berkaitan dengan manajemen diri mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi yaitu dibutuhkan solusi. Berdasarkan hasil wawancara muncul beberapa solusi perspektif bimbingan dan Konseling Islam yang tepat untuk manajemen diri pada mahasiswa, memiliki solusi antara lain sebagai berikut:

¹³⁹ Wawancara DR dan AKL pada 30 November 2019, pkl. 11.07

1. Terbimbing

Sebagai mahasiswa dalam memecahkan permasalahan manajemen diri harus berasal dari dirinya sendiri, serta harus mempunyai dorongan atau motivasi untuk mencari solusi. Solusi yang diajarkan Islam tentunya kembali kepada mendekati kepada Allah sebagai Tuhan Yang Maha Esa. Hal tersebut dikemukakan oleh AL bahwa mendekati diri kepada Allah pasti hati akan semangat dan kemudahan selalu menghampiri.¹⁴⁰ Hal yang sama juga dikatakan oleh RU bahwa Ketika kita percaya kepada Tuhan, berusaha dan berdoa pasti skripsi akan selesai dengan pertolongan Tuhan. Jika kita meyakini kita akan selalu optimis meskipun kita menemukan berbagai macam ujian atau hambatan.¹⁴¹ MRK mahasiswa 2014 sebagai responden juga mengatakan yang sama bahwa

“Ketika saya sedang malas, kurang semangat, kurang motivasi dan sering jenuh maka saya berfikir mungkin karena saya jauh dari Allah. Maka ketika itu saya langsung beribadah dan hati lebih tenang serta lebih baik dalam manajemen diri”.¹⁴²

Namun, pendapat lain juga mengatakan bahwa solusi dari manajemen diri juga berkumpul dengan teman seperjuangan, karena teman seperjuangan bisa saling bertukar cerita dan saling memotivasi. Hal tersebut terjadi karena sebagian besar permasalahan manajemen diri yang dialami oleh mahasiswa adalah rasa malas, perspektif diri yang buruk seperti tidak percaya diri, malu, takut dan kurang motivasi, sehingga ketika bertemu dengan teman seperjuangan seakan menjadi teman satu nasib. Hal tersebut diungkapkan oleh MKI, FR, FA, FHF, DR..

2. Pembimbing

Berdasarkan hasil wawancara bahwasanya pembimbing mahasiswa disini dukungan sosial orang-orang yang berada didekat mahasiswa tersebut seperti teman, keluarga, dosen wali atau dosen pembimbing.

¹⁴⁰Wawancara dengan AL pada tanggal 2 Desember 2019, pkl.12.58

¹⁴¹Wawancara dengan RU pada tanggal 30 November 2019. Pkl. 14.46

¹⁴²Wawancara dengan MRK pada tanggal 30 November 2019, pkl. 14.20

Dukungan sosial orang yang berada didekat mahasiswa dapat memberikan motivasi, saling memberi saran dan bisa mendapatkan nasihat.

Pertama, teman. Seperti yang dikatakan oleh YMT mahasiswa 2015, bahwa solusi dalam mengerjakan skripsi adalah berdiskusi dengan teman “Tanya dengan teman bagaimana solusi dalam mengatasi masalah tersebut, atau sharing dan diskusi dengan teman.”¹⁴³ AS juga mengatakan bahwa solusinya adalah berkumpul dengan teman seperjuangan, “Mencoba terbuka dan berkumpul dengan teman, ke kampus agar lebih semangat dan termotivasi”.¹⁴⁴ Juga dikemukakan oleh FA mahasiswa jurusan MD 2015, bahwa berkumpul teman-teman semester akhir membuat bertambah rajin dan tidak ingin membuang-buang waktu.¹⁴⁵

Kedua, keluarga. Seperti yang dikatakan AL bahwasanya keluarga menjadi motivasi tersendiri, karena selalu menasehati agar selalu mendekati diri kepada Allah, dan pasti Allah akan beri kemudahan.¹⁴⁶ MRK juga mengatakan bahwa salah satu solusi dalam penyemangat mengerjakan skripsi adalah mengingat nasihat-nasihat dari orangtua, dan mengingat kerja keras orangtua. Sehingga ia harus cepat selesai.¹⁴⁷ Sama halnya dengan ASM yang mengatakan bahwa orangtua selalu mengingatkan tentang 3 manajemen, salah satunya adalah manajemen diri. itu yang selalu diingat.¹⁴⁸

Ketiga, walidosen. Seperti yang dikatakan oleh MYI bahwa dukungan dari walidosen sangat penting saat ini untuknya. Karena saya sangat sulit dalam mencari judul, dan bimbingan dari walidosen sangat dibutuhkan.¹⁴⁹ Hal yang sama juga dikemukakan oleh HM dan TRY.

Keempat, Dosen Pembimbing. Seperti yang dikemukakan oleh FA bahwa “Saya sangat senang ketika akan bertemu dengan dosen

¹⁴³Wawancara dengan MYT pada tanggal 2 Desember 2019, pkl. 16.09

¹⁴⁴Wawancara dengan AS pada tanggal 2 Desember 2019, pkl. 14.12

¹⁴⁵Wawancara dengan FA pada tanggal 1 Desember 19.00

¹⁴⁶Wawancara dengan AL pada 2 Desember 2019, pkl.12.58

¹⁴⁷Wawancara dengan MRK pada tanggal 30 November 2019, pkl. 14.40

¹⁴⁸Wawancara dengan ASM pada tanggal 2 Desember 2019, pkl 16.00

¹⁴⁹Wawancara dengan MYI pada 30 November 2019, pkl. 15.41

pembimbing, karena saya menjadi mendapat kritik dan masukan yang membangun serta mendapat motivasi yang lebih. Sehingga saya semangat dalam mengerjakan skripsi”.¹⁵⁰ Hal tersebut juga dikemukakan oleh FA mahasiswi 2015 yang mengatakan bahwa “meski ada dosen yang terkadang sulit, namun kita harus mengikuti apa kemauan dosen. Jalin komunikasi dengan baik maka semuanya akan terasa mudah”¹⁵¹

3. Materi

Materi yang digunakan adalah dengan terapi keagamaan. Terapi Keagamaan ini dapat menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. Terapi keagamaan sendiri berupa kegiatan ritual keagamaan seperti sholat, berdoa, memanjatkan puja-pujian kepada Allah, ceramah keagamaan atau kajian kitab suci.¹⁵² Seperti yang dikemukakan oleh AL bahwa orangtuanya selalu memberi nasihat berkaitan dengan materi keagamaan yaitu untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah seperti sholat, puasa. Maka pasti akan semangat dan akan diberi kemudahan dalam pengerjaan skripsi.¹⁵³

Hal tersebut sejalan dengan pengakuan FA, mahasiswa 2015 sebagai responden yang mengatakan bahwa : “solusi diri sendiri dalam manajemen diri sendiri terlebih berkaitan dengan waktu agar tidak malas dan menunda-nunda waktu yaitu dengan memperbaiki sholat, karena disebutkan dalam hadist bahwa Sholat itu tiang agama maka tiang kehidupan umat islam juga tergantung pada sholatnya.”¹⁵⁴ Hal tersebut dibenarkan oleh HBW mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan bahwa :“Cerminan manajemen diri yang baik dapat dilatih dengan sholat wajib diawal waktu. Saya merasa lebih baik dalam mengatur waktu, dan

¹⁵⁰ Wawancara dengan FA pada tanggal 2 Desember pkl.12.30

¹⁵¹ Wawancara dengan FA pada tanggal 1 Desember 19.00

¹⁵² Farid Hasyim dkk, Op.Cit., hlm. 61-62

¹⁵³ Wawancara dengan AL pada 2 Desember 2019, pkl.12.58

¹⁵⁴ Wawancara dengan FA pada tanggal 1 Desember 2019

lebih disiplin ketika saya disiplin dengan waktu sholat saya. Ketika saya tidak disiplin maka hal yang lain juga mengikuti, jadi lebih pemalas.”¹⁵⁵

4. Metode

Metode adalah cara yang dilakukan pembimbing dalam pelaksanaan bimbingan. Metode ini berupa ceramah, diskusi, dan tanya jawab, yang pelaksanaannya pembimbing melakukan metode dengan berbeda-beda. Setiap pembimbing menggunakan metode yang berbeda.

Ceramah, biasanya dilakukan oleh orangtua, yaitu nasihat-nasihat atau wejangan-wejangan yang biasanya diberikan oleh orangtua kepada anaknya. Hal tersebut juga terjadi kepada dosen pembimbing atau walidosen. Seperti yang dikatakan AL bahwasanya keluarga menjadi motivasi tersendiri, karena selalu menasehati agar selalu mendekatkan diri kepada Allah, dan pasti Allah akan beri kemudahan.¹⁵⁶ MRK juga mengatakan bahwa salah satu solusi dalam penyemangat mengerjakan skripsi adalah mengingat nasihat-nasihat dari orangtua, dan mengingat kerja keras orangtua. Sehingga ia harus cepat selesai.¹⁵⁷ Sama halnya dengan ASM yang mengatakan bahwa orangtua selalu mengingatkan tentang 3 manajemen, salah satunya adalah manajemen diri. itu yang selalu diingat.¹⁵⁸

Tanya jawab. Tanya jawab ini biasanya dilakukan oleh dosen pembimbing untuk mengetahui seberapa mengetahui mahasiswa dalam memahami atau menguasai materi, dan menjawab pertanyaan dari mahasiswa yang dirasa belum memahami ini materi. Saya sangat senang ketika akan bertemu dengan dosen pembimbing, karena saya menjadi mendapat kritik dan masukan yang membangun serta mendapat motivasi yang lebih. Sehingga saya semangat dalam mengerjakan skripsi”

Diskusi, diskusi ini biasanya dilakukan oleh teman seperjuangan. Diskusi ini berkaitan dengan bagaimana mengatasi rasa malas, mengatasi

¹⁵⁵ Wawancara dengan HBW pada tanggal 2 Desember 2019, pkl 15.00

¹⁵⁶ Wawancara dengan AL pada 2 Desember 2019, pkl.12.58

¹⁵⁷ Wawancara dengan MRK pada tanggal 30 November 2019, pkl. 14.40

¹⁵⁸ Wawancara dengan ASM pada tanggal 2 Desember 2019, pkl 16.00

rasa takut, berbagi cerita dan berbagi ilmu berkaitan dengan skripsi. Diskusi bersama teman juga dapat membangkitkan rasa semangat motivasi pada diri mahasiswa. Seperti yang dikemukakan oleh FA bahwa ketika berkumpul dengan teman dan diskusi masalah skripsi, ia menjadi semangat dalam menyelesaikan skripsi.¹⁵⁹ Hal tersebut juga dikatakan oleh YMT mahasiswa 2015, bahwa solusi dalam mengerjakan skripsi adalah berdiskusi dengan teman “Tanya dengan teman bagaimana solusi dalam mengatasi masalah tersebut, atau sharing dan diskusi dengan teman.”¹⁶⁰

¹⁵⁹Wawancara dengan FA pada tanggal 2 Desember 2019, pkl.12.24

¹⁶⁰Wawancara dengan MYT pada tanggal 2 Desember 2019, pkl. 16.09

BAB IV

ANALISIS PROBLEMATIKA MANAJEMEN DIRI MAHASISWA DAN SOLUSINYA

A. Analisis Problematika Manajemen Diri Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi

Berdasarkan temuan penelitian, ditemukan bahwa ada problematika atau permasalahan pada manajemen diri mahasiswa yang menjadi penghambat proses penyelesaian skripsi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Agar memperoleh gambaran yang jelas dan komprehensif mengenai permasalahan tersebut, pada bab ini akan dilakukan analisis pada masing-masing permasalahan. Sebagaimana pada temuan pada bab III, permasalahan manajemen diri yang menghambat proses penyelesaian skripsi yaitu sesuai dengan aspek-aspek manajemen diri menurut Zimmerman dan Maxwell. Berikut adalah penjelasan problematika manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta analisisnya :

1. Problematika Metakognitif dan Perilaku

Permasalahan yang muncul pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah permasalahan metakognitif dan perilaku. Permasalahan metakognitif adalah pemahaman tentang kesadaran pemikiran dalam mengerjakan skripsi. Kesadaran tersebut mengakibatkan tidak baiknya dalam perencanaan, pengorganisasian, pemantauan dan perbaikan perilaku.¹⁶¹

Menurut Matlin (1989) metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognisi atau pikiran tentang berpikir. Hal ini adalah proses penting karna pengetahuan akan kognisi dapat membimbing, mengatur dirinya akan hal yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat

¹⁶¹ M, Nur Ghufon, *Teori-teori Psikologi*, Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2012, hlm.59-61

meningkatkan kinerja kedepan.¹⁶² Kurang baiknya dalam perencanaan, pengorganisasian ,pemantauan dan perubahan perilaku yaitu seperti perasaan malas, menunda-nunda pekerjaan seperti yang diutarakan oleh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Berdasarkan hasil angket yang telah disebar, diperoleh data bahwa 35 dari 40 mahasiswa (87%) mengaku bahwa permasalahan malas adalah salah satu kendala yang menghambat dalam proses pengerjakan skripsi. Kemalasan merupakan kondisi dimana seseorang mengalami keengganan melakukan sesuatu, hal tersebut juga terjadi karna kurang baiknya dalam pemahaman kesadaran metakognisi dan tidak adanya suatu keinginan perubahan perilaku.

Hasil temuan ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anila Umriana tentang Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa , dimana faktor psikologis yang didalamnya terdapat juga perasaan malas menjadi salah satu faktor penghambat terbesar dalam penyelesaian skripsi yaitu sebesar 26 dari 29 mahasiswa mengaku mengalami perasaan malas untuk mengerjakan skripsi atau sekitar 89,6%. Sedangkan sisanya sebesar 10,4% mengaku bahwa hambatan psikologis atau rasa malas tidak menjadi kendala dalam proses penyelesaian skripsi ¹⁶³

Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Galih Ratna Palupi menunjukkan bahwa mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi berada pada kondisi tidak terikat jadwal sebagaimana proses perkuliahan. Rutinitas mahasiswa yang biasanya dijadwal oleh civitas akademik mulai dari kuliah, mengumpulkan tugas hingga ujian tengah dan akhir semester, menjadi tidak berlaku pada penyelesaian tugas skripsi. Akibatnya, dalam kondisi tersebut mereka harus mengatur dan mengelola sendiri jadwal kegiatan dalam penulisan

¹⁶² Nur Ghufron, *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: ARRUZ MEDIA, hlm.59

¹⁶³ Anila Umriana, "*Laporan Penelitian Individual Studi Amalisis Faktr-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang*", Semarang: Uin Walisongo Semarang, 2017, hlm.108

skripsi, dan banyak mahasiswa yang belum bisa mengatur perencanaan dengan tepat sehingga mengakibatkan kemunduran dalam penyelesaian skripsi.¹⁶⁴

Aitken juga menjelaskan bahwa seorang pembelajar biasanya melakukan penundaan jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti penundaan dalam menyelesaikan, keterlambatan dalam mengerjakan, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, serta kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.¹⁶⁵ Penundaan atau prokrastinasi memiliki hubungan erat dengan manajemen diri seorang mahasiswa.

Hal tersebut sesuai dengan pengakuan HTS yang mengatakan bahwa, banyak sekali godaan dalam mengerjakan skripsi, dalam hati kecil ingin mengerjakan skripsi namun selalu tergoda melakukan hal yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan skripsi, dan hal tersebut terjadi secara berulang membuatnya tidak selesai-selesai dalam mengerjakan skripsi.¹⁶⁶

Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami permasalahan manajemen diri, karena menurut Ormrod dalam sebuah jurnal mengatakan bahwa karakteristik manajemen diri yang baik yaitu dapat menetapkan standar dan tujuan yang ingin ditetapkan.¹⁶⁷ Zimmerman dan Pons menambahkan bahwa hasil dari manajemen diri yang baik adalah individu dapat merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri dan menginstruksi diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya.¹⁶⁸

Mahasiswa FR mahasiswa angkatan 2014 sebagai responden, menyatakan bahwa hambatan terbesar dalam penyelesaian skripsi adalah melawan rasa malas dan kurangnya kedisiplinan dalam menyelesaikan skripsi.

¹⁶⁴ Galih Ratna Palupi, dkk, Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi, *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*, hlm.4

¹⁶⁵ Aitken dalam Radhyan Hardhito, Tino Leonardi, Gambaran Self Regulated Learning pada Mahasiswa yang Tidak Menyelesaikan Skripsi dalam Waktu Satu Semester di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 5 No. 1, September 2016., hlm.3

¹⁶⁶ Wawancara HTS pada tanggal 30 November 2019, pukul 13.00

¹⁶⁷ Hanum Jazimah, hlm. 234

¹⁶⁸ Nur Ghufroon, hlm.60

Responden tersebut juga mengaku bahwa responden tidak dapat melakukan perencanaan dengan tepat, sehingga keinginan yang dicita-citakan tidak tercapai sesuai dengan waktunya.¹⁶⁹

Perasaan malas tersebut harus bisa diatasi oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, karena apabila dibiarkan maka hal tersebut akan menimbulkan permasalahan baru yaitu timbulnya kecemasan. Timbulnya kecemasan tersebut akan semakin menekan apabila rasa malas tersebut tidak bisa diatasi, karena solusi yang dapat dilakukan adalah melawan dari rasa malas tersebut. Hal tersebut sesuai dengan hasil manajemen diri yang baik yaitu dapat menginstruksi diri sebagai kebutuhan dalam proses perubahan perilakunya.¹⁷⁰

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewita, bahwa rasa malas yang diikuti penundaan pengerjaan tugas dapat dikurangi dengan suatu kondisi dimana mahasiswa tersebut harus dapat mengaktifkan dan mengendalikan metakognitif, motivasi dan perilaku dalam belajarnya secara sistematis berorientasi pada pencapaian tujuan guna untuk mendorong untuk mengerjakan tugas-tugas akademik yang seharusnya dikerjakan.¹⁷¹

Hasil temuan dari rasa malas yang dialami oleh mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi, juga di pengaruhi dari dosen pembimbing. terbukti dari angket yang berhasil di sebar mengatakan bahwa 15 dari 35 mahasiswa yang mengalami perasaan malas diakibatkan dari dosen pembimbing.

AL mahasiswa angkatan 2015 sebagai responden juga mengatakan bahwa :

“Saya sering malas mengerjakan skripsi, apalagi kalo habis bimbingan atau mau bimbingan tapi udah dijudeksi sama dosen pembimbing, jadi *down* banget jadi tambah malesnya”¹⁷²

¹⁶⁹ Hasil Wawancara dengan FR pada tanggal 3 Desember 2019

¹⁷⁰ Nur Ghufron, hlm.59

¹⁷¹ Dewita Karema Sarajar, Pengaruh Pelatihan Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir, *Jurnal Insight* , Vol. 18 Nomor 2, Agustus 2016, hlm,152

¹⁷² Hasil wawancara dengan AL pada tanggal 2 Desember 2019

Hasil pengakuan mahasiswa AL sebagai responden menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi mengalami problematika manajemen diri pada aspek perilaku, dibuktikan dengan kurang mampunya mahasiswa dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang harus dihadapi seperti persoalan pada kesulitan dalam bertemu dosen pembimbing, lamanya naskah dikoreksi, kurang ramahnya dosen dalam proses bimbingan dan lain lain. Dimana hal tersebut belum diatur secara spesifik tentang standar ataupun batasan dalam proses bimbingan.¹⁷³ Sehingga permasalahan-permasalahan tersebut bisa dikatakan sebagai tantangan mengerjakan skripsi bagi mahasiswa.

Kurang mampunya mahasiswa dalam menerima permasalahan-permasalahan atau tantangan-tantangan tersebut menjadikan mahasiswa mudah putus asa, tidak sabar, mudah *down*. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman dan Schank bahwa untuk mencapai manajemen diri yang baik maka individu harus menyusun serta menciptakan lingkungan sosial dan fisik yang kuat dalam menghadapi permasalahan.¹⁷⁴ Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ahmad Faisal, bahwa aspek perilaku, berkaitan dengan pengulangan, elaborasi, berfikir kritis, kelola lingkungan dan waktu serta perilaku mencari bantuan dalam belajar.¹⁷⁵

Selaras dengan salah satu tujuan dari bimbingan dan konseling Islam menurut Farid yaitu memiliki kesadaran tentang potensi diri dalam aspek belajar, dan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialami.¹⁷⁶ Sehingga mahasiswa menjadi tidak mudah putus asa, menjadi lebih sabar dan tidak mudah *down*.

Berdasarkan angket yang disebar ,menunjukkan bahwa problematika perilaku mencapai 45% yaitu 15 dari mahasiswa yang merasa malas karena masalah susahny dalam menghadapi dosen pembimbing sehingga menjadikan mahasiswa putus asa, tidak sabar dan mudah *down*.

¹⁷³Anila Umriana, hlm. 126

¹⁷⁴Nur Ghufron, hlm. 9-61

¹⁷⁵Ahmad Faisal H, Hubungan Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar Kalkulus II ditinjau dari Aspek Metakognisi, Motivasi dan Perilaku, *Jurnal Elektronik Pendidikan Matematika Tadulako, Volume 01 Nomor 01, September 2013*, hlm. 7

¹⁷⁶Farid Hasyim, hlm. 69

2. Problematika Kurangnya Pengelolaan waktu.

Kurang mampunya mahasiswa dalam mengelola waktu diantaranya adalah memiliki pekerjaan dan tanggung jawab di luar, aktif dalam organisasi, dan malas untuk memulai atau bahkan sulit untuk mengendalikan keinginannya bermain media sosial. Penyebab-penyebab tersebut menjadikan mahasiswa menunda-nunda waktu, merasa lebih menyenangkan melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan skripsi. Kendala dalam pengelolaan waktu antara kegiatan lain menjadi permasalahan sendiri dalam pengerjaan skripsi, karena kegiatan lain yang menyita waktu menjadikan mahasiswa tidak memiliki waktu untuk menyelesaikan skripsi.

Hal yang sama dikemukakan oleh Dewita, salah satu penyebab mengapa skripsi mahasiswa tidak selesai dalam waktu yang ditentukan karena adanya ketidaksiplinan dan penundaan dalam mengerjakan skripsi. Hal tersebut seperti kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan. Definisi prokrastinasi secara umum dilakukan secara sadar.¹⁷⁷

Menurut Eka Sandra yang mendefinisikan Pengelolaan waktu adalah kemampuan mengalokasikan waktu dan sumber daya untuk mencapai tujuan. Pengelolaan waktu bertujuan pada produktivitas yang berarti menghasilkan suatu produk¹⁷⁸, dalam penelitian ini berarti pengelolaan diri mahasiswa demi mencapai tujuan untuk menghasilkan suatu produk ilmiah yaitu skripsi sebagai syarat kelulusan dan mendapatkan gelar sarjana Strata 1 (S1).

Hal tersebut juga sesuai dengan pengakuan HTS mahasiswa angkatan 2015 selaku responden mengatakan bahwa :

¹⁷⁷ Dewita Karema Sarajar, Pengaruh Pelatihan Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir, *Jurnal Insight*, Vol. 18 Nomor 2, Agustus 2016, hlm,151

¹⁷⁸ Kusnul Eka Sanda, dkk, *Manajemen Waktu, Efikasi Diri dan Prokrastinasi*, Persona Jurnal Psikologi Indonesia, Sept 2013, vol.2 No.3, hlm.219

“aku sih gak ada pekerjaan di luar, paling pengacara (pengangguran banyak acara) tetapi tetap susah dalam pengelolaan waktu. Karena aku selalu ingin mengerjakan kegiatan lain yang lebih asyik, daripada mengerjakan skripsi, banyak banget godaannya, tapi malah jadi gak selesai-selesai skripsinya.”¹⁷⁹

Sesuai dengan permasalahan yang dihadapi pada mahasiswa HTS dalam problematika manajemen diri aspek pengelolaan waktu, dijelaskan menurut Farid Hasyim, hal tersebut terjadi karena kurang mampu dalam pengelolaan waktu atau pengisian waktu luang, gagal untuk mengisi waktu luang dengan usaha yang menghasilkan, serta tidak tahu cara memanfaatkan waktu luang yang baik dan berguna.¹⁸⁰ Disiplin dalam pengelolaan waktu bukan hanya berarti menyekat, mengawal dan menahan. Namun juga bermakna melatih, mendidik dan mengatur atau hidup teratur.¹⁸¹ Maka kurang kemampuan mahasiswa dalam pengelolaan waktu perlu berlatih dengan tegas, mendidik untuk hidup lebih teratur.

Berkaitan tentang pengelolaan waktu, FR dan AS mahasiswa angkatan 2014 sebagai responden mengatakan bahwa:

“saya mengalami kesulitan dalam mengelola waktu dan tidak dapat melakukan perencanaan yang tepat, sehingga segala sesuatu yang berhubungan dengan tercapainya keinginan saya menjadi kurang cepat dan tepat”.

Kurang pengelolaan waktu juga dialami oleh mahasiswa yang ada pekerjaan di luar atau aktif organisasi luar, yang menjadikan mereka merasa kelelahan dan tidak bisa membagi waktunya untuk mengerjakan skripsi. Sesuai dengan yang dialami SL mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan bahwa : “karena saya ada pekerjaan di luar dan terkadang itu membuat saya

¹⁷⁹ Hasil wawancara dengan HTS pada tanggal 6 Januari 2020

¹⁸⁰ Farid Hasyim, hlm. 137-138

¹⁸¹ Titi Miarawati Asim, Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri dengan Motivasi dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Mahasiswa , *Journal ofn EST* , Volume 2 Nomor 2 Agustus 2016, hlm. 106

kelelahan, sehingga saya menjadi selalu menunda dalam mengerjakan skripsi”¹⁸² begitu juga yang dikatakan US, mahasiswa 2015 yang mengatakan bahwa “Organisasi di luar sangat padat, membuat saya tidak bisa membagi waktu saya untuk mengerjakan skripsi karena terkadang ketika akan mengerjakan skripsi saya sudah kelelahan dan sudah lama tidak dikerjakan jadi malas”¹⁸³.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari Kusnendar, bahwa faktor penghambat penyelesaian studi adalah kelelahan mahasiswa. 40% mahasiswa mengalami kelelahan karena kesulitan dalam membagi waktu dengan aktifitas lain.¹⁸⁴ Dimana diketahui bahwa manusia memiliki keterbatasan dalam kemampuan fisik dan psikisnya. Semakin banyak yang dikerjakan maka semakin banyak energi yang dikeluarkan, yang akan mempengaruhi kemampuan fisiknya.

Manajemen diri diharapkan agar seseorang mampu merencanakan, mengatur dan mengelola serta mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan kegiatan, sehingga kegiatan utama yang menjadi tujuan dapat tercapai, sehingga sehingga seseorang dapat memanfaatkan waktunya seefisien dan seefektif mungkin.¹⁸⁵ Berdasarkan angket yang berhasil disebar, dibuktikan sebanyak 18 dari 40 mahasiswa atau sekitar 45% mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi merasa kurang mampu dalam pengelolaan waktu.

3. **Problematika Kurang Motivasi.**

Suryabrata mengatakan motivasi sebagai keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorong manusia untuk berbuat/bertindak, menentukan arah perbuatan, dan menyeleksi perbuatan individu.¹⁸⁶ Sejalan dengan pendapat dari Adler & Djaali mengatakan bahwa motivasi adalah hal yang mendasari

¹⁸² Wawancara SL pada tanggal 2 Desember 2019, pukul 12.22

¹⁸³ Wawancara US pada tanggal 2 Desember 2019, pukul 19.44

¹⁸⁴ Febriyanto Kusnendar, Suwachid dan Danar Susilo Wijayanto, dalam Anila Umriana, Laporan penelitian, hlm. 108

¹⁸⁵ Titi Miarawati Asim, Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Mahasiswa, *Journal of EST*, Volume 2 Nomor 2 Agustus 2016, hlm. 105

¹⁸⁶ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Press, 2004, hlm.70

seseorang untuk berperilaku, misalnya prestasi akan menjadi optimal apabila ada motivasi-motivasi berprestasi yang tinggi dan dalam menggapai prestasi tersebut.¹⁸⁷ Thomas L. Good dan Jere B. Braphy mengartikan motivasi adalah suatu energi ataupun dorongan untuk seseorang agar bertingkah laku, bahwa seseorang melakukan sesuatu tergantung motivasi yang dimilikinya.¹⁸⁸ Maka motivasi memiliki peran yang sangat penting dalam mengarahkan perilaku individu, untuk tergerak melakukan sesuatu, terlebih untuk motivasi berprestasi bagi mahasiswa.

Sesuai dengan pengakuan TRY mahasiswa angkatan 2016 sebagai responden mengatakan bahwa masih belum ada kemauan dari diri sendiri untuk mengerjakan skripsi. Sebagaimana diakui pula oleh MAR mahasiswa angkatan 2015:

“aku sih belum ingin lulus cepat, dan kurang semangat mengerjakan skripsi.”¹⁸⁹

Menurut Penelitian dari Ratna dkk, hal tersebut terjadi karena mahasiswa tidak memaknai skripsi sebagai tugas yang bermakna khusus dalam pencapaian prestasi. Skripsi adalah tugas yang tidak menarik bagi mereka. Selain itu mereka juga merasa tidak berkompeten dalam mengerjakan skripsi, menganggapnya sebagai beban.¹⁹⁰ Mereka tidak memiliki motivasi yang tinggi serta tidak mau berusaha lebih keras lagi untuk mencoba mengerjakan skripsi. Namun menurut (Lundeto,2008) tumbuhnya motivasi berprestasi siswa dibutuhkan tiga

¹⁸⁷ Marta Suhendra, Neviyanrni S & Riska Ahmad, Kontribusi Motivasi Berprestasi terhadap Regulasi Siswa Membolos di Madrasah Aliyah Negeri 2 Payakumbuh serta Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling, *Jurnal Konselor*, Volume Nomor 2 Juni 2016, hlm.124

¹⁸⁸ Erwin Widiasworo, *19 Kiat Sukses Membangun Motivasi Belajar Peserta Didik*, Yogyakarta: PT. Ar-Ruzz, 2015, hlm. 15

¹⁸⁹ Hasil wawancara dengan MAR pada tanggal 2 Desember 2019

¹⁹⁰ Galih Ratna Palupi, dkk, Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi, *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*, hlm.4

komponen peran yang sangat terikat, yakni peran siswa sendiri, peran guru, dan peran orangtua.¹⁹¹

Schunk Uno menyatakan bahwa "Tidak ada orang yang mampu untuk belajar demi kepentingan orang lain melainkan untuk kepentingan dirinya sendiri".¹⁹² Hal tersebut berarti mahasiswa dalam proses belajar dan berkaitan dengan proses pengerjaan skripsi akan berusaha lebih keras lagi jika ada keinginan yang kuat untuk lulus. Semakin besar keinginan untuk lulus maka semakin besar pula usaha untuk segera menyelesaikan skripsi, sebaliknya mahasiswa yang memiliki motivasi rendah cenderung akan menarik diri dan tidak memiliki usaha untuk mewujudkan keinginannya.

Menurut Maslow, motivasi individu dipengaruhi juga oleh kebutuhan individu. Maslow mengemukakan adanya lima tingkatan kebutuhan dasar manusia, yaitu yang paling mendasar adalah kebutuhan fisiologis, dilanjutkan dengan kebutuhan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan sosial, kebutuhan penghargaan, dan tingkatan yang paling tinggi adalah kebutuhan aktualisasi diri. pemenuhan kebutuhan individu tersebut berbeda satu dengan lainnya. Hal ini dipengaruhi oleh banyaknya hal baik lingkungan fisik maupun lingkungan non fisiknya.¹⁹³

Berpijak dari teori Maslow tersebut, maka muncul motivasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi tersebut juga sangat dimungkinkan berkaitan dengan posisi kebutuhan masing-masing. Apabila secara fisiologis, kebutuhan mendasarnya belum terpenuhi, maka kebutuhan di atasnya belum menjadi prioritas utama.¹⁹⁴ Hal tersebut dialami oleh DR mahasiswa 2015 yang harus bekerja karena menjadi tulang punggung keluarga sehingga harus menyampingkan proses pengerjaan skripsi. Penelitian Elling dan Elling (2000) menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki stress yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Jika hal tersebut terus

¹⁹¹ Nitya Apranadyanti, *Skripsi Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Siswa Kelas X SMK IBU KARTINI SEMARANG*, 2015, hlm. 8

¹⁹² Schunk Uno B, *Model Pembelajaran Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*, Jakarta: Bumi Aksara, 2016, hlm.

¹⁹³ Anila Umriana, hlm. 110

¹⁹⁴ Anila Umriana, hlm. 110

terjadi maka dapat mempengaruhi afeksi, pikiran dan tingkah laku mahasiswa dalam penerapan manajemen diri untuk menunjang prestasi mahasiswa.¹⁹⁵

Berdasarkan Teori Maslow juga dapat dicontohkan pada mahasiswa yang sudah berada di semester 14, karena jika mahasiswa tersebut tidak mengerjakan skripsi dan tidak selesai maka akan di dikeluarkan dari kampus atau DO (*Drop-Out*), sehingga mahasiswa semester 14 sesuai dengan kebutuhannya harus menyelesaikan dan harus memiliki motivasi tinggi untuk mencapai keinginannya.

Manajemen diri berkaitan dengan agama menurut jurnal penelitian Michael, yaitu agama mungkin saja membantu orang untuk kemudian melakukan atau membentuk niat yang tepat kemudian di laksanakan ke dalam tindakan efektif atau efisiensi mau untuk melakukannya. Peranan agama dalam tujuan bimbingan dan konseling dalam perspektif islam, yaitu bertujuan untuk memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat dan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialaminya.¹⁹⁶ Serta sebagai tanggung jawab manusia sebagai makhluk Allah yang memiliki potensi yang harus dikembangkan.

Berdasarkan angket yang berhasil disebar, sebanyak 15 dari 40 mahasiswa atau 37,5% mengaku merasa kurangnya motivasi untuk mengerjakan skripsi.

4. **Problematika Perspektif Diri**

Menurut Schults (2005) Perspektif diri adalah perasaan kita terhadap kecukupan, efisiensi dan kemampuan kita dalam mengatasi permasalahan kehidupan.¹⁹⁷ Menurut Alwisol, perspektif diri yaitu penilaian diri apakah

¹⁹⁵ Fransiska Lerek, Pengaruh Motivasi Belajar ... hlm. 191

¹⁹⁶ Fenti Hidayati, hlm.154

¹⁹⁷ Hafidz Rifki Ansort, *Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan pada Mahasiswa Baru Teknik Arsitektur UIN Maliki Malang*, Skripsi UIN Maliki Malang, 2016, hlm.33

dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau tidak tepat, dapat mengerjakan atau tidak dapat mengerjakan sesuai yang dipersyaratkan.¹⁹⁸

Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya, serta terbentuk dari interaksi dengan orang lain, yang berarti bahwa pendapat orang lain tentang dirinya akan mempengaruhi penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Cita-cita dari perspektif diri atau konsep diri adalah harapan individu tentangnya berdasarkan pada standar ideal yang dianut.¹⁹⁹ Apabila standar yang dianut dalam proses bimbingan penyelesaian skripsi tidak tercapai maka akan mengakibatkan : rasa kurang percaya diri, malu bahkan takut bertemu dosen.

Hal tersebut terbukti dengan pengakuan dari ES mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan bahwa :

“Permasalahan yang paling dominan dalam mengerjakan skripsi pada diri saya adalah rasa malas dan takut bertemu dosen. Alasan takut yang saya hadapi karena adanya rasa kurang percaya diri ketika berhadapan dengan dosen, sehingga dibutuhkan persiapan yang matang ketika akan bertemu dengan dosen.”²⁰⁰

Berkaitan dengan takut bertemu dengan dosen, dapat terjadi karena kurangnya percaya diri dan kurang trampilnya mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing. Komunikasi interpersonal dikemukakan oleh Devito yaitu penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang, dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik.²⁰¹

¹⁹⁸ Hafidz Rifki Ansort, hlm. 33

¹⁹⁹ Ali Murtadho, dkk, Self Concept , Self Efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student, *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol 4, No.1 2009, hlm. 67

²⁰⁰ Hasil wawancara dengan ES pada tanggal 30 November 2019

²⁰¹ M.Mirza Fidaus dan Suharnan, Hubungan Antara Self Regulated Learning dan Komunikasi Interpersonal dengan Problem Focused Coping Mahasiswa, *Jurnal Happiness*, vol.2 No.1 Juni 2018, hlm.3

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ali Murtadho dkk, yang dilakukan kepada 342 mahasiswa UIN Walisongo Semarang mengatakan bahwa 12,7% konsep diri berpengaruh terhadap efektifitas komunikasi interpersonal dan komunikasi interpersonal yang baik maka akan membentuk individu dengan konsep diri yang baik dan selalu positif.²⁰²

Terkait dengan mahasiswa yang takut bertemu dosen, maka mahasiswa akan merasa tertekan dan menimbulkan kecemasan. Pada kondisi inilah menyebabkan mahasiswa tidak mampu menyelesaikan skripsi sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Mahasiswa tidak bisa berkonsentrasi penuh, tidak dapat menuangkan ide dalam penyusunan skripsi, minder melakukan bimbingan dan pusing. Dalam mengatasi permasalahan takut bertemu dosen, maka diperlukan latihan dengan pengalaman-pengalaman yang menantang dan berulang untuk meningkatkan keberanian, sama halnya dengan kepercayaan diri.

Malu, takut dan tidak percaya diri muncul karena perspektif diri atau perspektif individu dalam melihat dirinya sendiri. Pendapat orang lain tentang dirinya sendiri juga mempengaruhi penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Akhirnya, muncullah konsep diri ideal yaitu konsep yang diharapkan individu pada dirinya sendiri.²⁰³ Sehingga dalam prakteknya sebagai mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, harus berkumpul dengan teman yang memiliki konsep diri positif untuk mendukung dalam penyelesaian skripsi.

Sedangkan permasalahan Malu, diungkapkan oleh AR mahasiswa angkatan 2014 selaku responden yang mengaku “malu ketika akan bimbingan dan bertemu dengan adik kelas. Karena dia merasa sudah menjadi mahasiswa tua tetapi kalah dengan adik-adik kelas”²⁰⁴.

Berdasarkan pengakuan dari responden AR, sejalan dengan teori dari Bandura berkaitan dengan manajemen diri aspek perilaku yang didalamnya ada self judgment, yaitu tahapan membandingkan performansi dan standar yang telah dilakukan dengan standar atau tujuan yang sudah dibuat. Dengan

²⁰² Ali Murtadho, hlm. 67

²⁰³ Ali Murtadho, dkk, *Self Concept, Self Efficacy, dan Interpersonal Communication effectiveness of student*, Psikohumaniora; Jurnal Penelitian Psikologi, vol.4 No.1, 2009, hlm.67

²⁰⁴ Hasil wawancara dengan AR tanggal 2 Desember 2019,

membandingkan, maka individu dapat mengevaluasi atas performanya.²⁰⁵ Namun responden AR menunjukkan bahwa rasa malu yang dihadapi menunjukkan bahwa AR tidak dapat mengevaluasi dengan baik dengan adanya perbandingan performa justru malah menjadikan mahasiswa malu dan tidak berkembang.

Berdasarkan teori Bandura kepercayaan diri yang lemah harus dilatih dengan pengalaman-pengalaman yang menantang untuk menghadapi sebuah tugas. Pengalaman adalah sesuatu yang berharga yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari, individu yang belajar dari pengalaman hidup dapat meningkatkan ketrampilan dan kepercayaan diri.²⁰⁶ Dalam perkembangan seseorang bisa terjadi gangguan yang sumbernya pada faktor bawaan atau dari pengalaman seseorang. Para psikologi perkembangan menyatakan bahwa pengalaman yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang.²⁰⁷ Kemampuan dan pengalaman seseorang dalam menghadapi dan menyelesaikan suatu persoalan menjadi dasar untuk memahami tingkat efikasi dirinya. Semakin mampu dan berpengalaman menghadapi dan menyelesaikan persoalan seseorang akan memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi.²⁰⁸

Berbeda dengan FA mahasiswa angkatan 2015 yang mengatakan bahwa:
“Saya sih tidak malu, malu tidak patut bagi seorang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Jika ada orang-orang disekitar yang mendukung mengerjakan skripsi, maka dekatilah bukannya malah malu. Dan jangan menyendiri ketika menyendiri karena akan menyiksa secara psikis. Cari teman yang sama-sama berjuang, jangan malu atau takut”

²⁰⁵ Hanum Jazimah, hlm. 235

²⁰⁶ Reza Firmasnyah, *“Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Islami (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)”*, Semarang: IAIN Walisongo Semarang, 2014, hlm. 64

²⁰⁷ Reza Firmasnyah, hlm.64

²⁰⁸ Vidya Agustina Legowo, Susatyo Yuwono, dan Amrizal Rustam, *Correlation Between Self Efficacy And Perception Of Leadership Transformational Style With Job Participation Of The Employees* dalam Rustini Wulandari, hlm. 36

Berdasarkan pengakuan dari FA, menunjukkan bahwa FA memiliki kepribadian yang sehat. Adapun ciri-ciri kepribadian yang sehat adalah sebagai berikut : (1) kepercayaan yang mendalam terhadap diri pribadi dan orang lain. (2) Tidak ragu-ragu, tidak pemalu tetapi pemberani. (3) inisiatif berkembang dan tidak merasa dirinya bersalah atau berdo'a. (4) memiliki semangat kerja yang tinggi dan tidak minder. (5) bersikap jujur terhadap diri sendiri. (6) memiliki dedikasi dan sikap kepasrahan diri. (7) suka berhubungan dengan sesama (kontak sosial). (8) sifat keorngtuaan (Generatifitas). (9) memiliki integritas, sehingga bisa menerima realitas masa lalu dan semangat menghadapi masa depan, kemauan yang kuat untuk memperjuangkan nilai-nilai hidup yang realistis dan bertanggungjawab serta berani menanggung resiko.²⁰⁹

Perananan agama dalam tujuan BK berkaitan dengan proses pembelajaran khususnya melatih kepercayaan diri, malu ataupun takut yaitu menjadikan mampu memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian.²¹⁰ Menghadapi ujian disini semisal keberanian bertemu dengan dosen, menghadapi rasa malu bertemu dengan teman seperjuangan atau adik kelas.

Berdasarkan angket yang berhasil disebar, menunjukkan bahwa 30% atau 12 dari 40 mahasiswa mengalami ketakutan, malu atau tidak percaya diri.

5. Problematika Teman Bergaul / Hubungan Sosial.

Hubungan antar manusia sangat penting dalam manajemen diri, karena individu selalu berhubungan dengan orang lain hampir dalam semua aspek kehidupan. Efektif tidaknya hubungan antar manusia sangat mempengaruhi pencapaian hal-hal terbaik dalam kehidupan.²¹¹ Begitu pula dengan proses penyelesaian skripsi, sangat bergantung dengan hubungan pertemanan. Hubungan pertemanan dalam penyelesaian skripsi harusnya saling mendukung dan memotivasi.

Menurut Sarason, mengungkapkan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota

²⁰⁹ Vidya Agustina Legowo, hlm. 37-38

²¹⁰ Fenti Hikmawati, hlm. 154

²¹¹ Hakam Satria, hlm. 9

keluarga, lebih menekankan kenyamanan baik secara fisik maupun psikologis yang diberikan oleh orang terdekat.²¹² Sejalan dengan Pierce yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional , informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan.²¹³

Hal tersebut diungkapkan oleh AL dan ZNM mahasiswa angkatan 2015 mengatakan bahwa :

“Dalam mengerjakan skripsi selalu sendiri, dan lebih senang tidak mengajak teman. Namun terkadang dalam prosesnya menjadi bingung sendiri dan merasa tidak punya teman”²¹⁴.

Maka menurut Linda, mahasiswa tersebut dikategorikan dengan tipe kepribadian introvert, karena tipe kepribadian mahasiswa berpengaruh terhadap proses penyelesaian skripsi. Dalam penelitian Linda, individu tipe kepribadian introvert cenderung memperlambat gerak mereka pada aktifitas motorik.²¹⁵ Mahasiswa dengan kepribadian introvert , memiliki hubungan antar manusia rendah, sedangkan individu selalu berhubungan dengan orang lain dalam hampir semua aspek kehidupan.

Sejalan dengan pendapat Maxwell dalam buku Hakam Satria, bahwa hubungan sosial atau hubungan antara manusia termasuk dalam aspek dari manajemen diri. Hubungan personal yang erat dapat menjadi sumber kekuatan dan pembaruan yang terus menerus. Begitupula yang dialami mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi membutuhkan teman untuk saling menguatkan. Cara

²¹² Wilujeng Nur Pratiwi, Skripsi, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Efikasi Diri dalam Memecahkan Masalah pada Siswa Kelas VIII SMP NEGERI 15 YOGYAKARTA Tahun 2013/2014*, UNY, hlm. 17

²¹³ Fransiska Lerek, Pengaruh Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Regulasi Diri pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja di Fakultas Ekonomi Program Studi Ekonomi Syariah Universitas Mulawarman Samarinda, *Jurnal Psikoborneo*, vol. 2, No.3, 2014, hlm. 194

²¹⁴ Wawancara tanggal 5 Desember 2019, pkl.10.00

²¹⁵ Linda Catrunnada, *Perbedaan Kecenderungan Tugas Skripsi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstroevrt*, Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, 2007, dalam Anila Umriana., hlm. 5

berhubungan dengan orang lain merupakan kunci sukses utama kesuksesan, Efektif tidaknya hubungan seseorang dengan orang lain sangat mempengaruhi pencapaian hal-hal terbaik dalam kehidupan, dan dalam mengembangkan kehidupan yang lebih bermakna.²¹⁶

Problematika Hubungan sosial ini juga terjadi pada mahasiswa yang tertinggal dalam pengerjaan skripsi daripada teman-teman lainnya. Berdasarkan faktor manajemen diri, mahasiswa tersebut membandingkan performansi dan standar yang dilakukan dengan tujuan yang dibuat individu. Hal ini akan baik ketika upaya membandingkan dengan teman yang lebih unggul dalam pengerjaan skripsi ditangkap dengan sikap yang positif, maka ia akan melakukan evaluasi atas performanya dan mencoba untuk memperbaiki atau menyamakan.²¹⁷ Namun apabila hal tersebut ditangkap dengan sikap yang negatif, maka hal tersebut malah mengakibatkan individu menjadi tepuruk, merasa menjadi mahasiswa yang bodoh, mengucilkan diri dan selalu menghindar dengan teman lainnya. Jika hal tersebut tidak bisa diatasi maka hal ini akan menjadi problematika yang serius dalam mengerjakan skripsi.

berdasarkan angket yang disebar, 10 dari 40 mahasiswa mengatakan bahwa teman bergaul atau hubungan sosial menjadi permasalahan, artinya 30% mengalami permasalahan tersebut.

B. Analisis Solusi Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengatasi Problematika Manajemen Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan timbulnya permasalahan-permasalahan manajemen diri yang dialami mahasiswa, maka dalam hal ini dibutuhkan sebuah solusi untuk memecahkan masalah. Salah satu solusi tersebut berupa layanan bimbingan yang dapat mengarahkan dan membantu mahasiswa

²¹⁶ Hakam Satria, hlm.9

²¹⁷ M. Nur Ghufron, hlm. 62

mengatasi problematika-problematika manajemen diri dalam mengerjakan skripsi. Solusi bimbingan dalam ajaran Islam adalah kegiatan dakwah.

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan metode dakwah alternatif yang mengkombinasikan teori-teori bimbingan konseling dengan teori psikologis. Sehingga tercipta kolaborasi yang efektif dalam proses transformasi pesan-pesan dakwah sesuai dengan perubahan dan kebutuhan zaman. Berkaitan dengan optimalisasi fungsi bimbingan dan konseling Islam dalam menangani permasalahan yang terkait dengan manajemen diri mahasiswa, maka penulis akan mencoba melihat bagaimana hubungan antara optimalisasi fungsi bimbingan konseling Islam dengan problematika yang dihadapi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan skripsi, beserta proses yang digunakan pembimbing untuk solusi masalah manajemen diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

1. Proses Bimbingan dan Konseling Islam yang digunakan pembimbing untuk solusi problematika manajemen diri pada mahasiswa

1) Teman

Teman membantu mengoptimalkan fungsi bimbingan dan konseling Islam Remedial / Rehabilitatif , yaitu membantu mahasiswa menyelesaikan masalah psikologi , seperti saling tukar cerita berkaitan dengan bertemu dengan dosen, cara menghadapi ketakutannya, cara menumbuhkan kepercayaan dirinya dalam bertemu dosen, mengatasi rasa malasnya, dan lainnya. Metode yang dapat digunakan adalah dengan diskusi sebagai pertukaran gagasan, gagasan, pendapat dan sebagainya.

	Data Teori	Data Empiris
	a. Identifikasi Masalah Langkah digunakan untuk mengumpulkan data dari	a. Pembimbing mengumpulkan data diperoleh dari cerita yang disampaikan klien. Berdasarkan wawancara dan

	<p>berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien</p>	<p>observasi dengan klien sumber lain menunjukkan bahwa klien memang mengalami problematika manajemen diri pada metakognitif, perspektif diri, perilaku.</p>
	<p>b. Diagnosa Langkah dalam menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya</p>	<p>b. Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwa seorang anak tersebut mengalami masalah manajemen diri berupa metakognisi, perspektif diri, dan perilaku dan hubungan sosial.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metakognitif, yaitu kesadaran atau pemahaman tentang berpikir, berkaitan dengan ini kesadaran tentang mengerjakan skripsi, permasalahan ini seperti malas, menunda-nunda pekerjaan dan lainnya. 2. Perspektif diri seperti malu, takut bertemu dosen, tidak percaya diri, merasa tidak mampu. Perasaan malu, takut bertemu dengan dosen juga mengakibatkan mahasiswa selalu menunda-nunda dalam bertemu dengan dosen, butuh persiapan yang matang ketika bertemu dengan dosen, atau kehilangan ide atau inspirasi ketika berhadapan dengan dosen. 3. Perilaku, atau kurangnya daya juang mahasiswa dalam melawan tantangan mengerjakan skripsi seperti malas bertemu dosen karena banyaknya persoalan seperti kesulitan dalam bertemu dengan dosen

		<p>pembimbing, lamanya naskah dikoreksi, kurang ramahnya dosen pembimbing dan yang lainnya sehingga mahasiswa menjadi malas, putus asa, dan mudah <i>down</i>.</p>
	<p>c. Prognosa Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan diagnosis.</p>	<p>c. Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa bimbingan konseling Islam dengan menggunakan terapi keagamaan. Berdasarkan data-data yang diperoleh pada proses identifikasi dan simpulan dari langkah-langkah diagnosa. menetapkan sebuah langkah untuk sebuah tindakan sebagai jalan untuk membantu penyelesaian pada masalah konseli, yaitu Pembimbing menggunakan terapi keagamaan. <i>Pertama</i>, rasa malas dan menunda-nunda pekerjaan dapat diatasi dengan ritual keagamaan sholat dengan tepat waktu, dengan sholat tepat waktu maka akan melatih kedisiplinan. <i>Kedua</i>, meyakini langkah “Mission Statement” yaitu syahadat, yaitu percaya dan yakin akan Tuhan hanya Allah dan Allah adalah Maha Baik yang telah menciptakan manusia yang sempurna dengan segala potensi yang ada, serta berdiskusi dengan teman untuk menambah pengalaman serta menumbuhkan kepercayaan diri pada mahasiswa. <i>Ketiga</i>, rasa malas atau kurangnya daya juang mahasiswa bisa diatasi dengan ritual memperbaiki sholat</p>

		dan senantiasa berdoa kepada Allah.
	<p>d. Terapi/ <i>Treatment</i></p> <p>Tahap ini adalah tahap pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosa. Dalam tahap ini pembimbing memberikan bantuan dengan jenis terapi. Adapaun terapi yang digunakan adalah terapi keagamaan.</p> <p>Solusi yang disarankan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Masalah Metakognitif seperti malas, menunda pekerjaan menggunakan terapi keagamaan. Memperbaiki sholat dan senantiasa berdoa kepada Allah. 2. Masalah Perspektif diri menggunakan Pendekatan Psikodinamika, yaitu mengatasi konflik psikologi yang mendasari. Mencoba untuk terbuka dengan teman seperjuangan, saling diskusi 	<p>d. Dalam mengatasi masalah manajemen diri berupa metakognitif, perspektif diri, dan perilaku. pembimbing berusaha untuk menyadarkan mahasiswa atau terbimbing untuk berdiskusi dan saling menyemangati dan membantu permasalahan yang dihadapi. Pembimbing merumuskan langkah-langkah bantuan yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rasa malas dan tidak adanya daya juang yang lebih, baiknya teman menjadi tempat untuk saling memotivasi dan memberi semangat kebaikan, serta bisa memberi nasihat kepada mahasiswa untuk mencoba memperbaiki sholatnya. Tercantum dalam surat Al-An'kabut 45 yaitu "Dan sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar", serta senantiasa berdoa kepada Allah agar dipermudah dalam segala persoalan berkaitan dengan dosen pembimbing dan lainnya. 2. Mencoba untuk terbuka dengan teman seperjuangan, saling diskusi dan saling memotivasi dan memberi semangat. Kegiatan diskusi antar teman bisa dikatakan bimbingan teman sebaya (<i>Peer Guidance</i>), terjadinya interaksi dan muncul dinamika kelompok. Pengalaman individu dari hasil interaksi dengan orang

	<p>dan saling memotivasi dan memberi semangat. Berdiskusi dengan teman untuk menambah pengalaman serta menumbuhkan kepercayaan diri pada mahasiswa.</p> <p>3. Masalah Perilaku menggunakan terapi , yaitu melatih diri menghadapinya.</p>	<p>lain dan lingkungan yang lebih luas akan menyebabkan perubahan positif pada diri individu dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Kegiatan diskusi tersebut juga menimbulkan saling percaya untuk mengungkapkan pendapat, ide-ide dan pengalaman baru yang memperkuat keyakinan pada diri seseorang bahwa ia mampu dan meyakini bahwa Allah telah menciptakan manusia dengan sempurna dan dengan potensi yang sudah ada dan harus kita kembangkan sebagai wujud dari tanggungjawab kepada Allah.</p> <p>3. Perilaku, yaitu melatih diri menghadapi apapun hal yang akan terjadi. Terapi ini memutuskan pola perilaku masalah manajemen diri dan menguatkan mahasiswa untuk menghadapi segala rintangan dalam menyelesaikan skripsi.</p>
	<p>e. Follow Up/ Evaluasi Pembimbing melihat perubahan pada</p>	<p>Setelah dilakukan proses bimbingan, mahasiswa mengalami perubahan pada dirinya dalam sehari-hari, walaupun</p>

<p>mahasiswa setelah dilakukan proses bimbingan dengan terapi keagamaan untuk mengatasi problematika manajemen diri.</p>	<p>perubahan tersebut tidak terlihat secara langsung melainkan secara bertahap, sekarang mahasiswa lebih bisa mengatur dirinya untuk semangat untuk mengerjakan skripsi. Perubahan sikap dan perilaku tersebut sudah menunjukkan kemajuan yang lebih baik.</p>
--	--

2) Keluarga

Keluarga membantu mengoptimalkan fungsi bimbingan dan konseling Islam Preventif/ Pencegahan, yaitu membantu mahasiswa mencegah timbulnya masalah dengan memberikan bimbingan agar tetap termotivasi dan tidak mengurangi produktivitasnya dalam menyelesaikan skripsi. Metode yang dilakukan adalah ceramah atau nasihat-nasihat.

Data Teori	Data Empiris
<p>a. Identifikasi Masalah Langkah digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien</p>	<p>a. Pembimbing mengumpulkan data diperoleh dari cerita yang disampaikan mahasiswa. Berdasarkan wawancara dengan anak menunjukkan bahwa anak memang mengalami problematika manajemen diri pada hubungan sosial dan kurang motivasi.</p>
<p>b. Diagnosa Langkah dalam menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya</p>	<p>b. Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwa seorang anak tersebut mengalami problematika manajemen diri yaitu hubungan sosial dan kurangnya motivasi.</p> <p>1. Hubungan Sosial, yaitu Malu bertemu dengan teman yang sudah mendahului</p>

		<p>dalam proses pengerjaan skripsi, atau bahkan mahasiswa tua yang malu kepada adek-adeknya yang lebih dulu mengerjakan skripsi, mengakibatkan mahasiswa mengurung diri, menyendiri dan akan menyiksa secara psikis, sehingga mahasiswa harus terbuka kepada teman, mencari teman seperjuangan dalam mengerjakan skripsi. Masalah ini juga terjadi pada mahasiswa <i>introvert</i>, yang lebih senang menyendiri namun ketika mendapat masalah atau kendala ia mengalami kesusahan dalam mengerjakan karena merasa sendiri dan tidakpunya teman.</p> <p>2. Kurang Motivasi. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa belum memandang skripsi sebagai tugas yang bermakna dalam pencapaian prestasi dan belum menjadi kebutuhan utama. Sehingga mahasiswa lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan, atau memilih kegiatan untuk memenuhi kebutuhan pokoknya. Sehingga mahasiswa lupa dengan tanggung jawabnya dalam menyelesaikan skripsi.</p>
	<p>c. Prognosa Menentukan jenis bantuan atau</p>	<p>c. Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa</p>

	<p>terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan diagnosis.</p>	<p>bimbingan konseling Islam dengan menggunakan terapi keagamaan, sebuah tindakan sebagai jalan untuk membantu penyelesaian pada masalah konseli, yaitu dengan dukungan sosial keluarga dengan ceramah dan nasihat .</p>
	<p>b. Terapi/ <i>Treatment</i> Tahap ini adalah tahap pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosa. Dalam tahap ini pembimbing memberikan bantuan dengan jenis terapi. Adapun terapi yang digunakan adalah :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. terapi psikodinamika 2. Terapi Perilaku. 	<p>Dalam usaha mengatasi masalah manajemen diri seperti hubungan sosial dan kurangnya motivasi , pembimbing yang disini adalah keluarga adalah membantu dengan dukungan sosial berupa nasihat dan ceramah. Pembimbing merumuskan langkah-langkah bantuan yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membantu mahasiswa dengan nasihat untuk selalu dekat dengan lingkungan sosialnya. Dekat dengan lingkungan sosial sangat penting , karena dalam semua bidang akan bersinggungan dengan orang lain dan manusia membutuhkan orang lain untuk hidup. Mencoba terbuka dengan teman dan mencari teman seperjuangan. Saran, nasihat, diskusi dan bimbingan dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimilikinya. 2. Mencoba untuk tegas dan

		mendidik dirinya untuk menghadapi segala rintangan dalam menyelesaikan skripsi. Membantu mahasiswa untuk membentengi dirinya untuk terhindar dari godaan yang kurang menguntungkan dalam menyelesaikan skripsi.
	c. Follow up/ Evaluasi	Pembimbing melihat perubahan pada mahasiswa setelah adanya dukungan keluarga. Menjadi lebih semangat dan termotivasi. Dukungan sosial tersebut harus selalu terpantau agar slalu termotivasi dan tidak menurunkan produktivitasnya.

3) Walidosen dan Dosen Pembimbing

Walidosen dan dosen pembimbing membantu mengoptimalkan fungsi bimbingan dan konseling Islam yaitu fungsi Edukatif/ Pengembangan, yaitu membantu mahasiswa memelihara agar keadaan mahasiswa yang tidak baik menjadi baik dan mengembangkan keadaan mahasiswa yang sudah baik menjadi lebih baik serta fungsi Remedial dan Rehabilitatif yaitu membantu mahasiswa memecahkan masalah yang dihadapi.

	Data Teori	Data Empiris
	a. Identifikasi Masalah Langkah digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai	a. Pembimbing mengumpulkan data diperoleh dari cerita yang disampaikan klien. Berdasarkan wawancara, menunjukkan bahwa klien memang mengalami

	sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien	problematika manajemen diri seperti kurang baiknya dalam pengelolaan waktu.
	<p>b. Diagnosa</p> <p>Langkah dalam menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya</p>	<p>b.Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwa seorang anak tersebut mengalami masalah manajemen diri seperti kurang baik dalam pengelolaan waktu. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa ada kegiatan diluar seperti mengikuti organisasi, tidak dapat memanfaatkan waktu luang, bermain handphone atau games dan ada pekerjaan di luar dsb. Sehingga mahasiswa tidak dapat mengatur waktu dengan baik dan mengabaikan pengerjaan skripsi.</p>
	<p>c. Prognosa</p> <p>Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan diagnosis.</p>	<p>d. Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa bimbingan konseling Islam dengan menggunakan terapi keagamaan, sebuah tindakan sebagai jalan untuk membantu penyelesaian pada masalah mahasiswa, yaitu pembimbing menggunakan terapi keagamaan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Langkah yang dapat digunakan yaitu dengan materi keagamaan. Pembimbing memberikan soal berupa tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana mahasiswa memahami materi keagamaan untuk solusi manajemen diri. materi yang digunakan berupa materi berkaitan dengan sholat tepat waktu, selalu</p>

		berdoa kepada Allah dan mengaji untuk membangun karakter pengelolaan waktu. Mahasiswa juga diberi kesempatan untuk bertanya berkaitan hal yang masih belum paham.
	<p>e. Terapi/ <i>Treatment</i></p> <p>Tahap ini adalah tahap pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosa. Dalam tahap ini pembimbing memberikan bantuan dengan jenis terapi. Adapaun terapi yang digunakan adalah terapi keagamaan.</p>	<p>Dalam usaha mengatasi masalah manajemen diri seperti kurang baiknya dalam pengelolaan waktu. Pembimbing berusaha untuk menyadarkan mahasiswa dengan nasihat atau ceramah. Pembimbing merumuskan langkah-langkah bantuan yaitu:</p> <p>Langkah yang dapat digunakan yaitu dengan metode pembangunan karakter dengan tegas untuk melatih kedisiplinan dengan sholat tepat waktu, selalu berdoa kepada Allah dan mengaji. Setelah hal tersebut, mencoba untuk memiliki target dan mempertimbangkan skala prioritas. Mengurangi hal-hal yang kurang penting dan mencoba untuk memprioritaskan hal yang paling penting. Sehingga mahasiswa lebih disiplin untuk mengerjakan skripsi. Apabila individu mencoba mempraktekkan maka secara tidak langsung akan membenahi sikap kedisiplinan lainnya.</p>
	f. Follow up/ Evaluasi	Pembimbing melihat perubahan pada mahasiswa setelah dilakukan proses bimbingan dengan terapi keagamaan untuk mengatasi problematika manajemen diri. Setelah dilakukan proses bimbingan, mahasiswa mengalami banyak perubahan pada dirinya

		dalam sehari-hari, perubahan sikap tersebut menjadi lebih rajin dalam berkonsultasi atau bimbingan skripsi.
--	--	---

Dari proses Bimbingan dan Konseling Islam untuk solusi permasalahan manajemen diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, penjelasan lebih lanjut adalah sebagai berikut:

1. Terbimbing

Berdasarkan permasalahan-permasalahan manajemen diri yang dialami maka upaya yang dapat dilakukan adalah:

Pertama, upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mendekati diri kepada Allah. Hal tersebut juga sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Michael, bahwa orang beragama cenderung memiliki nilai lebih tinggi pada ukuran kontrol diri, dan ukuran kepribadian meningkatkan kesadaran akan melakukan sesuatu dan bagaimana akibatnya, menjauhi larangannya dan melakukan sesuai dengan norma.²¹⁸ Mendekatkan diri kepada Allah yaitu dengan terapi keagamaan yang didalamnya berupa ritual keagamaan seperti shalat, berdoa, taubat, dzikir, memanjatkan puji-pujian kepada Allah, ceramah keagamaan atau kajian kitab suci.²¹⁹

Sesuai dengan pengakuan MRK mahasiswa angkatan 2014 sebagai responden mengatakan bahwa :

“Ketika saya sedang malas, kurang semangat, kurang motivasi dan sering jenuh maka saya berfikir mungkin karena saya jauh dari Allah. Maka ketika itu saya langsung beribadah dan hati lebih tenang serta lebih baik dalam manajemen diri”

Hal tersebut dibenarkan oleh HBW mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan bahwa :

²¹⁸ Michael E. McCulloch and Evan C. Carter , “Religion, Self-Control, And Self Regulation,; How And Why Are The Relate?” Chapter 6. Hlm. 127

“Cerminan manajemen diri yang baik dapat dilatih dengan sholat wajib diawal waktu. Saya merasa lebih baik dalam mengatur waktu, dan lebih disiplin ketika saya disiplin dengan waktu sholat saya. Ketika saya tidak disiplin maka hal yang lain juga mengikuti, jadi lebih pemalas.”²²⁰

Nasihat ulama mengatakan bahwa “Jika kamu bingung darimana ingin memperbaiki hidupmu, maka mulailah dari memperbaiki sholatmu”. Hal tersebut juga tercantum dalam Al-Qur’an yang berbunyi :

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ

“Dan sesungguhnya shalat itu mencegah perbuatan keji dan mungkar. (QS. Al-Ankabut 45)

Kedua, Senantiasa berkumpul dengan teman-teman yang bersama sedang berjuang dalam mengerjakan skripsi, serta melatih diri untuk memaksakan menghadapi segala rintangan dalam menyelesaikan skripsi, baik secara sedikit demi sedikit atau secara lebih besar. Karena Menurut Suryabrata, Peran teman dalam meningkatkan dinamika psikologi sehingga memunculkan rasa percaya diri. Setiap mahasiswa membutuhkan motivasi yang kuat dalam menyelesaikan skripsi. Motivasi sebagai keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorong manusia untuk berbuat/bertindak, menentukan arah perbuatan, dan menyeleksi perbuatan individu.²²¹

Sesuai dengan yang dikemukakan FA mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan bahwa:

“Berkumpul dengan teman-teman semester akhir membuat saya bertambah rajin dan semangat untuk tidak membuang-buang waktu. Apabila mengerjakan skripsi jangan menyendiri karena akan menyiksa

²²⁰ Wawancara dengan HBW pada tanggal 2 Desember 2019, pkl 15.00

²²¹ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Press, 2004, hlm.70

psikis. Cari teman yang masih sama-sama berjuang, Jangan malu dan jangan takut.”²²²

2. Pembimbing

Menurut hasil penelitian bahwasanya pembimbing mahasiswa disini dukungan sosial orang-orang yang berada didekat mahasiswa tersebut seperti teman, keluarga, dosen wali atau dosen pembimbing. Dukungan sosial orang yang berada didekat mahasiswa dapat memberikan motivasi, saling memberi saran dan bisa mendapatkan nasihat. Hal tersebut berkaitan dengan optimalisasi fungsi bimbingan dan Konseling Islam dalam menangani manajemen diri. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam menurut Hamdani Bakran Adzaki meliputi 3 fungsi yaitu : Remedial (Rehabilitatif), Fungsi Educatif (pengembangan), Fungsi Preventif (pencegahan)²²³,

Solusi Pembimbing berkaitan dengan optimalisasi fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dalam menangani manajemen diri mahasiswa yaitu:

Pertama, teman. Menurut Fransiska, Dukungan sosial teman sangat berperan penting dalam menunjang motivasi belajar, misalnya ia mendapat informasi dari salah seorang menyangkut informasi seperti perkuliahan, informasi berkaitan dengan penelitian, informasi berkaitan dengan akademik dan sebagainya.²²⁴ Motivasi teman merupakan dorongan agar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki semangat, teman dapat memberi motivasi dan nasihat yang baik untuk segera dapat menyelesaikan skripsi. Sama halnya seperti konselor yang memberi bimbingan dan konseling kepada klien agar masalah yang dihadapi cepat selesai.

Hal ini sesuai dengan salah satu fungsi dari bimbingan konseling islam yaitu Fungsi Remedial/Rehabilitatif, yaitu untuk membantu individu menyelesaikan masalah atau dalam hal ini menyembuhkan masalah psikologis

²²²Wawancara dengan FA pada tanggal 1 Desember 2019, pukul. 19.00

²²³ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaki, *Op. Cit.,. Konseling Dan Psikoterapi Islam*, hlm.217

²²⁴ Fransiska Lerek, Pengaruh Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Regulasi Diri pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja di Fakultas Ekonomi Program Studi Ekonomi Syariah Universitas Mulawarman Samarinda, *Jurnal Psikoborneo*, vol. 2, No.3, 2014, hlm. 194

yang dihadapi dengan saling bertukar cerita ketika akan bertemu dengan dosen, bagaimana menghadapi ketakutannya, bagaimana membangun kepercayaan dirinya dan lain-lain.

Kedua, Keluarga. Menurut Lubow, Beevers, Bishop, dan Miller (2009) keberfungsian suatu keluarga mengacu pada bagaimana seluruh anggota dari suatu keluarga dapat berkomunikasi satu sama lain, melakukan pekerjaan secara bersama-sama, saling bahu membahu dimana hal tersebut memiliki pengaruh bagi kesehatan fisik dan emosional antar anggota keluarga . Kewajiban suatu keluarga tersebut menjalankan fungsinya bertujuan agar dapat bertahan dalam suatu kondisi apapun.²²⁵

Sehingga peran keluarga dalam meningkatkan motivasi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi sangatlah penting, Karena motivasi dan semangat dari orang-orang terdekat sangatlah berpengaruh terhadap motivasi dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Komunikasi satu sama lain antar keluarga menjadikan mahasiswa dapat saling terbuka dan dapat mengantisipasi kesulitan yang akan dialami melalui nasihat² dari orangtua dan yang lain.

Hal tersebut sesuai dengan fungsi preventif atau pencegahan, yaitu memiliki arti membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah dengan memberikan bimbingan dan arahan bagi mahasiswa semester akhir agar tetap memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan skripsi. Fungsi ini dapat digunakan sebagai sarana antisipasi terhadap kemungkinan resiko kesulitan yang akan dialami mahasiswa semester akhir.

Ketiga, Dosen wali. Setiap mahasiswa dibimbing oleh wali studi yang telah ditunjuk dekan. Tugas-tugas dosen wali secara umum mengarahkan mahasiswa memilih mata kuliah yang diambil pada permulaan semester, memberi pertimbangan dalam hal mengambil jumlah SKS, membantu kelancaran administrasi akademik seperti pengesahan berlakunya Formulir Rencana Studi (FRS), dan Kartu Studi Tetap (KST), mendorong dan

²²⁵ Yulia Herawati, Ratna Wulan, Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dan Daya Juang dengan Belajar Berdasarkan Regulasi Diri pada Remaja, *Jurnal Psikologi, Volume 9 Nomor 2, Desember 2013*, hlm.140

menanamkan kesadaran kepada mahasiswa untuk belajar dengan teratur, berkelanjutan, disiplin serta memiliki akhlak yang luhur, menumbuhkan semangat siswa, memberikan akhlak peringatan lisan atau tertulis kepada mahasiswa yang kurang berprestasi.²²⁶

Selain tugas-tugas yang telah disebutkan diatas, dosen wali studi dapat menjadi teman curhat bagi mahasiswa, memberikan bimbingan, motivasi atau dorongan, dan memberikan keteladanan bagi mahasiswa, agar dapat menjalani perkuliahan dengan baik dan cepat menyelesaikan studinya.

Sesuai dengan fungsi *Edukatif* / Pengembangan, yaitu dosen pembimbing membantu mahasiswa memelihara agar keadaan mahasiswa yang tidak baik menjadi baik dan mengembangkan keadaan mahasiswa yang sudah baik menjadi lebih baik.²²⁷ Dalam pendekatannya membantu mahasiswa, dosen wali studi dapat menggunakan aspek-aspek psikologis, psikoterapi. Edukatif persuasif (meyakinkan), dan motivatif (memberikan alasan-alasan rasional) dari para mahasiswa yang mengalami kesulitan-kesulitan dalam menyusun tugas akhir studi.²²⁸

Keempat. Dosen pembimbing. Dosen pembimbing merupakan partner mahasiswa dalam menyusun skripsi. Dosen pembimbing bertugas membimbing mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Selain membimbing skripsi, dosen pembimbing dapat membantu mahasiswa dengan memberi motivasi agar mahasiswa semangat dalam menyelesaikan tugas akhir studinya.²²⁹ Proses bantuan yang diberikan pembimbing kepada mahasiswa sesuai fungsi *Remidial* dan *Rehabilitatif* yaitu membantu individu memecahkan masalah yang dihadapi.²³⁰ Dalam hal ini mahasiswa yang kurang mampu dalam memajemen dirinya sendiri dibimbing agar mampu menyelesaikan tugas skripsi dengan baik, agar tidak menurunkan produktivitasnya.

²²⁶ Muhibbin, hlm.152

²²⁷ Faqih, hlm.37

²²⁸ Amin, hlm.33

²²⁹ Buku Panduan Penyusunan Skripsi., hlm. 3-4

²³⁰ Farid Hasyim dkk, Op.Cit., hlm. 61-62

3. Materi

Materi yang digunakan adalah dengan terapi keagamaan. Terapi Keagamaan ini dapat berupa kegiatan ritual keagamaan seperti sholat, dzikir, berdoa, puasa, memanjatkan puja-pujian kepada Allah, ceramah keagamaan atau kajian kitab suci, membaca Al-Qur'an dsb.²³¹ Hal ini dilaksanakan dengan bentuk pembelajaran dan pembiasaan. Pembiasaan untuk selalu sholat tepat waktu, baik sholat wajib atau sholat sunnah. Haryono mengatakan bahwa melaksanakan shalat tepat waktu dapat melatih diri untuk belajar disiplin, apabila individu shalat tepat waktu, maka secara tidak langsung akan membentuk sikap kedisiplinan lainnya.²³² Drajat (2010) mengatakan bahwa dengan shalat, anak bisa belajar menjadi disiplin, cekatan, sederhana dan menghargai waktu dalam kehidupan sehari-harinya.²³³

Hal tersebut sejalan dengan pengakuan FA, mahasiswa 2015 sebagai responden yang mengatakan bahwa : “solusi diri sendiri dalam manajemen diri sendiri terlebih berkaitan dengan waktu agar tidak malas dan menunda-nunda waktu yaitu dengan memperbaiki sholat, karena disebutkan dalam hadist bahwa Sholat itu tiang agama maka tiang kehidupan umat islam juga tergantung pada sholatnya.”²³⁴

Hal ini penting , karena akan menghasilkan kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) yang tinggi (Akhlak Karimah), serta kemampuan manajemen diri yang baik. Hal tersebut diperkuat dalam ayat Al-Qur'an surat Ali- Imran ayat 104 dijelaskan :

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

²³² Mela Amelia, Yanwar Arief, Ahmad Hidayat, Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib dengan Prokratinasi Akademik pada Mahasiswa Fakulras Psikologi Universitas Islam Riau, *Jurnal An-Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 13, No.1, 2019, hlm 47

²³³ Mela Amelia, hlm.47

²³⁴ Wawancara dengan FA pada tanggal 1 Desember 2019

Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung. (Depag RI, 2006;63)

Hal tersebut juga dikemukakan oleh ASM mahasiswa 2015 sebagai responden, mengatakan bahwa:

“Kondisi keagamaan yang baik atau kecerdasan emosional dan spiritual berbanding lurus dengan manajemen diri. Jika kondisi keagamaan kita baik maka otomatis manajemen diri kita juga baik, di dalam ayat2 Al-Qur'an mengajarkan kita agar pintar untuk memenejemen diri.”²³⁵

Terapi keagamaan memiliki dua tujuan yaitu : tujuang jangka panjang dan tujuan jangka pendek. Tujuan jangka pendek terapi keagamaan adalah untuk menyembuhkan dan membebaskan manusia dari keluhan yang dihadapi baik fisik maupun psikis. Tujuan jangkauan panjang terapi keagamaan adalah untuk menumbuhkan kesadaran diri pada manusia dengan cara hidup yang islami tercermin dari pola pikir, tingkah laku, iman meningkat ditanda dengan shalat, doa, dzikir dan puasa.²³⁶

Berdasarkan hasil angket yang disebar, sebanyak 35 dari 40 mahasiswa atau 86% mahasiswa mengaku bahwa terapi keagamaan membuatnya menjadi lebih disiplin dan dapat menyelesaikan manajemen diri lebih baik meskipun terjadi secara bertahap.

4. Metode

Berdasarkan penelitian, metode yang dilakukan pembimbing yang dilakukan dalam pelaksanaannya yaitu sebagai berikut :

Pertama, metode ceramah. Metode yang dilakukan dengan maksud untuk menyampaikan keterangan, petunjuk, pengertian dan penjelasan tentang sesuatu kepada mahasiswa dengan menggunakan lisan. Metode ini

²³⁵ Wawancara dengan ASM pada tanggal 2 Desember 2019 pukul 16.04

²³⁶ Rochmah, dalam reza Firmansyah, Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studgti dan Solusinya,.. hlm. 73

dilakukan oleh keluarga khususnya orangtua, metode ini juga bisa dilakukan oleh walidosen atau dosen pembimbing.

Kedua, metode Tanya Jawab. Metode tanya jawab dilakukan dengan menggunakan tanya jawab untuk mengetahui sampai sejauh mana pikiran mahasiswa dalam memahami atau menguasai materi, dan menjawab pertanyaan dari mahasiswa yang dirasa belum memahami ini materi. Metode ini juga merangsang perhatian mahasiswa. Metode ini dilakukan oleh dosen pembimbing.

Ketiga, Metode Diskusi. Diskusi sering dimaksud sebagai pertukaran pikiran (gagasan, pendapat, dan sebagainya) antara sejumlah orang secara lisan membahas suatu masalah tertentu yang dilaksanakan dengan teratur dan bertujuan untuk memperoleh kebenaran. Metode ini menjadikan mahasiswa terlatih menggunakan pendapat secara tepat dan benar tentang materi yang didiskusikan. Metode ini biasa dilakukan dengan teman.

Metode-metode yang dijelaskan tersebut dapat menjadi solusi dalam permasalahan-permasalahan manajemen diri. Hal tersebut dikemukakan oleh ASM mahasiswa 2015 sebagai responden mengatakan;

“Orangtua saya selalu mengingatkan bahwa harus pintar dalam 3 manajemen yang salah satunya adalah manajemen diri, jadi ketika malas saya selalu mengingat nasihat itu. Saya juga sangat senang apabila berdiskusi dengan teman dalam proses pengerjaan skripsi karena menjadikan saya termotivasi dan tidak membuang-buang waktu”.²³⁷

²³⁷ Wawancara dengan ASM pada tanggal 2 Desember 2019, pkl 16.00

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari apa yang telah diuraikan pada bab-bab terdahulu, maka dapat penulis simpulkan bahwa Problematika Manajemen Diri pada Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi adalah sebagai berikut:

1. Problematika Metakognisi dan Perilaku, yang didalamnya terdapat permasalahan malas yang dihadapi mahasiswa
2. Problematika Kurang mampu dalam pengelolaan waktu
3. Problematika Kurang motivasi
4. Problematika Perspektif diri, yang didalamnya terdapat permasalahan malu, takut bertemu dosen dan tidak percaya diri yang dialami mahasiswa
5. Problematika Teman Bergaul atau Hubungan Sosial

Berdasarkan permasalahan tersebut, dibutuhkan solusi. Solusi yang diajarkan Islam adalah dengan kegiatan dakwah. Kegiatan dakwah tersebut yaitu adanya pembimbing, terbimbing, materi dan metodenya. Pembimbing disini adalah teman, keluarga, walidosen atau dosen pembimbing yang didalam layanannya menggunakan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling Islam, serta materi yang digunakan adalah menggunakan terapi keagamaan yang didalamnya terdapat ritual seperti syahadat, sholat, puasa, doa dll untuk berlatih dalam manajemen diri yang baik, serta metode yang digunakan pembimbing adalah dengan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi.

Proses Bimbingan dan Konseling Islam sebagai solusi permasalahan manajemen diri yaitu dengan Identifikasi masalah, yaitu pembimbing mengumpulkan data dari berbagai sumber beserta gejala yang nampak, kemudian diagnosa yaitu menetapkan masalah yang dihadapi mahasiswa, kemudian prognosa, yaitu menentukan jenis bantuan atau terapi yang akan digunakan sesuai permasalahan mahasiswa, selanjutnya berlanjut pada terapi

yang digunakan, setelah itu adanya Follow up / Evaluasi berkaitan dengan proses yang telah berjalan. Dengan menggunakan terapi keagamaan sebagai solusi manajemen diri terbukti 86% mahasiswa mengaku mengalami banyak perubahan lebih baik dalam sehari-hari meski perubahan tersebut terjadi secara bertahap.

B. Saran dan Rekomendasi

1. Saran

a) Kepada pihak fakultas, dosen pembimbing dan dosen penguji

Hendaknya membantu, membimbing, memotivasi dan mengarahkan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi dengan penuh kesabaran dan rasa tanggungjawab yang tinggi sehingga mahasiswa merasa nyaman dan pada akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhir studi dengan baik.

b) Bagi pembimbing

Dapat memberikan pengetahuan tentang manajemen diri yang lebih mendalam, dalam hubungannya mengelola diri sendiri, ataupun usaha yang harus dilakukan untuk menyelesaikan skripsi, agar mahasiswa dapat mengelola diri dengan baik dalam proses penyelesaian skripsi.

c) Bagi mahasiswa

Dapat mengetahui gambaran tentang manajemen dirinya sendiri dan sadar akan apa yang harus dilakukan dengan prioritas untuk menyelesaikan skripsi, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan ketika mahasiswa menyelesaikan skripsi agar tidak mengalami banyak kesulitan.

C. Rekomendasi

Problematika psikologis yang dihadapi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi berupa konsep manajemen diri yang baik. Manajemen diri berkaitan dengan hambatan psikologis dalam menyelesaikan skripsi dan menurut temuan yang dihasilkan adalah problematika yang paling besar, untuk

mengurangi hal tersebut maka pihak Fakultas Dakwah dan Komunikasi melalui LBKI dapat menjalankan perannya untuk mulai mengadakan pelatihan manajemen diri yang baik pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi dengan layanan bimbingan dan konseling Islam seperti terapi keagamaan.

D. Penutup

Rasa syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Karena atas limpahan ahmat, taufiq, hidayah inayahnya, Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tanpa halangan apapun. Tak lupa penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu baik spiritual maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari, bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi bahasa, sistematika, maupun analisisnya, untu itu kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis berharap semoga hasil karya ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya, serta mendapat ridha dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzaki, Hamdan Bakran *Konseling Dan Psikoterapi Islam* , Yogyakarta: Al-Manar, 2015
- Amin, Samsul Munir *Bimbingan dan Konseling Islam* , Jakarta: AMZAH, 2010,
- Amin, Samsul Munir *Rekonstruksi Pemikiran Dakwah Islam* , Jakarta:Amzah, 2008,
- Amelia, Mela ,Yanwar Arief, Ahmad Hidayat, Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib dengan Prokratinasi Akademik pada Mahasiswa Fakulras Psikologi Universitas Islam Riau, *Jurnal An-Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 13, No.1, 2019,
- Apranadyanti, Nitya, Skripsi *Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Siswa Kelas X SMK IBU KARTINI SEMARANG*, 2015,
- Ansort, Hafidz Rifki, *Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan pada Mahasiswa BaruTeknik Arsitektur UIN Maliki Malang*, Skripsi UIN Maliki Malang, 2016
- Arifin, H.M. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden Terayon Press, 1997)
- Arifin, Isep Zaynal, "Bimbingan dan Konseling Islam (Al-Irsyad Wa Al-Tajwih Al-Islam) Berbasis Ilmu Dakwah", *Ilmu Dakwah Academic Journal For Homuletic Studies Vol.4 No. 11 Januari-Juni 2008*,
- Asim,Titi Mirawati "Pengaruh Bimbingan Manajemen Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa" dalam Journal od EST, Volume 2 nomor 2 Agustus 2016
- A'yunin, Qurota *Dukungan Sosial Dalam Penyusunan Skripsi (Studi Kasus Pada Mahasiswa Psikologi yang Mengalami Problematika dalam Penyusunan Skripsi)*, Skripsi UIN Maliki Malang, 2016,

Aqiel Ajiz Alfaris, *Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam Mengurangi Gangguan Kepribadian Mahasiswi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Surabaya:Skripsi , 2019

Azwar, Saifuddin "*Metode Penelitian*" Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 1998,

B, Schunk Uno "*Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*" Jakarta: Bumi Aksara, 2016

Buku Panduan Penyusunan Skripsi, Tim Penyusun Akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, Tahun 2018,

Danim,Sudarwan, *Menjadi Peneliti Kualitatif*, Bandung; PUSTAKA SETIA Bandung, 2002, hlm. 122
Departemen Agama RI, 20014; 548

Firmasnyah,Reza "*Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam i (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)*", Semarang: IAIN Walisongo Semarang, 2014

Fidaus M.Mirza, dan Suharnan, Hubungan Antara Self Regulated Learning dan Komunikasi Interpersonal dengan Problem Focused Coping Mahasiswa, *Jurnal Happiness*, vol.2 No.1 Juni 2018,

Ghufron,M. Nur *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2012,

H, Faisal Ahmad, Hubungan Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar Kalkulus II ditinjau dari Aspek Metakognisi, Motivasi dan Perilaku, *Jurnal Elektronik Pendidikan Matematika Tadulako*, Volume 01 Nomor 01, September 2013

Hardhito, Radhyan ,Tino Leonardi, Gambaran Self Regulated Learning pada Mahasiswa yang Tidak Menyelesaikan Skripsi dalam Waktu Satu Semester di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* , Vol. 5 No. 1, September 2016.,

Hasyim, Farid dkk, *Bimbingan & Konseling Religius*" Jogjakarta: AR-RUZZ

- Hasinah, Siti *Hakikat Manusia Menurut Pandangan Islam Dan Barat*, Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA, Februari 2013 VOL.XIII, No.2
- Herawati, Yulia, Ratna Wulan, Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dan Daya Juang dengan Belajar Berdasarkan Regulasi Diri pada Remaja, *Jurnal Psikologi*, Volume 9 Nomor 2, Desember 2013,
- Herdiansyah, Haris, *Metode Penelitian Kualitatif, ilmu-ilmu sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012),
- Hikmawati, Fenti *,Bimbingan dan Konseling Perspektif Islam* , Jakarta:PT RajaGrafindo Persada, 2015,
- Isnaini,Rohmatun Lukluk “*Penguatan Pendidikan Karakter Siswa melalui manajemen Bimbingan dan Konseling Islam* ” Jurnal Manajemen Pendidikan Islam , volume 1, nomer 1, 2016
- Jazimah,Hanum “*Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam* ”, dalam Jurnal Mudarrisa: Jurnal Kajian Pendidikan Islam , vol 6 No.2, Desember 2014,
- Jeffrey S, Nevid, *Terjemahan Psikologi Abnormal Jilid 2*, Indonesia: Erlangga, 2005,
- Jumarin,M. *Model Bimbingan dan Konseling Manajemen Diri (Bkmd) untuk Meningkatkan Kompetensi dan Efikasi Diri dalam Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas*”, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2012
- Legowo, Vidya Agustina, Susatyo Yuwono, dan Amrizal Rustam, Correllation Between Self Efficacy And Perception Of Leadership Transformational Style With Job Participation Of The Employees dalam Rustini Wulandari,
- Koentjaraningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Gramedia, 1993),
- Lerek, Fransiska, Pengaruh Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Regulasi Diri pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja di

- Fakultas Ekonomi Program Studi Ekonomi Syariah Universitas
Mulawarman Samarinda, *Jurnal Psikoborneo*, vol. 2, No.3, 2014,
- Mariyati, Lely Ika “*Pelatihan Manajemen Diri dengan Pendekatan Choice Theory untuk Menurunkan Kecenderungan Merokok pada Remaja*”,
- Michael E. McCullough and Evan C. Carter, “*Religion, Self-Control, And Self Regul.Ation; How And Why Are They Relate?*” CHAPTER 6
- Moleoang, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010),
- Murtadho, Ali dkk, Self Concept, Self Efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student, *Psikohumaniora:Jurnal Penelitian Psikologi* , Vol 4, No.1 , 2009,
- Nina Nurdiani, “Teknik Sampling Snowball dalam Penelitian Lapangan” , *Jurnal ComTech Vol No.2 Desember 2014*,
- Palupi, Galih Ratna dkk, Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi, *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*,
- Panduan Penyusunan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Tim Penyusun Akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Semarang,2018
- Pasal 1 angka 1 UU No. 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia, dan UU No. 26 Tahun 2000 tentang Pengadilan Hak Asasi Manusia.
- Poedjawijatna,I.R. *ETIKA Flsafat Tingkah Laku*, Jakarta: RINEKA CIPTA Jakarta, 1990,
- Pratiwi, Wilujeng Nur ,Skripsi, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Efikasi Diri dalam Memecahkan Masalah pada Siswa Kelas VIII SMP NEGERI 15 YOGYAKARTA Tahun 2013/2014*, UNY,
- Purwanto, Ngalim, *Psikologi Pendidikan*, Bandung: Rusdakarya, 2003 ,
- Rusandi ,M. Arli dan Ali Rachman, “Efektivitaas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) untuk Meningkatkan Self Esteem

- Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam FKIP UNLAM Banjarmasin”, *Jurnal Al ‘Ulum* , Vol.62 No.4, 2014,
- Safitri Yulikhah, dkk, Self Concept, Self Efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student, *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* , Vol 4, No.1 , 2009,
- Situmorang, Dominikus David Biond “Mahasiswa Mengalami Academic Anxiety Terhadap Skripsi? Berikan Konseling cognitive Behavior Therapy dengan Musik”, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-rahmah volume 3, nomor 2, tahun 2017
- Sada, Heru Juabdin *Manusia dalam Perspektif Agama Islam* , Al-Tadzkiyyah Jurnal Pendidikan Agama Islam , volumen 6 , Februari 2016 ,
- Salahudin, Anas *Bimbingan & Konseling*. Bandung: Pustaka Setia, 2010,
- Saputra, Wahidin *Pengantar Ilmu Dakwah*, Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA, 2011,
- Sarajar, Dewita Karema, Pengaruh Pelatihan Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir, *Jurnal Insight* , Vol. 18 Nomor 2, Agustus 2016, hlm,151
- Sanda, Kusnul Eka dkk, *Manajemen Waktu, Efikasi Diri dan Prokrastinasi*, Persona Jurnal Psikologi Indonesia, Sept 2013, vol.2 No.3,
- Suhendra, Marta, Neviyanrni S & Riska Ahmad, Kontribusi Motivasi Berprestasi terhadap Regulasi Siswa Membolos di Madrasah Aliyah Negeri 2 Payakumbuh serta Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling, *Jurnal Konselor*, Volume Nomor 2 Juni 2016,
- Suryabrata, Sumadi *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Press, 2004,

- Sugiyono, *Metode Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
Bandung: Alfabeta,
- Takhrudin, “*Pribadi-Pribadi Yang Berpengaruh*”, Bandung: Al-Ma’rif, 1991,
- Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dan bimbingan Konseling*,
(Jakarta: Grafindo Persada, 20 ..
- Ula, Khoirotul *Terapi Solution Focus Brief Counseling dalam Meningkatkan Manajemen Diri, Studi Kasus pada Seorang Anak Tunagrahita di Barata Jaya Kecamatan Gubeng Surabaya*, Surabaya: Skripsi , 2019, hlm. 112-1
- Umriana, Anila ”*Laporan Penelitian Individual Studi Analisis Faktr-Faktor Penghambat Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Walisongo Semarang*”, Semarang: UIN WALISONGO SEMARANG, 2017
- Umriana, Anila “*Pengantar Konseling: Penerapan Keterampilan Konseling Dengan Pendekatan Islam* ” Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015,
- Utama, Ferdian ,*Alternatif Metode Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual Anak, Journal Of Early Childhood Care& Education*, Vol. 1 No, 1, March 2018,
- Walgito, Bimo. *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Andi, 2010
- Wihartati, Wening *Pemahaman Individu (Paradigma Psikologi dan Agama)*, Semarang: CV. Karya Abadi Jaya, 2015
- W.S Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*, Jakarta: Gramedia , 1989,
- Wulandari, Rustini, *Pengaruh Internet Addiction Disorder (IAD) Terhadap Kondisi Psikologis Pengguna Internet*, Semarang: Laporan Penelitian, 2015,
- Zainal, Veithzal Rival dkk. *Islam ic Management, Meraih Sukses Melalui Praktik Manajemen Gaya Rasulullah secara istiqomah*

Zulfa, Nadhifatuz Nilai-nilai dan Makna Bimbingan Konseling Islam dalam Hadis Sahih Bukhari (Studi Hadis Tentang Rukun Islam), *RELIGIA ISSN 1411-1632(paper) e-issn 2527-5992 (Online)* Vol.20, N0.2, 2017,

Widiasworo, Erwin ,*19 Kiat Sukses Membangun Motivasi Belajar Peserta Didik*, Yogyakarta: PT. Ar-Ruzz, 2015,

Walisongo.ac.id, diakses pada 27 agustus 2019
<https://amanat.id> edisi 6 september, diakses pada 5 Juli 2019
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kewajiban>
<http://www.artikel789.com/2014/11/makna-tri-etika-kampus-dalam-pembinaan.html>,

FSH UIN, 2013 “Tri Etika Kampus Harus Jadi Pedoman” dalam <http://fsh.walisongo.ac.id/tri-etika-kampus-harus-jadi-pedoman/>,

Rupi’i Amri, 2012, “Tri Etika Kampus”, dalam <https://www.scribd.com/doc/102386059/Tri-Etika-Kampus-lain-Walisongo>,

http://fakdakom.walisongo.ac.id/?page_id=68
https://id.wikipedia.org/wiki/Universitas_Islam_Negeri_Walisongo ,

Lampiran 1
DOKUMENTASI





Gambar mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi sedang mengisi angket

Lampiran 2

Petunjuk Pengisian

Angket ini merupakan jenis angket semi terbuka, dimana masing-masing item pertanyaan sudah diberikan alternatif jawaban, selain itu responden juga diberikan ruang untuk menambahkan jawaban yang belum ada pada jawaban yang sudah ada. Angket ini hanya diberikan pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi angkatan 2013-2016 yang sedang menyelesaikan skripsi. Tuliskan atau pilihlah jawaban dibawah ini yang menjadi masalah manajemen diri anda dalam menyelesaikan skripsi beserta solusi yang dilakukan.

Nama : HTS
Jurusan : BPI
NIM : 1501016031

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
 - a. **Ya**
 - b. TidakJika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Ya, karena aku selalu ingin mengerjakan kegiatan lain yang lebih asyik, daripada mengerjakan skripsi, banyak banget godaannya, tapi malah jadi gk selesai-selesai.
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
 - a. **Ya**
 - b. TidakJika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
karena aku selalu ingin mengerjakan kegiatan lain yang lebih
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
 - a. **Ya**
 - b. TidakJika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
 - a. **Ya**
 - b. TidakJika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Kalau malu, saya malu dengan orangtua sih, merasa belum bisa membahagiakan orangtua dan takut bertemu dengan dosen, karena saya merasa tidak percaya diri, bingung kalau ditanya dosen. Jadi perlu persiapan yang matang

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
- Ya**
 - tidak
- Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Karena sama-sama berada pada pertemanan yang sama-sama malas, tetapi saya selalu terbuka kepada teman-teman
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
- Teman**
 - Keluarga**
 - Walidosen atau dosen pembimbing
 - lainya
- Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Senang ketika bertemu dengan teman, dan saling memberi saran dalam mengerjakan skripsi, sering kekampus bertemu dengan teman seperjuangan.
Keluarga selalu menanyakan tentang skripsi, mengingatkan.
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
- Ya**
 - Tidak
- Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Ya karena saya merasa kondisi keagamaan saya kurang dan menjadikan saya tidak bisa mengelola waktu dengan baik. ketika ibadah saya baik maka saya juga menjadi lebih semangat

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
- b. Keluarga
- c. Walidosen atau dosen pembimbing
- d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Sering ke kampus dan bertemu dengan teman, saya senang apabila ada teman yang mau membantu

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

- b. Ya
- b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena kondisi keagamaan saya sedang kacau dan membuat saya menunda pekerjaan

Nama : MKI
Jurusan : MD
NIM : 2013

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
A. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Malas selalu muncul, padahal ada target yang ingin dicapai
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Ya karena saya kemarin kerja, dan menjadi terhambat. Namun sekarang saya sedang fokus mengerjakan skripsi
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya **b. tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Saling memberi solusi dan sharing kepada teman yang sedang mengerjakan skripsi, adik kelas ataupun teman seperjuangan.sering kekampus
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. Ya **b. Tidak**

Nama : FR
Jurusan : BPI
NIM : 14

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Melawan rasa malas dan kurang kedisiplinan dalam menyelesaikan skripsi
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Saya tidak bisa membuat perencanaan yang tepat, segala yang berhubungan dengan keinginan saya menjadi kurang cepat dan kurang tepat
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
b. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
b. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
b. Ya **b. tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Sering kekampus , berbagi cerita kepada teman seperjuangan menambah motivasi kepada kita untuk semangat mengerjakan skripsi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : ZNM
Jurusan : BPI
NIM : 1501016008

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas, karena saya selalu terganggu dengan handphone

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

saya selalu terganggu dengan handphone

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas sangat menghambat dan takut bertemu dengan dosen, karena tidak percaya diri. dan malu bertemu dengan teman angkatan

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Ya, karena saya lebih suka sendirian, tapi ketika ada apaapa saya bingung karena tidak punya teman, serta malu ketika melihat teman sudah mendahului. Mau tanya-tanya bingung dan takut

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Tidak ada yang membantu, belum tau solusinya

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : MFA
Jurusan : BPI
NIM : 1501016010

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas sangat menghambat

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya **b. Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya **b. Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. **Ya** b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Berada pada pertemanan yang santai dalam mengerjakan skripsi, namun yang menghambat adalah omongan dari orang lain. Fokus pada tujuan dan tidak udah menggubris omongan orang lain

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

a. **Teman**
b. **Keluarga**
c. **Walidosen atau dosen pembimbing**
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Berbagi cerita dengan teman, keluarga dan dosen pembimbing dan fokus dengan tujuan

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Yaa, sangat ada hubungannya kondisi keagamaan dengan manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi

Nama : HM
Jurusan : BPI
NIM : 1501016004

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas sangat menghambat

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena saya ada pekerjaan diluar

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena saya pusing mengerjakan skripsi, jadi pengennya mencari kesibukan lain sebagai pelarian

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya selalu mencoba menghilangkan rasa takut tetapi selalu tidak bisa

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Berada pada pertemanan yang santai dalam mengerjakan skripsi,

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya **b. Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : RU
Jurusan : BPI
NIM : 1501016003

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. **Ya** b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. **Ya** b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. **Ya** b. **tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Awalnya mengganggu karena banyak teman yang santai tapi harus keluar dari zona nyaman dan berkumpul dengan teman seperjuangan

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Selalu berkumpul dengan teman seperjuangan dan saling memotivasi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Ketika percaya kepada Tuhan, berusaha dan berdoa pasti skripsi akan selesai dengan pertolongan Allah. Jika kita meyakini kita akan selalu optimis meskipun kita menemukan berbagai macamujian atau hambatan

Nama : MYI
Jurusan : BPI
NIM : 1501016026

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya selalu tergoda untuk bermain games dan bingung dalam mengerjakan skripsi

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

b. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya tidak tau, namun saya sedang menghilangkan rasa ketakutan itu semua

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Teman selalu mengajak bermain games

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
- b. Keluarga
- c. **Walidosen atau dosen pembimbing**
- d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Meskipun salah dan harus revisi, namun dukungan dari dosen pembimbing sangat diperlukan untuk saya untuk saya menjadi semangat dalam mengerjakan skripsi. Nasihat dan motivasi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Yaa, karena orang yang sudah terbiasa melakukan sholat dengan tepat waktu dia akan bisa memanajemen dirinya dengan baik

Nama : DR

Jurusan : BPI

NIM : 1501016060

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena kurang adanya komitmen saya dalam mengerjakan skripsi

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena saya bekerja sekaligus menjadi tulang punggung keluarga tapi dilain sisi sayamemiliki tanggung jawab menyelesaikan skripsi

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya masih terkalahkan dengan mood saya sampai saat ini dalam mengerjakan skripsi .

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya malah malu jikatidak mengerjakan skripsi

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Berada pada lingkungan kerja membuat saya terkadang melupakan skripsi

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Pada dasarnya siklus wanita naik turun dalam keagamaan. Pengalaman saya ketika saya sedang datang bulan maka saya malas melakukan apapun

Nama : FA
Jurusan : MD
NIM : 1501036102

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Rasa malas bisa dilawan dengan manajemen waktu yang baik, malu, mahasiswa tidak patut menjadi menjadi malu, motivasi diri sendiri adalah yang paling penting, dan jaga komunikasi yang baik dengan dosen pembimbing
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya b. tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Justru bertemu dengan teman menjadikan saya lebih rajin dan lebih semangat agar tidak membuang waktu
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Lingkungan pertemanan kuliah membuat saya menjadi lebih rajin, saling diskusi membuat saya tidak ingin membuang-

buang waktu. Teman yang rajin mengerjakan skripsi menjadi keuntungan menjadikan saya lebih termotivasi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
- a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Yaa, karena dalam Islam contohnya seerti sholat. Rasulallah memperjuangkan sholat waktu. Dimana umat Islam bisa memanajemen diri karena sholat tersebut menjadi tiang agama. Kehidupan umat Islam tergantung pada sholatnya

Nama : SL
Jurusan : BPI
NIM : 1501016028

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Rasa malas sangat menghambat, malas karena dosen pembimbing
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Karena saya kerja menjadikan saya capek dan menunda mengerjakan skripsi
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. **Ya** b. tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Teman selalu mendukung dan memotivasi untuk menyelesaikan skripsi
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Berbagi cerita dan berdiskusi dengan teman, memberi dukungan untuk semangat mengerjakan skripsi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : FA
Jurusan : MD
NIM : 1501016087

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Malas, setiap mau mencil skripsi langsung timbul rasa malas
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Saya kurang termotivasi karena belum bisa mengatur waktu dengan baik, dimana mengerjakan skripsi dengan bermain
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Saya kurang termotivasi karena belum bisa mengatur waktu dengan baik, dimana mengerjakan skripsi dengan bermain
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. **Ya** b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Justru saya sangat senang mendapat saran dan kritik dari dosen pembimbing
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. **Ya** b. **tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Teman saya selalu memberi solusi ketika saya sedang berada pada posisi buntu, menjadi teman diskusi yang baik
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. **Teman**
b. Keluarga
c. **Walidosen atau dosen pembimbing**
d. Lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Teman menjadi teman berdiskusi, ketika saya sedang buntu mereka membantu dengan solusi-solusi yang diberikan.

Dosen memberi kritik dan saran yang membantu dan membangun , yang menjadikan saya semangat lagi untuk mengerjakan skripsi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
- a. Ya
 - b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Yaa, karena selain bimbingan skripsi, dosen pembimbing saya selalu mengingatkan untuk selalu berdoa agar dipermudah Allah dalam mengerjakan skripsi

Nama : AL
Jurusan : BPI
NIM : 101016033

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

b. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Sering malas apalagi ketika bertemu dengan dosen, menjadikan down banget dan menjadi tambah males jadi sering menghabiskan waktu dengan hal yang tidak jelas

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

b. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya ada pekerjaan diluar

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

c. Ya **b. Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

c. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

c. **Ya** b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Merasa tidak punya teman, selalu sendiri dan tidak mempunyai temanuntuk berbagi cerita , Sudah sibuk sendiri-sendiri. jadi terkadang bingung kalau ada apa-apa

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

a. Teman

b. **Keluarga**

c. Walidosen atau dosen pembimbing

d. **lainya**

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Ibu selalu memberikan nasihat kepada saya. Kata ibu ketika saya sering dalam mendekatkan diri kepada Allah pasti hati akan semangat dan kemudahan selalu menghampiri, serta terbuka dengan teman agar sama-sama berjuang dan tidak sendirian

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. **Ya**

b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

ketika saya sering dalam mendekatkan diri kepada Allah pasti hati akan semangat dan kemudahan selalu menghampiri

Nama : HBW
Jurusan : BPI
NIM : 1501016015

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Memang tidak menjadi masalah yang besar, namun memang terkadang rasa malas itu hadir
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. **Ya** b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. **Ya** b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. **Ya** b. **tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
 - a. Teman
 - b. Keluarga
 - c. Walidosen atau dosen pembimbing
 - d. **lainya**Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Ya, contoh kecilnya adalah sholat waktu sehari adalah alat untuk belajar disiplin untuk manajemen diri. saya merasa

lebih baik dalam mengatur waktu ketika saya disiplin dengan waktu shalat saya. Ketika saya tidak disiplin maka hal yang lain juga mengikuti , jadi lebih malas.

Nama : AS

Jurusan : BPI

NIM : 14

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Melawan rasa malas dan sehingga menunda-nunda mengerjakan skripsi

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya tidak bisa membuat perencanaan yang tepat, segala yang berhubungan dengan keinginan saya menjadi kurang cepat dan kurang tepat

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Awalnya saya masalah, Saya susah untuk terbuka dengan teman dan akhirnya menyendiri dalam mengerjakan skripsi namun saya harus merubah hal tersebut karena banyak teman seperjuangan yang siap untuk berjuang bersama

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- Teman
- Keluarga
- Walidosen atau dosen pembimbing
- lainya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Sering kekampus , banyak teman yang memotivasi dan semakin semangat karena melihat teman-teman yang lebih giat dari saya

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

b. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Mempunyai hubungan, kondisi keagamaan yang baik dengan sholat, puasa, doa menjadikan saya semangatv menadi orang lebih baik dan berakhlakul karimah

Nama : NA
Jurusan : PMI
NIM : 1501046042

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Iya, berawal dari semangat yang tinggi namun dosen pembimbing seenaknya sendiri timbulah rasa malas tersebut

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya berada pada lingkungan aktifis, saya senang berorganisasi sehingga terkadang saya tidak bisa membagi waktu dengan baik

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

- Saya menjadi takut apabila bertemu dengan dosen pembimbing**

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. Lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Teman selalu memberi masukan untuk menangani ketakutan saya bertemu dengan dosen, bagaimana menghadapi dosen

pembimbing. Berdiskusi dan memberi solusi yang baik kepada saya

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : RY

Jurusan : KPI

NIM :

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Malas karena takut bertemu dengan dosen yang jutek

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Malas dan takut bertemu dengan dosen karena setiap dosen memiliki pengalaman sendiri-sendiri, ada yang super jutek bikin saya tidak mood untuk menemuinya dan membuat saya malas juga untuk menemuinya

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

a. Teman

b. Keluarga

c. Walidosen atau dosen pembimbing

d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Sering berdiskusi dengan teman bagaimana mengatasi rasa malas dan ketakutan ketika bertemu dengan dosen tersebut, dan saya mencari teman seperjuangan untuk menemui dosen tersebut. Karena hal tersebut membuat saya lebih berani dan lebih semangat

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

c. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Ya, ketika saya sholat 5 waktu, saya selalu sholat terlebih dahulu sebelum mengerjakan skripsi dan memohon doa dan fokus dengan Allah untuk diberi kemudahan untuk mengerjakan skripsi. Hal tersebut membuat saya semangat karna percaya bahwa Allah akan membantu saya

Nama : UM
Jurusan : BPI
NIM : 1501016125

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Terkadang malas untuk mengerjakan skripsi

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. **Ya** b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. **Ya** b. **tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. **Teman**
- b. **Keluarga**
- c. **Walidosen atau dosen pembimbing**
- d. **lainya**

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Saya selalu bertanya dengan teman ketika saya tidak tau, dan teman selalu memberi solusi dalam menangani masalah tersebut, diskusi bersama teman. Senang karena banyak teman yang membantu saya

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : YMT
Jurusan : BPI
NIM : 1501016031

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Malas karena rumah saya jauh namun dosen sering susah untuk ditemui, kadang malas karena ditemui berkali-kali namun tidak bertemu.

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya tinggal didesa, sehingga jauh dari teman-teman sehingga saya harus membangkitkan semangat saya untuk diri sendiri. Dan dilain sisi saya juga lebih senang sendiri karena lebih leluasa namun terkadang bingung jika ada info-info tentang akademik

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. Lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Menurut saya tidak, karena manajemen diri datangnya dari diri sendiri sedangkan keagamaan wujudnya perilaku yang terkadang kondisinya bisa naik dan turun

Nama : US
Jurusan : BPI
NIM : 1501016030

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Malas karena sudah lama saya tinggalkan dengan fokus ke kegiatan luar atau organisasi luar
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Karena disatu sisi ada kegiatan yang penting mendesak disisi lain harus mengerjakan skripsi
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya **b. tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Sebenarnya teman selalu memberi dukungan namun saya masih belum bisa dalam membagi waktu antara organisasi dan mengerjakan skripsi

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. Ya

b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Menurut saya tidak

Nama : NS
Jurusan : PMI
NIM : 15

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Saya tidak bisa membagi waktu dengan pekerjaan diluar, sehingga sayua kecapaian dan tidak mengerjakan skripsi
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya b. tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
saya sedang semangat dalam mengerjakan skripsi, dan teman-teman selalu memberi dukungan dan motivasi
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. Ya b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : NSM
Jurusan : BPI
NIM : 1501016079

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Ya, melawan rasa malas dan membudidayakan rajin

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Tidak, karena saya bekerja diluar. Dan hal tersebut dijadikan sebagai belajar bekerja sambil berproses memenejemen waktu yang baik

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Alhamdulillah teman-teman disekelilingku baik dan selalu mendukung

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

Nama : RU

Jurusan : KPI

NIM :

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Malas karena terkadang dosen pembimbing suka mengulur-ulur waktu dan hal itu membuat saya malas
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. Ya **b. Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya **b. tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
Sering kekampus , berbagi cerita kepada teman seperjuangan
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : MAR
Jurusan : BPI
NIM : 1501016013

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Sebenarnya saya mempunyai pekerjaan di luar dan tidak terlalu mengganggu waktu saya, hanya saja saya belum ingin cepat lulus

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Saya kurang motivasi untuk lulus cepat saja

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. Ya b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. Ya b. **tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Banyak teman yang selalu mendukung saya untu lulu cepat, namun hanya saya saja yang belum pengen lulus

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

d. Ya b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Nama : GR
Jurusan : BPI
NIM : 1501016056

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Malas karena menunggu koreksi sangat lamaa
2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
Saya selalu tergoda dalam menggunakan sosial media, kadang jadi tidak sadar sudah bermain handphone lama
3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
a. Ya b. **Tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
a. Ya b. **tidak**
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?
6. Dalam proses menyelesaikan skripsi , Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?
a. Teman
b. **Keluarga**
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. **lainya**
Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?
7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?
a. **Ya** b. Tidak
Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Ya karena setiap kali saya memperkuat ibadah saya, saya menjadi lebih tenang dan semangat

Nama : AKL

Jurusan : BPI

NIM : 1501016024

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan
- a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Rasa malas tersebut muncul ketika sedang menyelesaikan skripsi dan ketika rasa malas tersebut muncul maka sulit untuk mengerjakan

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu
- a. **Ya** b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Tidak karena saya sudah menargetkan apa yang akan saya capai

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi
- a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Teman sekeliling saya kurang adanya sifat kompetitif dan santai dalam mengerjakan skripsi, membuat saya kurang termotivas

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.
- a. **Ya** b. **Tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan
- a. **Ya** b. tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Banyak teman saya yang santai sehingga membuat saya juga santai

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. **Teman**
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

Nama : TRY
Jurusan : KPI
NIM : 1601026085

1. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malas, dan suka menunda-nunda pekerjaan

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Malas, karena susah dan tidak mendapat-mendapatkan judul

2. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang baiknya dalam pengelolaan waktu

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Permasalahan pada diri saya yang masih malas

3. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah kurang motivasi

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena belum ada kemauan pada diri sendiri

4. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah malu, takut, dan tidak percaya diri.

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

Karena saya belum mendapatkan judul

5. Salah satu masalah saya dalam mengerjakan skripsi adalah hubungan sosial atau hubungan pertemanan

a. **Ya** b. **tidak**

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

6. Dalam proses menyelesaikan skripsi, Siapakah orang yang selalu memberi bantuan, dukungan atau bimbingan?

- a. Teman
b. Keluarga
c. Walidosen atau dosen pembimbing
d. lainnya

Bagaimana bentuk dukungan yang dilakukan ?

7. Menurut anda, apakah terapi keagamaan (sholat, puasa, doa dll) menjadi salah satu solusi dalam manajemen diri dalam menyelesaikan skripsi?

a. **Ya** b. Tidak

Jika jawaban anda ya, mengapa hal tersebut terjadi?

**Ketika saya mencoba untuk menaikkan intensitas beribadah
maka saya sadar dan ingin berubah untuk menjadi rajin**

Lampiran 3

BIODATA PENULIS

Nama : Reysa Ari Susanti
NIM : 1501016016
Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
TTL : Tegal, 12 September 1996
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Desa Cerih, Kecamatan Jatinegara Kabupaten
Tegal, rt 10 rw 01
Email : reysasusanti22@gmail.com

Jenjang Pendidikan Formal :

1. SD Negeri Cerih 01 lulus 2009
2. SMP Negeri 1 Jatinegara lulus 2012
3. SMA Negeri 3 Slawi lulus 2015
4. UIN Walisongo lulus 2020

Pengalaman Organisasi :

1. Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) Rayon Dakwah
2. DEMA Fakultas Dakwah dan Komunikasi
3. Komunitas Tari Gandhes Luwes

Semarang, 8 Mei 2020

Penulis



Reysa Ari Susanti

1501016016