

ABSTRAK

Penulisan tugas akhir menjadikan kebanyakan mahasiswa stress, takut, bahkan sampai frustrasi dan ada juga yang nekat bunuh diri. Telah banyak contoh kasus mahasiswa yang menjadi lama dalam penyelesaian studinya karena terganjal dengan masalah tugas akhir. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Sumber data diperoleh dari sumber data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara, serta diperkuat dengan adanya metode dokumentasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sumber stres yang dialami oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dalam mengerjakan tugas akhir dan untuk mengetahui bagaimana coping stress yang dilakukan oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dalam menyelesaikan tugas akhir. Stress terjadi ketika tekanan dirasa melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Dampak negative yang muncul dari hal yang dianggap mendatangkan stress menuntut sumber daya individu yang terkena stress untuk mengatasi stress tersebut.

Kata kunci: Mahasiswa tingkat akhir, *coping stress*.

ABSTRACT

Writing final assignments makes most students stressed, afraid, even to the point of frustration and some are suicidal. There have been many examples cases of students who take a long time to complete their studies because of obstacles with final assignment problems. This study used qualitative research method. Data The aim of this research is to find out the source of stress experienced by islamic counseling guidance students in completing their final assignments and to find out how stress coping is carried out by islamic counseling guidance students in completing their final assignments. Stress occurs when pressure is felt to exceed a person's abilities to overcome it. Negative impacts that arise from things that are considered Bringing stress demands on the resources of individuals affected by stress overcome this stress.

Keywords: *Final year students, coping with stress.*

خلاصة

إن كتابة الواجبات النهائية تجعل معظم الطلاب يشعرون بالتوتر والخوف وحتى الإحباط، بل إن بعضهم ينتحر. هناك العديد من الأمثلة لحالات الطلاب الذين استغرقوا وقتاً طويلاً لإكمال دراستهم بسبب إعاقتهم بسبب مشاكل الواجبات النهائية. استخدمت هذه الدراسة أساليب البحث النوعي. تم الحصول على مصادر البيانات من مصادر البيانات الأولية والثانوية. تستخدم تقنيات جمع البيانات الملاحظة والمقابلات، ويتم تعزيزها بطرق التوثيق. الهدف من هذا البحث هو معرفة مصدر التوتر الذي يعاني منه طلاب الإرشاد الإسلامي في إكمال فروضهم النهائية ومعرفة كيفية التعامل مع التوتر لدى طلاب الإرشاد الإسلامي في إكمال فروضهم النهائية. يحدث التوتر عندما يشعر الشخص بالضغط الذي يتجاوز قدرة الشخص على التأقلم. إن التأثيرات السلبية التي تنشأ من الأشياء التي تعتبر مسببة للتوتر تتطلب موارد الأفراد المتأثرين بالتوتر للتغلب على هذا التوتر.

الكلمات المفتاحية: طلاب السنة النهائية، التعامل مع الضغوط.