

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salat merupakan sebuah kewajiban bagi pemeluk agama islam. Salat merupakan wujud kehambaan seorang muslim kepada Allah swt, salat dilaksanakan lima kali dalam sehari yaitu pada waktu subuh, dzuhur, ashar, maghrib, dan isya. Salat subuh merupakan hal penting awal dari segala salat dalam sehari. Subuh berasal dari sebuah kata *shobuha yashbaha* dimana memiliki arti *shobuhan* adalah cahaya yang menawan dan shibah adalah waktu pagi. Subuh diartikan karena menggabungkan diantara dua kata tersebut dengan arti warna putih dan merah bersamaan.

Dalam agama islam sendiri salat merupakan tiang agama dimana disyariatkan dan diutamakan sebagai suatu hal penting yang harus dilakukan bagi setiap individu muslim, terutama dalam rukun islam salat ditempatkan pada urutan kedua setelah *syahadat*, hal tersebut menjelaskan bahwa salat memiliki peranan penting bagi kehidupan, hal tersebut dibuktikan pada oleh Al-Quran dimana menyebutkan sekitar 83 kali perihal salat. Salat merupakan *ways of spiritual* untuk berkomunikasi langsung pada sang pencipta pada lima kali dalam sehari. Seorang muslim yang melakukan ibadah salat pada nilai hakikatnya adalah menyerahkan segala dirinya kepada Allah atas segala hal, memohon pertolongan kepada Allah, meminta petunjuk kebaikan dan rahmat bagi semua hamba-nya. Dalam melakukan salat hati dan seluruh anggota tubuh digerakkan dalam salat otomatis akan memberikan reaksi ikut menyembah kepada Allah swt sebagai seorang hamba.

Berbicara mengenai kecemasan tidak luput dari yang namanya berbagai peran yang mempengaruhi hal tersebut. Dalam perkembangan dan hubungan pada masa mahasiswa baik secara individu maupun sosial terdapat berbagai hal yang seringkali dialami oleh mahasiswa dimana juga menjadi suatu tuntutan, terdapat tiga hal yang mana dimulai dari tuntutan pendidikan, sosial, dan harapan diri. Adapun permasalahan yang sering kali dialami oleh mahasiswa sesuai dengan tingkat perubahan pada fase tahun, seperti perubahan pada tahun pertama kuliah, terdapat seperti masalah penyesuaian diri, *culture shock*, hingga lingkungan sosial, dan juga pada fase tahun terakhir kuliah, terdapat masalah seperti tuntutan akademik, sosial hingga harapan diri.

Kecemasan adalah suatu keadaan individu dimana meliputi rasa ketakutan atas hal yang belum terjadi kedepannya. Kecemasan yang sering dialami oleh mahasiswa ialah kecemasan

akademik terutama pada mahasiswa akhir dalam penyusunan skripsi, kecemasan akademik atau *Academic anxiety* merupakan isu pembahasan yang sering dibicarakan oleh kalangan mahasiswa ketika mendekati penyusunan skripsi. Pembahasan terkait isu tersebut masih sangat minim dalam pembahasan mengenai kecemasan akademik dan dianggap hal yang biasa saja. Hal tersebut tentu memberikan pengaruh penting bagi kesehatan mental mahasiswa kedepannya. Terdapat sekitar sebuah data yang dilakukan oleh ruang empati Fakultas Kedokteran pada September 2021 menjelaskan bahwa sekitar dari 3.901 mahasiswa yang menjadi responden, hanya 24% atau 933 yang normal atau tanpa adanya gejala mental emosional. Sementara, 45 % responden mengalami stres ringan atau sebanyak 1.766 orang, dan sebanyak 22% dengan sekitar 861 orang mengalami stres sedang dan sekitar 267 orang mengalami stres pada kategori berat (Wamad, 2022). Dapat dilihat dari data tersebut menjadi suatu hal penting adanya penanganan maupun tindakan yang harus dilakukan.

Hal tersebut diungkapkan Putro, F. W., & Prasetyaningrum, J (2016) bahwa mahasiswa semester akhir mengalami berbagai kecemasan akademik, dan kecemasan yang menghadapinya ialah kecemasan dalam penyusunan tugas akhir baik skripsi, tesis dan disertasi. Kecemasan biasa terjadi karena adanya konflik yang terjadi, serta respon yang dilakukan. Hal tersebut merupakan upaya adaptasi manusia dalam merespon suatu hal dan mampu menyesuaikan dengan kondisi konflik kecemasan yang terjadi terhadap situasi hidupnya. Seharusnya mahasiswa memiliki nilai partisipatif tinggi dalam penyusunan skripsi tersebut, ditandai akan berakhirnya masa studi pendidikan. Hal tersebut terjadi dikarenakan ketidakmampuan mahasiswa menulis dalam penulisan akademik, serta kurang ketertarikan mahasiswa terhadap penelitian. Maka secara istilah *Academic anxiety* adalah sebuah perasaan cemas yang berlebihan atas tugas penyusunan skripsi yang sangat berpengaruh pada konsentrasi, perhatian dan tenaga.

Adanya *Academic Anxiety* bukan hal yang dianggap biasa dan dipandang sebelah mata, perlu adanya penanganan dan pembahasan serius akan hal tersebut. Bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa akhir dalam mengerjakan penyusunan skripsi memberikan dampak negatif pada individu mahasiswa, seperti halnya, gejala fisik, gejala kognitif, gejala emosional, dan gejala afektif. Hal tersebut menyebabkan beberapa faktor antara lain, kemampuan kognitif kecerdasan, faktor tuntutan keluarga, kampus, dan sosial, seperti yang diungkapkan Lianasari & Purwati (2021) bahwa hambatan yang terjadi pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi meliputi dua hal yaitu minat dalam penelitian dan motivasi yang kurang pada diri mahasiswa serta kemampuan akademik yang rendah dalam menuangkan suatu ide

maupun gagasan. Adapun ciri terhadap suatu kecemasan akademik mahasiswa adalah terdapat suatu perasaan secara sadar tentang ketidaknyaman oleh mahasiswa dengan perasaan ketegangan maupun ketakutan hingga meningkatnya saraf otonom ketika ingin mengerjakan maupun memikirkan penyusunan tugas akhir mahasiswa (Heru Mugiarto, 2018). *Academic anxiety* dengan telah menjadi perhatian mendalam dalam konteks pendidikan dan kesejahteraan individu, dalam hal ini pada pencapaian akademik maupun kesejahteraan mahasiswa *academic anxiety* menjadi suatu hambatan terhadap kemampuan dan prestasi, dimana mengakibatkan stres berlebihan, serta dampak negatif pada kesehatan mental.

Perubahan perilaku dan perasaan tersebut dapat mengakibatkan berbagai hal yang telah disampaikan diatas, maka dari itu perlu adanya intervensi yang dapat mengurangi tingkat kecemasan yang sering terjadi pada kalangan mahasiswa akhir dalam penyusunan skripsi, serta mereduksi pola perilaku negatif. Adanya perubahan perilaku yang signifikan terhadap aksesibilitas teknologi juga mempengaruhi pola kesehatan mental pada mahasiswa itu sendiri, yang seharusnya teknologi mampu menjadi upaya baru dalam melakukan suatu hal terutama dalam penyusunan skripsi, sebagai daya alternatif dan inovasi ide yang lebih terbarukan lagi. Selain itu juga tingkat kecemasan yang terjadi pada kalangan mahasiswa dapat dipengaruhi juga dari akses media informasi yang berlebihan.

Selain itu, fenomena salat subuh berjamaah oleh kalangan mahasiswa dan pemuda mulai meredup dikalangan masyarakat, ditandai dengan sepiya masjid oleh kalangan pemuda dan mahasiswa, hal tersebut merupakan representasi dari nilai moral seorang mahasiswa dalam menjalankan hidupnya, terutama sebagai kaum intelektual dan individu muslim. Adapun penelitian ini memiliki keterkaitan dengan salat subuh terhadap tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa komunikasi penyiaran islam angkatan 2020 dalam penyusunan skripsi, hal tersebut menjadi upaya bersama dalam mereduksi tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa dan juga menciptakan representasi positif pada mahasiswa dengan menjalankan salat subuh berjamaah pada masjid-masjid di sekitar masyarakat. Selain itu menjadi mahasiswa kpi representatif dakwah personal terhadap masyarakat sekitar.

B. Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan fenomena-fenomena yang menarik dan yang dijadikan masalah dalam penelitian ini. Masalah-masalah tersebut diantaranya:

1. Fenomena salat subuh berjamaah dengan jamaah sedikit dari anak muda.

2. Salat subuh sebagai alternatif penyembuhan kesehatan mental dan stres bagi mahasiswa.
3. Pengetahuan mengenai korelasi agama dan sains pada literasi mahasiswa masih sangat minim terutama pada hal yang bersifat ibadah ritual
4. Belum adanya gerakan salat subuh berjamaah secara masif yang diadakan oleh anak muda terutama di daerah lingkungan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
5. Belum adanya *Self-Awareness* pada mahasiswa terhadap ibadah salat subuh berjamaah di masjid.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah ada, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Gambaran *academic anxiety* pada mahasiswa fakultas agama islam prodi komunikasi penyiaran islam umy angkatan 2020 yang sedang menyusun skripsi ?
2. Bagaimana Gambaran perilaku frekuensi salat subuh pada kalangan mahasiswa fakultas agama islam program studi komunikasi penyiaran islam angkatan 2020 yang sedang menyusun skripsi ?
3. Adakah pengaruh salat subuh berjamaah terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa fakultas agama islam program studi komunikasi penyiaran islam angkatan 2020 yang sedang menyusun skripsi ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Identifikasi Masalah dan Rumusan masalah tersebut, sehingga dari tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Menjelaskan bagaimana gambaran salat subuh berjamaah pada mahasiswa fakultas agama islam umy program studi komunikasi penyiaran islam angkatan 2020 yang sedang menyusun skripsi.
2. Mengetahui bagaimana tingkat *academic anxiety* pada kalangan mahasiswa fakultas agama islam program studi komunikasi penyiaran islam umy angkatan 2020 sedang menyusun skripsi.
3. Mengetahui apakah terdapat pengaruh salat subuh berjamaah terhadap *academic anxiety* pada mahasiswa fakultas agama islam program studi komunikasi penyiaran islam umy angkatan 2020 sedang menyusun skripsi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini secara teoritis berguna untuk menjadi pembelajaran dalam memperkaya pengetahuan dan keilmuan terkait psikologi dengan keagamaan terutama pada manfaat dari salat subuh berjamaah di masjid, dan sebagai ilmu psikoterapi islam terutama pada kalangan mahasiswa sebagai literatur.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini secara praktis dapat bermanfaat bagi Lembaga islam dan Psikoterapi islam modern untuk meningkatkan perannya dalam penanganan fenomena individu mahasiswa maupun masalah sosial/individu-keagamaan.