

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pembahasan sebelumnya, pada bagian ini dapat penulis simpulkan beberapa hal terkait Dinamika Was-Was yang Terjadi pada Mahasiswa Tingkat Akhir IAIN Kudus sebagai berikut:

1. Dinamika was-was pada mahasiswa tingkat akhir diawali dengan muncul tanggungjawab mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir yang tidak selaras dengan pekerjaan yang mereka lakukan dan hal tersebut dirasa sebagai hal yang wajar, karena semua orang pada dasarnya akan diuji dengan permasalahannya masing-masing oleh Allah SWT. Namun demikian tanggung jawab tersebut tidak dapat dihadapi dengan sikap tegas dari mahasiswa tingkat akhir terhadap kondisi internal dan eksternal yang timbul dari permasalahan tersebut sehingga ia cenderung mengarahkan diri kepada keraguraguannya. Keraguruguan inilah yang pada akhirnya mendorong para mahasiswa tingkat akhir ini kepada kecenderungan melakukan keburukan seperti tidak mengerjakan skripsi dan muncul emosi negatif yang merupakan perilaku yang mengarah kepada hawa nafsu. Namun demikian, pada mahasiswa tingkat akhir tetap mencari solusi berupa ikhtiar duniawi seperti, berusaha untuk mendapatkan *support* dari teman atau keluarga dan juga meminta arahan dengan dosen wali, dan kaprodi. Bukan hanya itu saja, mahasiswa tingkat akhir juga berikhtiar dengan cara batiniyah seperti, berdoa dan juga berdzikir kepada Allah SWT supaya lebih tenang dalam menghadapi permasalahannya.
2. Kondisi waswas yang timbul yang timbul pada mahasiswa tingkat akhir teridentifikasi dalam dua bentuk. *Pertama*, ditimbulkan karena luapan dan gejolak hati (syahwat), yang menyebabkan emosi negative seperti marah, berfikir buruk terhadap orang lain dan menjadi curiga terhadap pandangan orang lain. *Kedua*, terjadi karena murni akibat ujaran tiba-tiba (khawatir), dalam kondisi ini muncul

perasaan seperti cemas, takut, panik dan merasa tertekan akan capaian yang tidak sesuai dengan harapan.

B. Saran

1. Dalam bidang ilmu tasawuf dan psikotetapi, kajian ini bisa dijadikan referensi dalam kajian tematik dalam aspek was-was. Was-was yang muncul bisa dalam bentuk emosional, kecemasan yang berlebihan dan berprasangka buruk kepada orang lain dan hal ini dapat menjadi sub tema yang dibahas dalam kajian berkenaan dengan tema Was-was.
2. Bagi prodi tasawuf dan psikoterapi terutama penelitian selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan penelitian dalam tema kajian was-was, dari sisi kesehatan mental.
3. Bagi dosen kajian ini bisa dijadikan bahan pemikiran dalam memahami mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan tugas akhirnya.
4. Bagi mahasiswa dan masyarakat hasil kajian ini dapat dipergunakan sebagai wacana ataupun sumber pengetahuan agar terhidar dari rasa was-was yang berlebihan dan bagaimana cara mengatasi was-was tersebut.