

**KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN  
TUGAS AKHIR STUDI DAN SOLUSINYA PERSPEKTIF  
BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI**  
(Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)



**SKRIPSI**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
mencapai derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)  
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

**REZA FIRMANSYAH. H**  
**081111008**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO**  
**SEMARANG**  
**2014**



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Prof. Dr. Hamka KM.2 (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185 Telp. (024) 7606405

**NOTA PEMBIMBING**

Lamp : 5 (lima) eksemplar  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth. '  
**Dekan Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi**  
IAIN Walisongo Semarang  
di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

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

Nama : Reza Firmansyah. H  
NIM : 081111008  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)  
Judul Skripsi : Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Studi Dan Solusinya Perspektif Bimbingan dan Konseling Islami (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang)

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

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 27 Juni 2014

Pembimbing

Bidang Substansi Materi

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

**Dra. Hj. Jauharotul Farida, M.Ag**  
NIP. 19640304 199101 2 001

**Hasyim Hasanah, M. SI**  
NIP. 19820302 200710 2 001

**PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENYELEAIKAN TUGAS  
AKHIR STUDI DAN SOLUSINYA PERSPEKTIF BIMBINGAN  
DAN KONSELING ISLAMI**

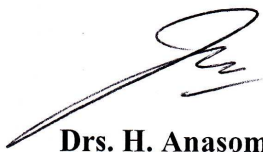
**(Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo  
Semarang)**

Di susun oleh  
**REZA FIRMANSYAH. H**  
**081111008**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 27 Juni 2014  
dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat  
**Susunan Dewan Penguji**

Ketua Sidang

Sekretaris Sidang



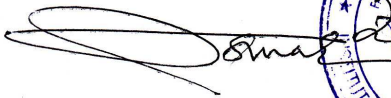
**Drs. H. Anasom, M.Hum**  
**NIP. 19661225 199403 1 004**



**Dra. Hj. Jauharotul Farida, M.Ag**  
**NIP. 19640304 199101 2 001**

Penguji I

Penguji II



**Prof. Dr. Hj. Ismawati, M.Ag**  
**NIP. 19480705 196705 2 001**



**Drs. H. Machasin, M.Si**  
**NIP. 19540506 198003 1 003**

## **PERNYATAAN**

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini adalah benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, 27 Juni 2014

**Reza Firmansyah. H**  
NIM: 081111008

## MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ  
وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

*“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”  
(Q.S. Al-Ra’d: 11).*

## ABSTRAK

Problematika psikologis sering terjadi pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Problematika psikologis yang sering terjadi pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi adalah kecemasan.

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Untuk menemukan gejala-gejala dan faktor penyebab kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi. 2) Menemukan solusi perspektif bimbingan dan konseling islami yang efektif dan efisien terhadap mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang.

Metode penelitian menggunakan penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan bimbingan dan konseling islami. Pengumpulan data yang digunakan adalah: 1) *Observasi*, penulis melakukan proses penelitian secara langsung dalam artian peneliti mengamati faktor-faktor penyebab stres dan kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir studi. 2) *Interview*, penulis melakukan wawancara dengan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang. 3) *Dokumentasi*, mencari data yang berhubungan dengan masalah penelitian berupa catatan transkrip, buku, surat kabar, majalah, dan sebagainya untuk mengetahui kelembagaan, administrasi.

Analisis data menggunakan deskriptif kualitatif, dengan tahapan *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing/verification* (simpulan dan verifikasi).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi dapat digolongkan menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang bersifat dari dalam individu diantaranya metodologi penelitian, malu, malas, kesulitan metodologi resech. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu diantaranya prosedur pengajuan proposal, proses bimbingan, tekanan lingkungan, biaya pembuatan skripsi, organisasi, dan kuliah sambil kerja. Upaya yang dapat digunakan untuk menurunkan atau mengurangi kecemasan adalah Bimbingan dan Konseling Islami, berupa solusi yang bersifat internal dan solusi yang sifatnya eksternal.

Solusi internal adalah solusi mengurangi kecemasan yang dilakukan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Solusi internal yang dilakukan mahasiswa diantaranya terapi keagamaan dan terapi relaksasi. Sedangkan solusi eksternal adalah solusi dari luar individu untuk mengurangi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi, berupa bantuan dari teman, dosen wali studi dan dosen pembimbing.

Rekomendasi penulis dalam penelitian ini yaitu supaya pihak Fakultas Dakwah dan Komunikasi melalui LBKI dapat menjalankan perannya untuk mengurangi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi, dengan layanan bimbingan dan konseling islami seperti terapi keagamaan dan terapi relaksasi.

*Keywords: Kecemasan, Bimbingan dan Konseling Islami*

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Almamater IAIN Walisongo Semarang
2. Orang tua tercinta Bapak Syah Roji dan Ibu Suharti, yang telah membesarkan dengan kasih sayang, memberikan bimbingan dan nasehat yang tiada pernah henti, dan selalu mendo'akan kesuksesan ananda. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan kasih sayang-Nya kepada mereka berdua.
3. Adik-adikku tercinta dan selalu aku sayang Khanifah Harjiyanti, Ahmad Fajrul Anam dan Fina Aulia yang selalu memotivasi dan mendoakanku dengan lantunan ayat-ayat suci al-Qur'ân. Semoga Allah SWT selalu memberikan perlindungan kepadanya.
4. Semua sahabat-sahabatku yang telah membantu dan memberikan motivasi sampai skripsi ini selesai. Semoga Allah SWT memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada kita semua. *Amin*.

## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur, *alhamdulillah* penulis panjatkan kehadiran Allah SWT

yang telah memberikan kehidupan bagi makhluk-Nya. Tiada Tuhan yang berhak untuk disembah kecuali Allah *Azza Wajala*. Salawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah membawa Islam kearah perbaikan, peradaban dan kemajuan, sehingga kita dapat hidup dalam konteks budaya yang beradab ditunjang dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan teknologi modern.

Penyusunan skripsi ini melibatkan banyak dukungan baik berupa bimbingan, semangat serta berbagai bentuk masukan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada :

1. Prof. Dr. H. Muhibbin. M.Ag. rektor IAIN Walisongo Semarang.
2. Dr. H. Muhamad Sulton. M.Ag. dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang
3. Hj. Mahmudah, S. Ag, M. Pd dan Anila Umriana, M. Pd selaku ketua dan sekretaris jurusan BPI
4. Ibu Dra. Hj. Jauharotul Farida, M.Ag dan Ibu Hasyim Hasanah, M.SI selaku pembimbing I dan II yang telah memberikan petunjuk dan bimbingan kepada penulis. Kesabaran, keikhlasan, keterbukaan dalam memberikan motivasi dan arahan menjadikan penulis merasa nyaman sehingga skripsi ini dapat dikerjakan dengan lancar.
5. Bapak, Ibu Dosen Fakultas Dakwah yang telah mengamalkan ilmunya dan membimbing penulis hingga akhir perkuliahan



6. Bapak dan Ibu tercinta dan terkasih Bapak Syah Roji dan Ibu Suharti yang telah berjuang melawan panas teriknya matahari demi kebahagiaan seorang anak (penulis). Terima kasih atas dukungan moral dan meterial serta do'a, restunya yang tak henti-hentinya diberikan kepada penulis
7. Adik-adiku tercinta dan selalu aku sayang Khanifah Harjiyanti, Ahmad Fajrul Anam dan Fina Aulia yang selalu mendo'akan saya.
8. Eka Sulistiani dan Husnul Falasifah As-Salwa yang selalu mendo'akan dan memberikan motivasi.
9. Semua sahabat-sahabatku Muhammad Irfannudin, Nur Khafidoh, Muhammad Irfan, Miftah Maulana Husni, Riski Mulyadi Situmeang, Siswo Ari Wibowo, M. Soim, Kang Tanwir, Kang Rois dan teman-teman posko 29 (Posko Kepet's) yang selalu mendo'akan dan memberi motivasi kepada penulis.
10. Semua teman-temanku di Fakultas Dakwah dan sahabat-sahabatku dan semuanya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terima kasih buat do'a, dukungan, motivasi dan kenangannya selama ini.

Kepada mereka semua tidak ada sesuatu yang dapat peneliti berikan sebagai imbalan, kecuali sebaait do'a "Semoga Allah membalas kebaikannya dengan balasan yang lebih baik dan lebih banyak".

Skripsi yang sederhana ini terlahir dari usaha yang maksimal dari kemampuan terbatas pada diri peneliti. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, baik dari segi isi maupun tulisan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan di masa yang akan datang.

Dengan segala kerendahan hati peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca yang budiman. Kesempurnaan hanya milik

Allah SWT, hanya kepadaNya kita bersandar, berharap, dan memohon taufik dan hidayah.

Semarang, 27 Juni 2014  
Penulis,

**Reza Firmansyah. H**  
NIM: 081111008

## TRANSLITERASI

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf latin beserta perangkatnya. Pedoman transliterasi dalam skripsi ini meliputi :

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba	b	be
ت	ta	t	te
ث	tsa	ts	tsa (dengan titik di atas)
ج	jim	j	je
ح	kha	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	kho	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	dzal	dz	dzet (dengan titik di atas)
ر	ra	r	er
ز	za	z	zat
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	shad	sh	esh (dengan titik di bawah)
ض	dad	d	ded (dengan titik di bawah)
ط	tha	th	te (dengan titik di bawah)
ظ	dhod	dh	dhet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	.....'	koma terbalik (di atas)
غ	ghain	gh	ghe
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

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>ABSTRAKSI</b> .....	v
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	6
D. Tinjauan Pustaka .....	7
E. Metode Penelitian .....	10
F. Sistematika Penulisan .....	14
<b>BAB II KECEMASAN, BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI</b>	
A. Kecemasan .....	16
1. Pengertian Kecemasan .....	16
2. Gejala-gejala Kecemasan .....	19
3. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan .....	21
4. Jenis-jenis Kecemasan .....	23
5. Tingkat Kecemasan .....	24
6. Terapi Penanggulangan Kecemasan .....	26

B. Bimbingan dan Konseling Islami .....	28
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islami .....	28
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islami .....	30
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islami .....	32
4. Urgensi Bimbingan dan Konseling Islami terhadap Problematika Psikologis Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir .....	33

### **BAB III LAPORAN HASIL PENELITIAN**

A. Gambaran umum Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang .....	35
1. Visi dan Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi .....	35
2. Tujuan Fakultas Dakwah dan Komunikasi .....	36
3. Profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi .....	36
4. Struktur Organisasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi ....	38
5. Kedudukan Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi	39
6. Penulisan Skripsi .....	40
B. Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan tugas akhir studi	67
a. Faktor Internal .....	46
b. Faktor Eksternal .....	50

### **BAB IV ANALISIS FAKTOR PENYEBAB KECEMASAN MAHASISWA DAN SOLUSINYA**

A. Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang .....	57
B. Analisis Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisngo Semarang .....	58
C. Analisis Solusi Kecemasan dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islami .....	70
1. Solusi Internal .....	71
2. Solusi Eksternal .....	72

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	77
B. Saran dan Rekomendasi .....	78
C. Penutup .....	79

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

**BIODATA**