

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Makna Kesejahteraan Psikologis Mahasantri Tingkat Akhir dalam Proses Penyelesaian Tugas Akhir: Studi Fenomenologis” ini ditulis oleh Kanajmi Amalia Bilqis, NIM. 1860308221026, dengan pembimbing atau promotor Faruq, S.Psi., M.Psi.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Mahasantri Tingkat Akhir, Proses Penyelesaian Tugas Akhir, Metode Kualitatif, Pendekatan Fenomenologi.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya sebuah fenomena yang muncul di tengah-tengah kita, dimana terdapat mahasantri tingkat akhir yang sedang dalam proses penyelesaian tugas akhir mengalami beberapa tuntutan akademik dalam proses penyelesaian tugas akhir tersebut. Disisi lain, dalam proses penyelesaian tugas akhir, masih terdapat kegiatan wajib dari kampus yaitu magang atau PPL dan ditambah dengan adanya kegiatan di pondok pesantren yang turut menyertai proses penyelesaian tugas akhir mahasantri. Tuntutan-tuntutan tersebut dapat memunculkan beragam emosi yang secara tidak langsung dapat mengubah pandangan mahasantri terhadap pengalaman yang dirasakan. Dari adanya fenomena tersebut, munculah pertanyaan bagaimana makna kesejahteraan psikologis pada mahasantri tingkat akhir dalam proses penyelesaian tugas akhir?

Tujuan dari penelitian ini, diharapkan dapat menggali secara lebih mendalam pengalaman mahasantri tingkat akhir yang sedang dalam proses penyelesaian tugas akhir terkait bagaimana mereka mengalami dan merasakan kesejahteraan psikologis selama proses penyelesaian tugas akhir, bagaimana mereka menyadari dan menghayati pengalaman emosional dalam menghadapi tekanan akademik dan tuntutan kegiatan di pondok pesantren selama proses penyelesaian tugas akhir, serta apa makna kesejahteraan psikologis dalam menjalani kehidupan akademik, sosial, dan religiusnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa makna kesejahteraan psikologis bagi mahasantri tingkat akhir terwujud dalam enam tema superordinat yang didapat melalui proses analisis menggunakan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) yang telah dilakukan terhadap wawancara mendalam pada ketiga informan penelitian yang memuat konflik peran, gangguan emosi, dukungan sosial, strategi bertahan, perasaan positif, serta makna kesejahteraan. Dimana, makna kesejahteraan psikologis pada mahasantri tingkat akhir dimulai dari pengalaman individu yang menghadapi tekanan dan konflik yang dapat memicu gangguan emosi. Kemudian, adanya dukungan sosial menjadi penyangga dari adanya emosi negatif yang muncul, sehingga dapat memunculkan perasaan positif. Setelah menyadari emosi negatif yang muncul, mahasantri akan melakukan strategi bertahan yang tepat sesuai dengan diri mereka masing-masing. Dari pengalaman tersebut, mahasantri dapat memberi makna pada kesejahteraan psikologis yang dirasakan selama proses penyelesaian tugas akhir.

ABSTRACT

The undergraduate thesis entitled “The Meaning of Psychological Well-Being among Final-Year Mahasantri in the Process of Completing Their Final Thesis: A Phenomenological Study” was written by Kanajmi Amalia Bilqis, Student Identification Number (NIM) 1860308221026, under the supervision of Faruq, S.Psi., M.Psi.

Keywords: Psychological Well-Being, Final-Year Mahasantri, Final Thesis Completion Process, Qualitative Method, Phenomenological Approach.

This study was motivated by a phenomenon occurring among final-year mahasantri, who face various academic demands during the process of completing their final thesis. In addition to the thesis-writing process, they are also required to undertake mandatory university activities such as internships or teaching practicum (PPL), while simultaneously fulfilling responsibilities within the Islamic boarding school environment. These multiple demands may give rise to various emotions that can indirectly influence how the students perceive and interpret their experiences. Based on this phenomenon, the study seeks to answer the following question: What is the meaning of psychological well-being among final-year mahasantri during the process of completing their final thesis?

The purpose of this study is to explore in greater depth the experiences of final-year mahasantri who are in the process of completing their final thesis. Specifically, the study aims to understand how they experience and perceive psychological well-being throughout the thesis completion process, how they become aware of and interpret their emotional experiences when facing academic and Requirements for activities at Islamic boarding schools, and what psychological well-being means in the context of their academic, social, and religious lives.

The findings of this study indicate that the meaning of psychological well-being among final-year mahasantri is manifested through six superordinate themes identified through the application of Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) to in-depth interviews conducted with three participants. These themes include social support, the meaning of well-being, emotional disturbances, role conflict, coping strategies, and positive feelings. The meaning of psychological well-being begins with individual experiences of pressure and conflict that may trigger emotional disturbances. Social support functions as a buffer against the emergence of negative emotions, thereby fostering positive feelings. After becoming aware of the negative emotions they experience, the mahasantri employ coping strategies that are appropriate to their individual circumstances. Through these experiences, they construct and assign meaning to the psychological well-being they experience during the process of completing their final thesis.

الملخص

أُعِدَّ بحث التخرج المعنون بـ “معنى الرفاه النفسي لدى المهاسانترزي في السنة النهائية أثناء عملية إنجاز بحث التخرج: دراسة ظاهرانية” من قِبَل كاناجي أماليا بلقيس، رقم القيد ١٨٦٠٣٠٨٢٢١٠٢٦، تحت إشراف فاروق، الماجستير.

الكلمات المفتاحية: الرفاه النفسي، المهاسانترزي في السنة النهائية، عملية إنجاز بحث التخرج، المنهج النوعي، المقاربة الظاهرانية.

تنطلق هذه الدراسة من ظاهرة يعيشها عدد من المهاسانترزي في السنة النهائية، حيث يواجهون أثناء عملية إنجاز بحث التخرج مجموعة من المتطلبات الأكاديمية. وفي الوقت نفسه، لا تزال هناك أنشطة جامعية إلزامية، مثل التدريب العملي أو برنامج الخبرة الميدانية، إلى جانب الأنشطة المقامة في المعهد الإسلامي التي تواكب عملية إنجاز بحث التخرج. ويمكن لهذه المتطلبات أن تثير مشاعر متنوعة تؤثر، بصورة غير مباشرة، في نظرة المهاسانترزي إلى الخبرات التي يمرون بها. ومن هذه الظاهرة تنبثق مشكلة الدراسة، وهي: ما معنى الرفاه النفسي لدى المهاسانترزي في السنة النهائية أثناء عملية إنجاز بحث التخرج؟

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف بعمق عن خبرات المهاسانترزي في السنة النهائية أثناء إنجاز بحث التخرج، ولا سيما كيفية اختبارهم للرفاه النفسي وشعورهم به خلال هذه العملية، وكيفية وعيهم بخبراتهم الانفعالية ومعايشتهم لها في مواجهة الضغوط الأكاديمية ومتطلبات الأنشطة في المعهد الإسلامي، إضافة إلى الكشف عن معنى الرفاه النفسي في حياتهم الأكاديمية والاجتماعية والدينية.

بناءً على نتائج الدراسة، يتبين أن معنى الرفاه النفسي لدى المهاسانترزي في السنة النهائية يتجلى في ستة موضوعات عليا، تم التوصل إليها من خلال التحليل الظاهراتي التأويلي (IPA) للمقابلات المتعمقة مع ثلاثة مشاركين في الدراسة. وتتمثل هذه الموضوعات في صراع الأدوار، والاضطرابات الانفعالية، والدعم الاجتماعي، واستراتيجيات المواجهة، والمشاعر الإيجابية، ومعنى الرفاه. يبدأ معنى الرفاه النفسي لدى المهاسانترزي في السنة النهائية من خبرة الفرد في مواجهة الضغوط والصراعات التي قد تؤدي إلى اضطرابات انفعالية. ثم يأتي الدعم الاجتماعي ليكون سنداً في مواجهة المشاعر السلبية التي تظهر، مما يساعد على نشوء مشاعر إيجابية. وبعد وعي المهاسانترزي بالمشاعر السلبية التي يمرون بها، يلجؤون إلى استراتيجيات مواجهة تتناسب مع ظروفهم الشخصية. ومن خلال هذه الخبرات، يستطيع المهاسانترزي أن يمنحوا معنى للرفاه النفسي الذي يشعرون به خلال عملية إنجاز بحث التخرج.