

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja tidak terkecuali mahasiswa kedokteran. Data mengatakan bahwa prevalensi tekanan psikologis di kalangan mahasiswa kedokteran selama pelatihan medis lebih tinggi daripada pada umumnya populasi (Yusoff *et al.*, 2013). Penelitian di Malaysia menyatakan dari 154 mahasiswa kedokteran terdapat 33 mahasiswa yang memiliki gejala kecemasan dan keluhan yang cukup signifikan (Gan & Hue, 2019).

Kecemasan dapat dikelola dengan berbagai management kecemasan. Management kecemasan bertujuan untuk mengurangi dampak kecemasan yang menghambat di kehidupan sehari-hari, tidak mengobati kecemasan sepenuhnya (Elton, 2021). Management kecemasan dapat dilakukan dengan pengobatan psikologis sederhana, seperti stimulasi otak untuk selalu berpikir logis dan pikiran buruk untuk di hilangkan.

Selain itu dapat juga melakukan pendekatan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), dengan cara menekan titik-titik saraf wajah dan memberikan sugesti penyerahan diri kepada Allah SWT bertujuan untuk relaksasi (Jarnawi, 2020). Dalam sebuah penelitian, diamati bahwa istigfar dapat mengurangi sebagian rasa cemas pada keadaan suatu kelompok eksperimen, dan tingkat yang cukup signifikan pada sifat kelompok eksperimen (Karakas & Gecimli, 2017).

Salat adalah kewajiban bagi setiap muslim dan merupakan kebutuhan bagi setiap muslim. Adapun salah satu manfaat salat adalah menentramkan jiwa seperti tercantum dalam Q. S Al-Baqarah (1:277) yang berbunyi :

إِنَّا لَنَنَامِنُكَ أَوْ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَآتُوا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرٌ
هُمْ يَخْشَوْنَ اللَّهَ وَهُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya : “Sesungguhnya orang-orang yang beriman, beramal saleh, menegakkan salat, dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan tidak (pula) mereka bersedih” (KEMENAG RI, 2022).

Anjuran melaksanakan salat di awal waktu dijelaskan dalam beberapa hadis, salah satunya Hadis dari Abu Umamah رضي الله عنه berkata : ”Kami salat Zuhur bersama Umar bin Abdul Aziz, lalu kami pergi menemui Anas bin Malik, ternyata di asedang salat, maka (ketika selesai) aku bertanya : Wahai paman engkau sedang salat apa? Dia menjawab : Salat Asar dan inilah salat yang biasa kami lakukan bersama Rasulullah ﷺ (H. R Bukhari Muslim).

Penelitian terkait salat dan kecemasan pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, seperti Putri (2021) meneliti intensitas salat dengan kecemasan pasien GERD, Lestari (2021) meneliti pembiasaan salat tahaju dan salat duha Penurunan Tingkat Kecemasan Santri Putri Pondok Pesantren Al Barokah Mangunsuman Siman Ponorogo Tahun 2020/202, dan Barelli et al (2018) meneliti Salat Tahajud dengan Puasa Senin Kamis dengan Tingkat Ansietas. Melihat hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti secara spesifik

keterkaitan intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan yang belum pernah dilakukan penelitian serupa sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (PSPD FKIK UMY) saat menghadapi ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE).
2. Bagaimana hubungan antara intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi ujian OSCE.
3. Bagaimana perbedaan pengaruh intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi ujian OSCE antara angkatan 2020 dan angkatan 2021.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi ujian OSCE.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis ada tidaknya hubungan antara intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi ujian OSCE.

- b. Mengetahui seberapa besar hubungan antara intensitas salat di awal waktu dengan kecemasan mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi ujian OSCE.
- c. Mengetahui perbedaan pengaruh intensitas salat di awal waktu dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa PSPD FKIK UMY saat menghadapi OSCE antara angkatan 2020 dan angkatan 2021.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis :

Melengkapi konsep tentang keilmuan di bidang psikiatri yakni menghadapi kecemasan dengan perspektif Islam yaitu intensitas melaksanakan salat di awal waktu.

2. Manfaat Praktis :

Melengkapi panduan tentang manajemen kecemasan dengan perspektif Islam yaitu intensitas melaksanakan salat di awal waktu.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Nama, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Variabel	Hasil
(Putri, 2021)	Hubungan Antara Intensitas Salat dan Kecemasan pada Pasien <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> (GERD)	Korelasi <i>Spearman Rho</i>	Variabel Dependen : Kecemasan Variabel Independen : Intensitas salat	Intensitas salat mempunyai hubungan negativ dengan kecemasan pada pasien <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> (GERD)
(Lestari, 2021)	Pembiasaan Salat Tahajud dan Salat Duha dalam Penurunan Tingkat Kecemasan Santri Putri Pondok Pesantren Al Barokah Mangunsuman Siman Ponorogo Tahun 2020/2021	<i>Field Research</i>	Variabel Dependen : Kecemasan Santri Putri Variabel Independen : Salat Tahajud dan Salat Duha	Pembiasaan salat tahajud dan salat duha menurunkan tingkat kecemasan santri putri di Pondok Pesantren Al Barokah sebesar 18,2 %

(Mahara, 2019)	Pengaruh Salat Tahajud Terhadap Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir yang sedang Mengerjakan Skripsi (Studi Ekspresi pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin)	Quasi Eksperimental	Variabel Dependen : Kecemasan Mahasiswa Variabel Independen : Salat Tahajud	Setelah diberikan intervensi salat tahajud mahasiswa yang selalu melakukan salat tahajud memperlihatkan penurunan kategori kecemasan, sedangkan mahasiswa yang jarang melakukan salat tahajud memperlihatkan sedikit penurunan kategori kecemasan dan tidak memperlihatkan penurunan. Disimpulkan dari data terbut bahwa Ha diterima dan Ho ditolak
----------------	--	---------------------	--	---

(Lailani <i>et al.</i> , 2019)	Efektivitas Terapi Kilat Duha (Zikir dan Salat Duha) dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Narapidana Wanita di Lapas Wanita Kelas II Semarang	<i>Purposive Random Sampling</i>	Variabel Dependen : Kecemasan pada narapidana wanita di lapas wanita kelas II Semarang Variabel Independen : Terapi Kilat Duha (Zikir dan Salat Duha)	Terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian terapi kilat dhuha (Zikir dan Salat Duha) dalam menurunkan kecemasan
(Barelli <i>et al.</i> , 2018)	Hubungan antara Salat Tahajud dan Puasa Senin Kamis dengan Tingkat Ansietas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta	<i>Cross Sectional Study</i>	Variabel Dependen : Ansietas Variabel Independen : Salat Tahajud dan Puasa Senin Kamis	Menurut hasil analisis statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara salat tahajud dan puasa Senin Kamis dengan tingkat ansietas mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, karena penelitian ini berfokus pada intensitas salat di awal waktu tidak pada salat – salat sunah.