

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menjadi manusia yang kompeten dan memadai pada bidang tertentu, tentunya manusia tersebut hendaknya meningkatkan kualitas diri dengan membekalinya dengan ilmu pengetahuan serta pendidikan yang memadai. Hal ini bisa dilakukan dengan mengikuti jenjang pendidikan yang dimulai dari SD, SMP, SMA hingga perguruan tinggi contohnya seperti Universitas, Akademi, Pendidikan Tinggi Profesional serta pendidikan profesi atau spesialis. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang ditempuh seseorang maka akan semakin tinggi juga kemampuan dan keahlian dirinya.

Marliani Asshiddiqi menjelaskan bahwa terdapat kemampuan akademik dan kemampuan professional yang menjadi proses yang diarahkan oleh jenjang pendidikan tinggi. Kemampuan akademik memberikan penekanan berupa kemampuan dalam menguasai dan ilmu, sedangkan kemampuan professional memberikan penekanan berupa keahlian dalam bekerja (Marliani, 2013: 130). Menurut Endry Boeriswati dan Moediasih R. Wijoto (1991) skripsi merupakan suatu karya tulis ilmiah yang ditulis yang digunakan sebagai salah satu syarat untuk mencapai pada suatu tingkat tertentu dan dikerjakan atau dibuat saat mahasiswa akan menyelesaikan studi (Jamil, 2021: 80). Contohnya skripsi pada program studi Pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah dilakukan

penyusunan untuk mendapat atau mencapai gelar Sarjana Pendidikan Agama Islam.

Skripsi merupakan suatu tantangan yang sulit oleh mahasiswa, sehingga dalam mengerjakan skripsi ada saja mahasiswa yang mengalami stress, tekanan batin , gangguan fisik dan gangguan psikis. Hal ini bisa di akibatkan karena kesulitan proses penyusunan laporan skripsi yang dimana mahasiswa kurang dalam kemampuan menulis, kemampuan akademis yang kurang dan tidak memadai, serta ketidaktertarikan mahasiswa terhadap penelitian yang dilakukan. Dari hasil wawancara Aditama (2017) menjelaskan bahwa melakukan pengerjaan skripsi adalah suatu hal yang berat dibandingkan tugas pada umumnya. Amirullah (2008) memberitakan bahwa ada seorang mahasiswa Universitas YAI yang jatuh tewas dari lantai 13 gedung Universitas Atmajaya yaitu pada Senin bulan Desember 2008. Dari pihak kepolisian yang menangani kasus tersebut memamparkan bahwa Mahasiswa dari Fakultas Ekonomi tersebut merasa tertekan dalam menyelesaikan skripsi untuk gelar sarjananya, karena orangtua dari mahasiswa tersebut menginginkan anaknya untuk segera menyelesaikan kuliahnya agar dapat membantu mencari ekonomi untuk keluarganya (Aditama, 2017: 40-41).

Menurut Sigmund Freud kecemasan adalah keadaan yang tidak menyenangkan yang direalisasikan oleh fisik yang memberikan peringatan pada seseorang bahwa dia tengah berada pada keadaan bahaya yang mengancam (Uktia & Fani, 2017: 150). Kecemasan menurut Agustinus

(1985: 5-6) adalah suatu keadaan atau kondisi yang sangat menyedihkan dan tidak menyenangkan. Kecemasan ini berasal dari tanggapan dari dalam atau luar tubuh seperti ketegangan yang dikendalikan oleh urat saraf yang otonom. Contohnya yaitu ketika seorang tengah mengalami suatu ketakutan atau berada pada keadaan yang berbahaya maka reaksi tubuh yang diberikan ialah sulit bernapas, telapak tangan berkeringat, mulut jadi kering dan jantung bekerja lebih cepat, sehingga reaksi seperti inilah yang selanjutnya akan menyebabkan kecemasan (Hayat, 2017: 53)

Berdasarkan hasil wawancara (Marjan et al., 2018: 85) pada mahasiswa yang tengah melakukan pengerjaan skripsi, tepatnya mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang angkatan 2014 yang terdiri dari 10 mahasiswa yakni empat mahasiswa laki-laki dan enam mahasiswa perempuan yaitu pada tanggal 12 Februari 2018 di Perpustakaan FIP UNP. Di ketahui bahwa terdapat mahasiswa yang memiliki ketakutan terhadap judul proposalnya apakah diterima atau ditolak, terdapat mahasiswa yang mengalami ketegangan fisik pada saat melakukan proses bimbingan dengan dosen pembimbingnya, terdapat mahasiswa yang menghindar dan sementara waktu tidak bertemu dengan dosen pembimbingnya, terdapat mahasiswa yang jantungnya berdebar-debar kencang ketika melakukan proses bimbingan dengan dosen pembimbingnya, terdapat mahasiswa yang nafsu makannya menurun, terdapat mahasiswa yang mengaku mengalami keringat dingin ketika melakukan proses bimbingan dengan dosen pembimbingnya, terdapat

mahasiswa yang mengungkapkan kesulitan tidur pada malam harinya dikarenakan besoknya akan melakukan seminar proposal. Terdapat juga mahasiswa yang sulit dalam menulis skripsi dikarenakan konsentrasi dan perhatiannya terganggu sehingga pengerjaannya tertunda-tunda.

Seseorang yang mengalami kecemasan dapat menyebabkan terganggunya keseimbangan diri pribadi yaitu : gelisah, resah, berkeringat, takut, gugup, tegang dan sebagainya. Seseorang yang mengalami kecemasan ini akan merasa bahwa dibatasi dan perasaan tidak bebas, sehingga untuk keluar dari rasa cemas ini maka orang tersebut harus memiliki rasa bebas. Menurut pendekatan Eksistensial dalam Corey (1996:179) seseorang harus ditolong agar dapat mengendalikan kecemasannya, memilih untuk diri sendiri dan selanjutnya menerima kenyataan bahwa dirinya lebih dari sekedar korban dari apa yang mereka takutkan (Hayat, 2017: 53).

Menunaikan ibadah termasuk salah satu hal yang bisa mengurangi kecemasan, contohnya melaksanakan sholat dhuha. Sholat dhuha merupakan suatu bentuk tawakal seorang manusia kepada Allah. Tawakal ialah suatu sifat yang ghazirah (sifat penting dan utama) orang-orang yang beriman atau dengan kata kata lain orang yang tawakal adalah tanda dari orang yang beriman. Seorang muslim yang melaksanakan ibadah dengan benar-benar ikhlas, khusyuk dan tuma'ninah akan memperoleh ketenangan jiwa terhindar dari kegelisahan dan kesedihan termasuk kecemasan. Karena sholat merupakan terapi penting yang harus dilakukan. Menurut M. Khalilurrahman Al Mahfani (2008: ) dalam bukunya yang berjudul Berkah

Sholat Dhuha menjelaskan bahwa sholat dhuha tidak hanya untuk mendatangkan atau memperoleh rezeki yang tidak disangka-sangka, tetapi sholat dhuha juga memiliki manfaat lain bagi seorang yang mengerjakannya seperti hati menjadi tenang, pikiran menjadi lebih konsentrasi, kesehatan fisik terjaga serta diberikan kemudahan dalam urusannya, tentunya hal tersebut akan sangat mengurangi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang.

Menurut Hayati (2018: 46) yang berpendapat bahwa setelah melaksanakan ibadah sholat dhuha, merasa energi bertambah, pikiran menjadi tenang dan jernih karena yang dilakukan yaitu berharap pada Allah. Sholat dhuha merupakan sholat yang dilaksanakan ketika waktu dhuha yaitu waktu pagi hari yang menjelang siang antara 7 pagi hingga 11 siang. Sholat sunnah dhuha lebih diketahui bahwa sholat sunnah dengan tujuan memohon rezeki kepada Allah SWT, rezeki tidak hanya berupa materi atau uang semata akan tetapi juga seperti masih bisa bernapas, masih bisa bersama keluarga, masih bisa makan, diberikan kekuatan dalam menuntut ilmu dan sebagainya termasuk diberikan kesehatan yaitu kesehatan fisik maupun mental bisa berupa ketenangan hati dan jiwa dan jauh dari rasa cemas dengan hal-hal yang terjadi di masa depan. Hal ini berkaitan dengan hadits Qudsi Allah berfirman:

Wahai anak Adam, jangan sekali-kali engkau malas mengerjakan empat rakaat pada waktu permulaan siang (Sholat Dhuha) niscaya akan aku cukupkan kebutuhan pada akhir harinya (HR.Hakim dan Thabrani).

Dalam hadist dijelaskan Allah akan mencukupkan rezeki untuk seseorang yang melaksanakan sholat dhuha empat rakaat. Bahkan rezeki ini

akan terus mengalir di sepanjang harinya, ketika pada pagi harinya orang tersebut telah melaksanakan sholat dhuha.

Kartono dan Gulo (2001) menjelaskan intensitas ialah kecil atau besarnya suatu perilaku, jumlah energi fisik yang diperlukan agar dapat merangsang salah satu indera (Frisnawati, 2012: 49). Dalam penelitian ini intensitas yang dimaksud ialah tingkat keseringan seseorang dalam mengerjakan sesuatu, khususnya pada penelitian ini ialah intensitas melakukan sholat dhuha untuk mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi. Intensitas sholat dhuha adalah tingkat tinggi dan rendahnya usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam mengamalkan sholat dhuha baik dari kualitas pengerjaannya maupun kuantitas yang dilakukan. Intensitas sholat dhuha yang dimaksud ialah pelaksanaan sholat dhuha yang dikerjakan secara berulang-ulang dengan jumlah rakaat yang telah ditetapkan dan dikerjakan dengan rutin secara terus-menerus yang ditandai dengan beberapa aspek (Khoirida, 2017: 23).

Penulis memilih sholat dhuha karena pelaksanaan sholat dhuha adalah diawal hari, yang mana jika dibandingkan dengan sholat sunnah lain seperti sholat tahajud, sholat dhuha lebih mudah untuk dikerjakan dan dapat mengawali hari untuk mahasiswa akhir terutama sebelum mengerjakan skripsi atau melakukan bimbingan agar mahasiswa merasa lebih tenang dengan pikiran yang jernih. Penulis melakukan penelitian pada Fakultas Agama Islam karena pada umumnya Fakultas Agama Islam memiliki background keislaman yang lebih dibandingkan fakultas lain, sehingga

cenderung memiliki potensi lebih dalam mengamalkan sholat dhuha. Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian pada Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai salah satu solusi menghilangkan kecemasan mahasiswa

#### B. Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah intensitas ibadah sholat dhuha mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi ?
2. Bagaimanakah tingkat kecemasan mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi ?
3. Apakah terdapat hubungan intensitas ibadah sholat dhuha dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi ?

#### C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui intensitas ibadah shalat dhuha mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi.
3. Untuk mengetahui adanya hubungan intensitas ibadah shalat dhuha mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi.

#### D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan terhadap kecemasan mahasiswa akhir dalam mengerjakan skripsi, yaitu dengan cara mengerjakan sholat dhuha, sehingga penelitian ini dapat menambahkan khasanah karya ilmiah untuk Fakultas Agama Islam khususnya jurusan Pendidikan Agama Islam.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Mahasiswa

Manfaat praktis bagi mahasiswa ialah menambah wawasan ataupun sumber referensi untuk kajian selanjutnya terkait dalam mengembangkan permasalahan yang hampir sama dengan penulis angkat.

### b. Bagi Perguruan Tinggi

Sebagai salah satu bentuk ikut serta penulis dalam menambah khazanah keilmuan dan karya ilmiah perpustakaan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan perpustakaan Fakultas Agama Islam.

## E. Sistematika Pembahasan

Penulis perlu untuk menulis bagaimana sistematika pembahasan yang agar dapat mengetahui isi serta sistematika pembahasan pada penelitian ini.

Penelitian ini terdiri dari lima bab yakni ;

Bab I Pendahuluan yang didalamnya memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian.



Bab II Tinjauan Pustaka dan Kerangka Teori. Tinjauan pustaka didalamnya menjelaskan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis terdiri dari lima jurnal nasional dan lima jurnal internasional. Kerangka teori, memaparkan teori-teori variabel permasalahan yang diteliti.

Bab III Kerangka Berfikir, Hipotesis dan Metode Penelitian yang didalamnya memuat jenis penelitian yang digunakan, populasi, sampel, lokasi penelitian, subjek penelitian, variabel penelitian, validitas-reliabilitas, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan pada bab ini peneliti menjelaskan gambaran umum Fakultas Agama Islam dan membahas rumusan masalah satu, rumusan masalah dua dan rumusan masalah tiga.

Bab V Penutup memuat kesimpulan, saran, kata penutup, daftar pustaka dan lampiran.