

ABSTRAK

Skripsi ini diberi Judul “*Tawakal dan Berpikir Positif Pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang*”.

Individu yang menginginkan hidupnya bahagia tentunya harus membentuk pola pikirnya menjadi pola pikir yang positif. Artinya proses kognitif memainkan peran sangat penting dalam mengatur kecemasan dan kebahagiaan pada seseorang. Namun tidak dapat disamakan karakter dari setiap mahasiswa, ada yang dapat mengelola pikirannya namun ada juga yang tidak. Mahasiswa yang dapat mengelola pola pikirnya akan terhindar dari suatu keterbelengguan pikiran negatif. Dengan pikirannya lebih terarah mahasiswa akan merasa yakin dan percaya akan pertolongan Allah yang dikenal dengan istilah tawakal. Tawakal dapat menjadikan emosi individu akan stabil sehingga tercipta ketenangan dan ketentraman hati. Dari ketenagannya itulah akan membuat mahasiswa memiliki pola pikir yang positif. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan antara tawakal dan berpikir positif pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf Dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang. Serta bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tawakal dan berpikir positif pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan psikoterapi UIN Raden fatah Palembang.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang yang berjumlah 149 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak dengan subjek *try out* sebanyak 20 responden dan penelitian sebanyak 60 responden. Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert*. Adapun alat ukur yang digunakan adalah skala tawakal dan skala berpikir positif. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment* oleh *Pearson* dengan bantuan program *Statistical Program for Social Science* (SPSS) version 25.0 for Windows. Adapun hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah adanya hubungan antara tawakal dan berpikir positif pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan psikoterapi UIN Raden fatah Palembang.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diketahui p sebesar 0,000 dimana $p < 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan terbukti ada hubungan yang positif dengan diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,779, ini berarti sumbangan efektif dari variabel tawakal terhadap variabel berpikir positif ada sebesar 77,9% sedangkan 22,1% lainnya ditentukan oleh hal lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Tawakal, Berpikir Positif, Mahasiswa