

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Semester akhir bagi mahasiswa merupakan situasi penentu kelulusan. Di samping pembuatan skripsi, mahasiswa semester akhir harus mulai merancang karir dan masa depannya. Setelah lulus nanti akan ke mana, melanjutkan kuliah S-2 atau bekerja. Skripsi adalah syarat mengikuti ujian akhir dan merupakan penentu bagi lulus tidaknya mahasiswa. Demi kelulusan tersebut, mahasiswa bekerja keras untuk menyelesaikan skripsinya. Namun pada kenyataannya penyusunan skripsi tidak semudah yang dibayangkan. Banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam penyusunan skripsi. Penyebabnya adalah tidak semua mahasiswa mempunyai kemampuan dalam menyusun skripsi dan kemampuan akademis yang memadai.

Penyusunan skripsi dirasakan oleh sebagian mahasiswa sulit dan mengancam. Kesulitan tersebut karena ketidakmampuan mahasiswa untuk menyusun skripsi dan bahkan ketika berhubungan kepada pihak fakultas, pembimbing, atau birokrasi dalam penyelenggaraan skripsi yang begitu rumit, sehingga mahasiswa merasa terancam kalau sampai batas waktu yang telah ditentukan belum selesai ia akan dikeluarkan dari Perguruan Tinggi yang bersangkutan.

Di samping itu mahasiswa juga harus mulai memikirkan dan menentukan arah kehidupannya, baik secara materi maupun sosial. Ke mana ia harus melangkah dan mencari pekerjaan. Sedangkan untuk mencari pekerjaan

sulit. Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Departemen Tenaga Kerja (Depnaker) terdapat 70.000 lulusan perguruan tinggi menganggur tiap tahun (Bukhori, 2008: 1).

Kesulitan menyusun skripsi, cemas atau khawatir terhadap masa depan adalah wajar dan banyak dijumpai dikalangan mahasiswa. Kesulitan menyusun skripsi dan kecemasan mahasiswa terhadap masa depan bisa bersifat internal maupun eksternal. Faktor internal yaitu kesulitan yang bersumber dari individu itu sendiri, misalkan: kesulitan dalam penyusunan skripsi, seperti: kesulitan dalam menyusun perumusan masalah, menyusun judul, mengkonsep isi skripsi, teknik penulisan, isi dan metode penelitian yang digunakan, dan mencari sumber data, serta kesulitan dalam menuangkan tulisan kedalam naskah skripsi, biaya pembuatan skripsi dan kesibukan berorganisasi. Sedangkan faktor eksternal (Lingkungan) adalah kesulitan yang dipengaruhi dari luar individu, antara lain: birokrasi kampus, dosen pembimbing, dosen penguji, dosen pengampu juz amma, belum jelasnya lapangan pekerjaan (masa depan) yang akan di tuju, kuliah sambil bekerja, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi, dan deadline masa penulisan skripsi yang semakin mepet.

Kesulitan dalam menyusun skripsi dan cemas terhadap lapangan pekerjaan merupakan gejala psikologis yang dihadapi seseorang tatkala seseorang tidak mampu mengatasi permasalahannya. Setiap orang pasti pernah merasakan kesulitan yang membedakan adalah tingkat dan derajat kesulitan. Kesulitan pada masing-masing orang tidak sama (Nur, 2008: 1).

Pada kadar yang tinggi kesulitan dapat membuat individu mengalami ketertekanan atau konflik batin yang pada akhirnya dapat meningkatkan stres pada individu. Gejala stres bisa datang kapan saja dan di mana saja pada setiap individu. Dari stres yang ringan sampai dengan stres yang paling berat apabila dirasakan secara terus-menerus maka akan dapat mempengaruhi fungsi dari berbagai system organ tubuh manusia. Manifestasi dari perasaan stres yang berkepanjangan dapat berubah menjadi kecemasan atau anxietas (Nur, 2008: 1).

Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu terhadap keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008>). Mahasiswa cemas biasanya mengalami kegelisahan, mudah lelah, sulit konsentrasi, mudah tersinggung, ketegangan otot dan gangguan tidur (<http://www.google.co.id/kecemasan>), mahasiswa mengalami kecemasan bisa berpengaruh buruk terhadap kuliah, ujian dan terlebih pada tahap mengerjakan skripsi.

Kecemasan (*anxietas*) diartikan penjelmaan dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, terjadi manakala seseorang sedang mengalami tekanan-tekanan atau ketegangan (stres), seperti perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik) (Prasetyono, 2007: 11). Dengan kata lain, kecemasan merupakan kepedihan emosional yang terjadi karena ada perasaan takut, atau terancam oleh mara bahaya (Fayed, 2009: 13). Sedangkan

Kecemasan atau *anxietas* menurut Hawari (2001: 19). adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih tetap dalam batas-batas normal.

Dalam Islam kecemasan (*Khauf*) menurut Syaikh Nawawi Al-Bantani ialah bilamana hati seorang yang beriman tiada merasa aman dan tenang (<http://id.shvoong.com>). Sedangkan menurut Ibnu Al Qayim (dalam Syukail, 2004: 15) kecemasan adalah perasaan yang tidak disukai ada dalam hati dan perasaan tersebut berkaitan dengan sesuatu yang terjadi pada masa yang akan datang. Sumber cemas ada di hati. Rasulullah SAW. bersabda:

Artinya: “ketauhilah dalam jasad manusia ada mudhoh (segumpal darah), apabila kondisinya baik, baik pula semua jasad, apabila kondisinya memburuk, akan buruk pula semua jasad, mudhoh itu adalah hati” (Hadis Riwayat Al Bukhori) (AlQorni, 2003: vi)

Mahasiswa yang mengalami cemas dikarenakan di hatiya tiada merasa aman, tenang, malu, takut, terancam, konflik batin, tegang, tidak berdaya dan segan bertemu dengan orang lain (Shaleh, 2005: 175). Di sinilah perlunya dakwah bagi penderita kecemasan agar mampu meminimalisir dan mengatasi kecemasan yang dialami. Dakwah adalah usaha peningkatan pemahaman keagamaan untuk mengubah pandangan hidup, sikap batin, dan perilaku umat

yang tidak sesuai dengan ajaran Islam menjadi sesuai dengan tuntutan syariah untuk memperoleh kebahagiaan dunia dan akherat (Munir, et.al, 2006:21). Dakwah terhadap penderita kecemasan yaitu dengan memberikan pemahaman keagamaan berupa tuntunan hidup yang sesuai dengan syariah Islam, sehingga terbebas dari rasa cemas. Kegiatan dakwah ini sebagai solusi untuk mengatasi kecemasan dengan pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis bermaksud melakukan penelitian dan mengangkat menjadi judul skripsi : *“KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER AKHIR FAKULTAS DAKWAH IAIN WALISONGO SEMARANG DAN UPAYA SOLUSINYA (TINJAIAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM) “*.

1.2. Perumusan Masalah

Setelah melihat latar belakang tersebut diatas muncul pertanyaan sebagai berikut :

1. Faktor-faktor apa sajakah yang menyebabkan kecemasan mahasiswa semester akhir?
2. Bagaimanakah solusi mengatasi kecemasan bagi mahasiswa semester akhir ditinjau dari Bimbingan dan Koseling Islam?

1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1. Tujuan penelitian :

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan yang hendak dicapai adalah untuk mendeskripsikan faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan upaya solusinya ditinjau dari Bimbingan dan Konseling Islam.

1.3.2. Manfaat penelitian :

1.3.2.1. Secara teoritis :

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan bimbingan dan konseling Islam di Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang tentang faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa, tingkatan kecemasan, gejala-gejala kecemasan, dan upaya solusinya.
- b. Memperluas cakrawala pengetahuan tentang faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa, tingkatan kecemasan, gejala-gejala kecemasan, dan upaya solusinya bagi peneliti khususnya dan mahasiswa Fakultas Dakwah pada umumnya.

1.3.2.2. Secara praktis :

- a. Secara praktis penelitian ini dapat menambah wawasan tentang faktor-faktor penyebab, gejala dan tingkatan kecemasan mahasiswa semester akhir beserta solusinya.

- b. Apabila mahasiswa mengalami kecemasan, mahasiswa dapat mengenali gejalanya dan mengatasi kecemasan tersebut.

1.4. Tinjauan Pustaka

Di bawah ini akan penulis uraikan penelitian-penelitian yang berkaitan dengan penelitian yang akan penulis teliti. Penelitian yang dilakukan oleh Imam Sholikin (1102028) dengan judul "*Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang Tahun 2006-2007*". Dalam penelitian tersebut membahas signifikansi kontrol diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang. Semakin tinggi kontrol diri mahasiswa semakin rendah tingkat kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja. Begitu sebaliknya semakin rendah kontrol diri mahasiswa semakin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Dan terdapat peran penting fungsi bimbingan dan koseling Islam dalam menumbuhkan kontrol diri yang efektif bagi masasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.

Penelitian Baidi Bukhori dengan judul: "*Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir IAIN Walisongo Dalam Menghadapi Sempitnya Pekerjaan Ditinjau Dari Kematangan Beragama, Latar Belakang Fakultas, dan Jenis Kelamin*". Penelitian ini memuat adanya hubungan negatif yang signifikan antara kematangan beragama dan kecemasan mahasiswa semester akhir

dalam menghadapi sempitnya lapangan pekerjaan antara mahasiswa Fakultas Tarbiyah, Syariah, Dakwah dan Usuludin. Dan ada perbedaan yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Sekripsi yang berjudul: “*Hububngan Antara Membaca Al-Quran Dengan Kecemasan (Sebuah Tinjauan Psikologi)*”. Yang diteliti oleh Siti Nur Khasanah (4102058). Penelitian ini mengkaji apakah dengan membaca Al-Quran dapat menurunkan kecemasan seseorang. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa Al-Quran ditinjau secara psikologi dapat menurunkan kecemasan.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Dalam penelitian ini membahas faktor-faktor penyebab kecemasan, tingkatan kecemasan, gejala-gejala kecemasan yang dialami mahasiswa dan upaya solusinya. Dan menurut penulis penelitian itu belum pernah dilakukan.

1.5. Metode Penelitian

1.5.1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif lebih menekankan pada cara berfikir yang lebih positifistik yang bertitik tolak dari fakta sosial yang ditarik dari realitas objektif disamping asumsi tertulis lainnya (Moleong, 2004: iii). Penelitian ini menggunakan pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam sehingga permasalahan sosial individu dapat diketahui secara rinci, baik penyebab dan kemungkinan solusinya. Dengan spesifikasi

penelitian diskriptif, yaitu penelitian yang berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data–data, menganalisis dan mengimpresiasikanya (Narbuko, 2005: 44).

1.5.2. Definisi Operasional

Batasan oprasional akan penulis awali dengan pengertian kecemasan. Dalam bukunya Prasetyono (2007: 11) kecemasan diartikan penjelmaan dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, terjadi manakala seseorang sedang mengalami tekanan-tekanan atau ketegangan (stres), seperti perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Kecemasan merupakan kepedihan emosional yang terjadi karena ada perasaan takut, atau terancam oleh mara bahaya (Fayed, 2009: 13). Dalam Shahab (2002: 26) menurut Imam Al-Ghazali, was-was (kecemasan) adalah pikiran yang datang tiba-tiba atau lintasan pikiran yang menyeru kepada keburukan, sangat tercela dan berakibat kemalangan kepada si empunya. Menurut Ibnu Al Qayim (dalam Syukail, 2004: 15) kecemasan adalah perasaan yang tidak disukai ada dalam hati dan perasaan tersebut berkaitan dengan sesuatu yang terjadi pada masa yang akan datang.

Menurut hemat penulis kecemasan adalah penjelmaan dari berbagai proses emosi berupa pikiran-pikiran atau perasaan tentang situasi yang tidak menyenangkan, belum jelas (belum pasti), bahkan

mengancam dan bercampur baur, terjadi manakala seseorang sedang mengalami tekanan-tekanan atau ketegangan (stres), seperti perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan mahasiswa semester akhir terdiri dari faktor internal (individu) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor internal (individu) yaitu faktor yang berasal dari kontribusi biologis seperti keturunan, sebab-sebab kondisi dan penyakit fisik, sedangkan kontribusi psikologis berupa emosi yang ditekan, konflik internal, marah, dan frustasi. Dan faktor eksternal (lingkungan) yaitu faktor yang berasal dari kontribusi sosial berupa peristiwa atau situasi hidup dan pengalaman anda dengan keluarga, sahabat, rekan kerja dan masyarakat luas, ekonomi, problem dari orang tua dan lingkungan tempat tinggal. Dalam penelitian ini, mahasiswa semester akhir adalah mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo angkatan 2002 sampai angkatan 2004 (semester X, XII dan XIV) dan masih tercatat sebagai mahasiswa aktif.

1.5.3. Sumber dan Jenis Data

1.5.3.1. Sumber penelitian terdiri dari dua jenis yaitu :

1. Sumber primer yaitu sumber data yang diperoleh dari mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang angkatan 2002 sampai 2004.

2. Sumber sekunder yaitu sumber data dari bahan bacaan, seperti buku, makalah, dan surat kabar (Nasution, 2003:143). Sumber data sekunder dari buku-buku yang membahas kecemasan dan bimbingan dan konseling Islam.

1.5.3.2. Penelitian ini menggunakan dua jenis data antara lain:

1. Data primer.

Data primer berupa data yang diperoleh dari responden mengenai faktor penyebab kecemasan, tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa semester akhir dan upaya solusi yang telah dilakukan Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.

2. Data sekunder.

Data sekunder tersebut meliputi data-data mengenai pengertian kecemasan, tingkatan kecemasan, gejala-gejala kecemasan, faktor penyebab kecemasan dan bimbingan dan konseling Islam.

1.5.4. Purposive Sample

Dalam penelitian ini menggunakan sampel yang digunakan adalah purposive sample atau sampel bertujuan. Sampel dalam penelitian ini untuk menjangkau sebanyak mungkin informasi dari pelbagai macam sumber, dengan tujuan untuk mencari kekhususan

yang ada dalam rumusan konteks yang unik dan untuk menggali informasi yang akan menjadi dasar rancangan dan teori yang muncul. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik sampling bola salju, yaitu mulai dari satu menjadi makin lama makin banyak (Moleong, 2004: 224).

1.5.5. Teknik Pengumpulan Data

a. Pengamatan

Pengamatan adalah pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala – gejala yang diselidiki (Narbuko, dkk, 2005: 44). Dalam penelitian ini pengamatan dilakukan untuk mengamati gejala-gejala yang dialami ataupun peristiwa yang dialami mahasiswa semester akhir, untuk mengetahui siapa saja yang mengalami gejala kecemasan.

b. Wawancara (interview)

Wawancara adalah proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan dalam mana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan–keterangan (Narbuko, dkk, 2005: 44).

Obyek wawancara adalah mahasiswa fakultas dakwah dari jurusan Komunikasi Penyiaran Islam, Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Manajemen Dakwah angkatan 2002, 2003 dan 2004.

Wawancara digunakan untuk mencari faktor penyebab kecemasan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo.

a. Angket (*Kuesioner*)

Metode kuesioner adalah suatu daftar yang berisikan rangkaian pertanyaan mengenai suatu masalah atau bidang yang akan diteliti (Narbuko, 2003: 76). Metode ini digunakan untuk menggali data yang berkaitan dengan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo.

b. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sbagainya (Arikunto, 2002: 206). Pengumpulan data dengan teknik ini untuk mencari dan mendapatkan informasi berkaitan dengan pengertian, gejala-gejala, tingkatan kecemasan, faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan dan bimbingan dan konseling Islam.

c. **Teknik Analisis Data**

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah analisis data dengan metode *deskriptif* analisis. Metode deskriptif ini

digunakan untuk menggambarkan sifat suatu keadaan yang sementara berjalan pada saat penelitian ini dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu (Sevila, dkk, 993,71). Kemudian dianalisis dengan melakukan pemeriksaan secara konseptual atas suatu pernyataan, sehingga dapat diperoleh kejelasan arti yang terkandung dalam pernyataan tersebut (Sudarto, 1997, 60). Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Nawawi, Dkk (1996: 73) bahwa: metode diskriptif merupakan prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta yang nampak, dalam hal ini tidak banyak penyajian data secara deskriptif, tetapi data yang terkumpul di olah dan ditafsirkan.

Langkah-langkah yang peliti gunakan untuk menganalisis data yang telah terkumpul adalah sebagai berikut :

1. Peneliti mendiskripsikan data yang telah diperoleh, mengenai faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan mahasiswa semester akhir dan menghitung prosentase tingkat kecemasan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, dengan rumus sebagai berikut:

$$p = f / n \times 100\%$$

Keterangan:

p = prosentase pada suatu kelas tertentu.

f = frekuensi pada kelas variasi yang bersangkutan.

n = jumlah frekuensi dari seluruh kelas (Surakhmad, 1992:252).

2. Setelah dideskripsikan, tahap selanjutnya adalah menganalisis data deskriptif tersebut guna mencari faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan dan solusi yang tepat.

d. Sistematika Penulisan

Dalam rangka menguraikan pembahasan masalah diatas, peneliti berusaha menyusun kerangka penelitian secara sistematis agar pembahasan lebih terarah dan mudah difahami serta uraian yang disajikan mampu menjawab permasalahan yang sudah dirumuskan sehingga tercapai tujuan – tujuan yang diharapkan.

Sebelum menginjak bab pertama, penulis awali dengan halaman sampul, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pernyataan, abstraksi, kata pengantar, dan daftar isi.

Bab Pertama adaah pendahuluan. Bab ini berisi tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan.

Bab Dua adalah landasan teori yang menjelaskan Kecemasan dan Bimbingan dan Konseling Islam. Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir dibagi menjadi tiga sub bab yaitu Pengertian Kecemasan, Ciri-Ciri Kecemasan, Tingkat-Tingkat Kecemasan, Dan Faktor Penyebab Kecemasan. Sedangkan Bimbingan dan Konseling

Islam diperinci menjadi: pengertian Bimbingan dan Konseling Islam, tujuan dan fungsinya.

Bab Tiga adalah menggambarkan Fenomena Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir dan Faktor-faktor Penyebabnya. Bab tiga ini dibagi menjadi tiga sub, antara lain: Fenomena Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir, Dan Beberapa Solusi Yang Telah Dilakukan.

Bab Empat adalah Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir. Di dalam bab empat dibahas Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, Analisis Faktor-faktor penyebab kecemasan mahasiswa semester akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, Solusi Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, dan Tinjauan Bimbingan Dan Konseling Islam Terhadap faktor penyebab kecemasan dan upaya solusinya.

Bab Lima adalah penutup. Bab ini memuat kesimpulan dan saran-saran serta dicantumkan daftar pustaka, lampiran-lampiran dan biodata.