

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Intensitas Mengikuti Organisasi**

##### **1. Pengertian intensitas mengikuti organisasi**

Intensitas berarti keadaan tingkatan atau ukuran intensitasnya (Tim penyusun pusat bahasa, 2003: 438). Menurut Hazim (2005: 191), intensitas adalah kebulatan tenaga yang dikerahkan untuk suatu usaha. Adapun intensif dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang sungguh-sungguh, tekun, dan secara giat (Partanto, 2001: 264). Hal tersebut bisa saja bertambah atau berkurang, dan juga bisa melemah. Sedangkan menurut Kartono dan Gulo (2000: 57), intensitas diartikan besar atau kecilnya kekuatan suatu tingkah laku, jumlah energi fisik yang dibutuhkan untuk merangsang salah satu indera. Berdasarkan pemaparan mengenai intensitas diatas, maka dapat disimpulkan bahwa intensitas adalah suatu ukuran dan tingkatan kesungguhan atau kegigihan seseorang dalam melaksanakan suatu kegiatan sehingga dapat memberikan hasil yang maksimal terhadap dirinya.

Organisasi adalah kesatuan (*entity*) sosial yang dikoordinasikan secara sadar, dengan sebuah batasan yang relatif dapat diidentifikasi, yang bekerja atas

dasar yang relatif terus menerus untuk mencapai suatu tujuan bersama atau sekelompok tujuan (Robbins, 1994: 4). Menurut Oliver Sheldon dalam Sutarto (1992: 21) organisasi adalah proses penggabungan pekerjaan yang para individu atau kelompok-kelompok harus melakukan dengan bakat-bakat yang diperlukan untuk melakukan tugas-tugas sedemikian rupa memberikan saluran terbaik, untuk pemakaian yang efisien, sistematis, positif dan ter koordinasikan dari usaha yang tersedia. Money dalam Sutarto (1992: 22).mengemukakan bahwa organisasi adalah suatu bentuk perserikatan manusia untuk mencapai tujuan bersama.

Sudarman (2004: 34) tentang organisasi yang diikuti oleh mahasiswa atau yang biasa disebut dengan ormawa atau organisasi kemahasiswaan mengemukakan:

“Pada dasarnya, ormawa di perguruan tinggi diselenggarakan atas dasar prinsip dari, oleh dan untuk mahasiswa itu sendiri. Organisasi tersebut merupakan wahana dan sarana pengembangan mahasiswa kearah perluasan wawasan, peningkatan ilmu dan pengetahuan serta integritas kepribadian mahasiswa. Ormawa juga sebagai wadah pengembangan ekstrakurikuler mahasiswa di perguruan tinggi yang meliputi pengembangan penalaran, keilmuan, minat, bakat, dan kegemaran mahasiswa itu sendiri.”

Berdasarkan beberapa pengertian intensitas dan organisasi di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas mengikuti organisasi yaitu suatu ukuran dan tingkatan kesungguhan atau kegigihan seseorang dalam mengikuti organisasi sehingga dapat memberikan hasil yang maksimal terhadap dirinya sendiri maupun orang lain.

Menurut Langgalung (2007: 40), beberapa indikator intensitas adalah durasi kegiatan (berapa lama kemampuan penggunaan waktunya untuk melakukan kegiatan), frekuensi kegiatan (seberapa sering kegiatan itu dilakukan), ketabahan, keuletan, dan kemampuannya dalam menghadapi rintangan dan kesulitan untuk mencapai tujuan. Selanjutnya adalah devosi (pengabdian), tingkatan aspirasinya, tingkatan kualifikasi prestasi dan arah sikapnya terhadap sasaran.

Aspek-aspek intensitas mengikuti organisasi menurut Ajzen dkk., dalam Fektori (2015:6) meliputi:

- 1) Perhatian merupakan ketertarikan individu terhadap organisasi atau beberapa kegiatan yang dilakukan di dalam organisasi intra kampus. Perhatian ini merupakan latar belakang individu mengikuti organisasi intra kampus

- 2) Penghayatan dapat berupa pemahaman dan penyerapan informasi yang dilihat dan dialami selama mengikuti organisasi, kemudian informasi tersebut dipahami, diamati, dan disimpan sebagai pengetahuan yang baru bagi individu yang bersangkutan.
- 3) Durasi merupakan lamanya selang waktu yang dibutuhkan individu untuk melakukan perilaku yang menjadi target. Durasi berhubungan dengan seberapa lama kemampuan penggunaan waktu untuk melakukan kegiatan.
- 4) Frekuensi merupakan banyaknya pengulangan perilaku yang menjadi target. Hal ini berkaitan dengan seberapa sering mahasiswa mengikuti organisasi intra kampus.

Berdasarkan uraian di atas, aspek intensitas mengikuti organisasi menurut dua pendapat ahli meliputi banyak hal. Keduanya sama-sama berorientasi pada aspek perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi. Keempat aspek tersebut di atas merupakan aspek yang akan digunakan peneliti dalam pembuatan instrumen penelitian nantinya.

## **2. Unsur-unsur organisasi**

Menurut Wursanto (2005: 53) ada beberapa unsur dalam organisasi, yaitu: manusia, kerja sama

dan tujuan yang hendak dicapai suatu organisasi. Unsur pertama organisasi adalah manusia, manusia (orang-orang), dalam kehidupan organisasi atau kelembagaan sering disebut dengan istilah pegawai atau *personel*. Pegawai atau personel terdiri dari semua anggota atau warga organisasi, yang menurut fungsi dan tingkatannya terdiri dari unsur pimpinan (administrator) sebagai unsur pimpinan tertinggi dalam organisasi, para manajer yang memimpin suatu unit satuan kerja sesuai dengan fungsinya masing-masing dan para pekerja (*non managements/worker*). Semuanya itu secara bersama-sama merupakan kekuatan manusiawi (*man power*) organisasi.

Kerja sama, yang dimaksud kerja sama adalah suatu perbuatan bantu membantu atau suatu perbuatan yang dilakukan secara bersama-sama untuk mencapai tujuan bersama. Oleh karena itu semua anggota atau semua warga yang menurut tingkatan-tingkatannya dibedakan menjadi administrator, manajer, dan pekerja (*workers*), secara bersama-sama merupakan kekuatan manusiawi (*non power*) organisasi.

Tujuan bersama merupakan arah atau sasaran yang dicapai. Tujuan menggambarkan tentang apa yang akan dicapai, diharapkan. Tujuan merupakan titik akhir tentang apa yang harus dikerjakan. Tujuan

juga menggambarkan tentang apa yang harus dicapai melalui prosedur, program, pola (*network*), kebijaksanaan (*regulation*), strategi, anggaran (*budgeting*), dan peraturan-peraturan (*regulation*) yang telah ditetapkan.

### 3. Teori-teori organisasi

Wursanto (2005: 251) dalam bukunya Dasar-dasar ilmu organisasi mengemukakan sembilan teori organisasi, yaitu teori organisasi klasik, teori birokrasi, teori organisasi *human relations*, teori organisasi perilaku, teori organisasi proses, teori organisasi kepemimpinan, teori organisasi fungsi, teori pengambilan keputusan serta teori kontingensi. Teori-teori tersebut akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

Teori organisasi klasik disebut juga dengan teori organisasi tradisional. Teori birokrasi menyatakan bahwa birokrasi merupakan inti daripada setiap organisasi modern, karena tanpa birokrasi yang baik dan kuat, organisasi tidak akan dapat berjalan dengan optimal. Teori organisasi *human relation* disebut juga teori hubungan kemanusiaan, teori hubungan antar manusia, hubungan kerja kemanusiaan, atau *the human relations theory*. Teori ini mengakui pentingnya

hubungan antar pribadi yang harmonis, ialah hubungan yang didasarkan atas kerukunan, kekeluargaan, hormat-menghormati, saling menghargai. Hanya dalam suasana yang demikian organisasi dapat diurus dengan baik dan dapat mencapai sasaran.

Teori organisasi perilaku atau *the behavior theory of organization* adalah suatu teori yang memandang organisasi dari segi perilaku anggota organisasi. Setiap anggota mempunyai watak, temperamen, cita-cita, keinginan, yang berbeda-beda, yang mengakibatkan perilaku dari setiap anggota organisasi berbeda-beda. Perilaku itu pada awalnya berorientasi pada diri sendiri, akan tetapi karena pada dasarnya manusia tidak dapat hidup sendiri, selalu hidup berkelompok, perilaku mereka berkembang menjadi apa yang dinamakan perilaku organisasi. Menurut teori ini, masalah utama yang dihadapi organisasi adalah bagaimana mengarahkan para anggotanya untuk berpikir, bersikap dan bertindak laku atau berperilaku sebagaimana mestinya manusia organisasi yang baik (Wursanto, 2005: 265).

Teori organisasi proses adalah teori yang memandang organisasi sebagai proses kerja sama

antara sekelompok orang yang tergabung dalam suatu kelompok formal. Oleh karena itu, teori ini memandang organisasi dalam arti dinamis, selalu bergerak, dan di dalamnya terdapat pembagian tugas dan prinsip yang bersifat umum. Berhasil atau tidaknya organisasi mencapai tujuan yang telah ditentukan, tergantung dari proses kerja sama antara orang-orang yang ada di dalam organisasi, oleh karena itu pimpinan organisasi harus mendayagunakan dan mengarahkan proses kerja sama itu ke arah tercapainya tujuan yang telah ditetapkan.

Teori selanjutnya adalah teori kepemimpinan atau *leadership*. Kepemimpinan merupakan kemampuan seseorang untuk mempengaruhi orang lain sehingga orang lain mampu mengikuti apa yang menjadi kehendaknya. Orang yang memiliki kemampuan demikian ini disebut sebagai pemimpin. Teori kepemimpinan beranggapan bahwa berhasil tidaknya organisasi mencapai tujuan, tergantung dari sampai sejauh mana seorang pemimpin mampu mempengaruhi para bawahan, sehingga mereka mau bekerja dengan semangat yang tinggi dan tujuan organisasi dapat tercapai efektif (Wursanto, 2005: 267).



Teori organisasi fungsi dilandaskan pada pemikiran bahwa segala aktivitas dalam organisasi akan dapat berjalan dengan lancar dan berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, apabila pimpinan organisasi mampu menjalankan sekelompok kegiatan yang telah menjadi fungsi dari seorang pimpinan. Fungsi tersebut meliputi kegiatan menyusun perencanaan, pengorganisasian, pemberian motivasi dan pengawasan.

Teori pengambilan keputusan berlandaskan pada suatu pemikiran bahwa berhasil tidaknya organisasi mencapai tujuan yang ditentukan, tergantung dari berbagai keputusan yang dibuat oleh pemimpin. Teori yang terakhir adalah teori kontingensi. Teori ini memandang bahwa pengelolaan organisasi dapat berjalan dengan baik dan lancar apabila pemimpin organisasi mampu memperhatikan dan memecahkan situasi tertentu yang sedang dihadapi. Tidak ada prinsip umum yang berlaku untuk segala situasi, setiap situasi harus dianalisis sendiri (Wursanto, 2005: 273).

#### **4. Manfaat Mengikuti Organisasi**

Organisasi kemahasiswaan merupakan sesuatu yang sebenarnya tidak wajib diikuti oleh mahasiswa namun sangat dianjurkan untuk diikuti. Meskipun hal

ini bersifat tidak wajib namun mengikuti organisasi kemahasiswaan memiliki banyak manfaat, diantaranya

- 1) Organisasi bermanfaat untuk membina dan mengembangkan minat bakat, menambah wawasan, meningkatkan rasa kepedulian dan kepekaan pada masyarakat dan lingkungan mahasiswa, produktif, kreatif dan inovatif (Sukirman, 2004: 69). Sejalan dengan hal itu, Setiani (2014: 2) menyebutkan mahasiswa yang mengikuti organisasi akan lebih memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman dalam berbagai bidang dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi sama sekali, Ia menambahkan bahwa dengan mengikuti organisasi seseorang akan lebih mampu untuk mengatasi berbagai hambatan yang dialami.

- 2) Memiliki prestasi belajar yang tinggi

Organisasi merupakan wadah bagi mahasiswa untuk dapat menyalurkan bakat dan minatnya. Selain sebagai wadah penyaluran bakat dan minat, organisasi juga berfungsi sebagai wadah pengembangan diri mahasiswa dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan memperluas wawasan. Berdasarkan jurnal

penelitian yang dilakukan oleh Aziz dkk; (2008: 4) mahasiswa yang mengikuti organisasi mempunyai prestasi belajar yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi sama sekali. Hal ini juga diperkuat oleh Fektori (2015: 12) yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang aktif dalam mengikuti organisasi memiliki motivasi belajar tinggi, ini menunjukkan bahwa organisasi mahasiswa memiliki peran yang positif bagi penyaluran berbagai keahlian yang dimiliki oleh mahasiswa, sehingga mahasiswa tidak hanya terfokus dalam kegiatan akademik di tempat perkuliahan, akan tetapi dapat menumbuhkan motivasi mahasiswa dalam belajar.

Munir (2010) menambahkan aktif di organisasi kemahasiswaan akan berefek pada perubahan yang signifikan terhadap wawasan, cara berpikir, pengetahuan, mengenai sosialisasi, ilmu-ilmu bersosialisasi, kepemimpinan, manajemen kepemimpinan yang pada dasarnya tidak diajarkan dalam kurikulum normatif perguruan tinggi.

3) Memiliki interaksi sosial yang lebih bagus

Organisasi merupakan tempat untuk berlatih mahasiswa untuk berinteraksi dengan mahasiswa lainnya. Mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki interaksi sosial yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi (Widayanti, 2005:3). Hal ini juga didukung oleh Ningsih (2008: 81) yang menyatakan bahwa mengikuti organisasi mampu mengembangkan tingkat afersivitas yang dimiliki seseorang. Afersivitas adalah kemampuan untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan keinginan pada orang lain, tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain. Maksudnya mengungkapkan keinginan secara langsung, tapi dengan cara yang tidak menyinggung perasaan orang lain.

4) Menjadi pribadi yang tangguh dalam menjalani kehidupan

Proses pengembangan diri yang membuat mahasiswa memiliki mental dalam menghadapi lapangan pekerjaan. Individu yang mengikuti organisasi akan memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan yang baik. Individu menjadi lebih mandiri dalam menentukan segala

hal yang akan diambilnya tidak terkecuali dengan masalah pendidikan dan pekerjaan (Anggraini, 2013:5). Sejalan dengan hal tersebut, Setiawan, dkk; (2014: 149) mengemukakan bahwasanya keaktifan mahasiswa dalam berorganisasi sangat berpengaruh terhadap efikasi dan konsep diri yang baik. Efikasi dan konsep diri yang baik dimiliki oleh mahasiswa yang aktif dalam berorganisasi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi. Efikasi diri dimaknai sebagai kepercayaan seseorang pada dirinya sendiri mengenai kemampuannya untuk mengerjakan atau mengatasi suatu kegiatan tertentu (Setiawan, 2014: 147).

## **5. Macam-Macam Organisasi Mahasiswa**

Organisasi Mahasiswa di Indonesia dapat dikategorikan ke dalam dua jenis, yaitu organisasi mahasiswa internal kampus dan eksternal kampus. Organisasi mahasiswa internal-kampus adalah organisasi mahasiswa yang melekat pada pribadi kampus atau universitas, dan memiliki kedudukan resmi di lingkungan perguruan tinggi. Organisasi ini mendapat pendanaan kegiatan kemahasiswaan secara mandiri, dari pengelola perguruan tinggi dan atau dari Kementerian/lembaga, Pemerintah dan non

pemerintah untuk memajukan program kerja serta kemajuannya lainnya. Organisasi internal kampus pada suatu perguruan tinggi dapat bergabung dalam skala daerah, nasional dan bahkan internasional. Gabungan organisasi internal-kampus beberapa perguruan tinggi ini disebut organisasi antar-kampus.

Bentuk dari organisasi internal kampus dapat berupa dewan mahasiswa, majelis mahasiswa, senat mahasiswa, unit kegiatan mahasiswa, badan perwakilan mahasiswa, badan eksekutif mahasiswa, dan himpunan mahasiswa jurusan (HMJ). Dewan mahasiswa dan majelis mahasiswa ini sangat independen dan merupakan kekuatan yang cukup diperhitungkan sejak Indonesia merdeka hingga masa orde baru berkuasa. Dewan mahasiswa berfungsi sebagai eksekutif dan senat mahasiswa. Senat mahasiswa di tingkat jurusan keilmuan dibentuk keluarga mahasiswa jurusan atau himpunan mahasiswa jurusan, yang berkoordinasi dengan senat mahasiswa dalam melakukan kegiatan intens. Pada umumnya senat mahasiswa dimaksudkan sebagai lembaga eksekutif, sedangkan legislatifnya dijalankan organ lain bernama badan perwakilan mahasiswa (BPM).

Unit kegiatan mahasiswa (UKM) adalah wadah aktivitas kemahasiswaan untuk mengembangkan minat, bakat dan keahlian tertentu bagi para aktivis yang ada di dalamnya. Unit kegiatan mahasiswa sebetulnya adalah bagian/organ/departemen dari dewan mahasiswa. Unit kegiatan mahasiswa terdiri dari tiga kelompok minat: unit-unit kegiatan olahraga, unit-unit kegiatan kesenian, dan unit khusus (pramuka, resimen mahasiswa, pers mahasiswa, mahasiswa pecinta alam (mapala), koperasi mahasiswa, unit kerohanian dan sebagainya). Mengikuti unit kewajiban mahasiswa merupakan suatu yang penting, maka mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti minimal satu dari berbagai UKM yang ada di perguruan tinggi.

Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) ialah lembaga kemahasiswaan yang menjalankan organisasi serupa pemerintahan (lembaga eksekutif). BEM dipimpin oleh ketua/presiden BEM yang dipilih melalui pemilu mahasiswa setiap tahunnya. Himpunan mahasiswa jurusan (HMJ) adalah organisasi mahasiswa intra kampus yang dibentuk berdasarkan kesamaan disiplin ilmu, terdapat pada program studi atau jurusan dalam lingkup fakultas tertentu dan berjarang dengan disiplin ilmu sejenis dari perguruan

tinggi lain. Kegiatan himpunan mahasiswa jurusan umumnya dalam konteks keilmuan, penalaran, dan pengembangan profesionalisme.

Jenis organisasi mahasiswa dalam lingkup kampus yang kedua yakni organisasi ekstra kampus. Organisasi ekstra kampus merupakan organisasi mahasiswa yang aktivitasnya berada di luar lingkup universitas atau perguruan tinggi. Organisasi ekstra kampus biasanya berafiliasi dengan partai politik tertentu walaupun tidak secara eksplisit. Bentuk organisasi ekstra kampus antara lain: front mahasiswa nasional, gerakan mahasiswa nasional Indonesia, himpunan mahasiswa Islam, ikatan mahasiswa muhammadiyah, pergerakan mahasiswa Islam Indonesia (Wikipedia, 2016).

## **B. Kecemasan**

### **1. Pengertian kecemasan**

*Anxiety* (kecemasan) menurut Chaplin (2009: 32) adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Nietzal dalam Ghufroon (2010) berpendapat bahwa kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxious*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan



fisiologi. Menurut Taufiq, kecemasan adalah suatu keadaan yang disertai dengan perubahan intern fisiologis untuk kemudian berimplikasi pada gerakan ekstern nya. Kecemasan ini adalah ketakutan atas sesuatu yang tidak diketahui atau bahaya yang tidak bisa di prediksikan (Taufiq, 2006: 506).

Sutardjo (2005: 67), mengemukakan bahwa kecemasan adalah keadaan, perasaan, dimana individu merasa lemah sehingga tidak berani dan mampu untuk bersikap dan bertindak secara rasional sesuai dengan seharusnya, misalnya seorang ibu muda yang merasa takut atau was-was ketika untuk pertama kali melepas anaknya pergi sendiri berangkat sekolah, padahal secara objektif tidak ada yang perlu dikhawatirkan.

Bastaman (1995: 156), mengemukakan bahwa kecemasan adalah ketakutan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas biasanya muncul bila kita berada dalam suatu keadaan yang kita duga akan merugikan dan kita rasakan mengancam diri kita dimana kita merasa tidak berdaya menghadapinya. Dengan demikian, rasa cemas itu sebenarnya ketakutan yang kita ciptakan sendiri. Hampir terhadap segala hal, seorang pencemas selalu khawatir dan takut. Berdasarkan berbagai pendapat ahli tentang kecemasan diatas, dapat penulis simpulkan

bahwasanya kecemasan adalah rasa kekhawatiran dan ketakutan yang dialami seseorang akan masa mendatang tentang sesuatu yang belum jelas akan terjadi.

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi (Seirin, 2015: 57). Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi lapangan pekerjaan adalah perasaan subjektif yang tidak menyenangkan yang ditimbulkan oleh pikiran-pikiran atau perasaan-perasaan tentang situasi yang tidak belum jelas atau belum pasti dalam menghadapi lapangan pekerjaan, sehingga individu merasa sulit untuk mendapatkan pekerjaan guna memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya (Bukhori, 2008:19).

## **2. Faktor-faktor penyebab kecemasan**

Kartono (2000: 121) mengemukakan bahwa sebab-sebab terjadinya kecemasan adalah (a) adanya ketakutan dan kecemasan yang terus menerus, disebabkan oleh kesusahan-kesusahan dan kegagalan yang bertubi-tubi; (b) Represi terhadap macam-macam masalah emosional, akan tetapi tidak dapat berlangsung secara sempurna (*incomplete repress*); (c) ada kecenderungan-kecenderungan harga diri yang hilang; (d) dorongan-dorongan seksual yang tidak

mendapat kepuasan terhambat sehingga mengakibatkan banyak konflik bathin.

Daradjat (2001: 20) menjelaskan penyebab kecemasan meliputi tiga hal yakni: Rasa cemas melihat adanya bahaya yang mengancam, takut. Rasa cemas akibat merasa berdosa/bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan hati nurani dan cemas yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Taufiq (2006: 506) menyebutkan bahwa kecemasan disebabkan oleh tiga hal yakni hereditas/bawaan, lingkungan dan faktor personal. Faktor hereditas turut memberikan kontribusi tertentu yang memicu datangnya kecemasan. Kecemasan adalah suatu emosi yang tak terlepas dengan pengaruh lingkungan sekitar. Sesaat stimulus kecemasan berjalan lambat, maka respons individu terhadapnya sangat cepat, maka umumnya respons individu terhadapnya sangat lambat.

Faktor kedua adalah faktor lingkungan. Lingkungan adalah suatu jaringan yang berkaitan dengan faktor eksternal dan kondisi yang

melingkupinya untuk kemudian membentuk kepribadian individu. Menurut Liliweri (2014: 279) lingkungan merupakan tempat seseorang dikenalkan dengan nilai-nilai dan norma-norma, serta tempat seseorang dalam melakukan aktifitas, baik dalam kehidupan individu, kelompok, maupun masyarakat. Aktivitas manusia dalam kehidupan ini memberikan pengetahuan, pengalaman, kepercayaan, nilai, sikap dan makna yang berbeda. Senada dengan hal itu, Bandura mengatakan bahwa lingkungan mempunyai pengaruh yang kuat dalam perkembangan individu (Desmita, 2015: 58). Lingkungan dapat berpengaruh terhadap perkembangan individu dengan cara merespons berbagai kondisi yang berbeda, mencakup beberapa hal sebagai berikut:

(1) Kondisi pertumbuhan fisik dan pola pikir

Pola pikir individu akan berpengaruh terhadap kecemasan yang dialaminya, seseorang yang selalu cemas memikirkan tentang hal yang akan terjadi di masa mendatang akan berpengaruh terhadap reaksi fisik yang dihasilkan. Reaksi tersebut dapat berupa sulit berkonsentrasi, gangguan tidur dan lain sebagainya.

(2) Problematik keluarga dan sosial masyarakat, seperti tersebarnya kebodohan dan juga

kemiskinan. Kecemasan dapat terjadi pada individu dengan keberadaan ekonomi yang serba kekurangan. Hal ini menjadikan individu merasa dirinya tak berdaya yang dapat mengakibatkan kecemasan.

- (3) Problematik perkembangan, yakni peralihan dari suatu masa ke masa lainnya seperti masa remaja menuju dewasa dan masa dewasa ke masa tua. Peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa atau masa dewasa menjadi tua akan menjadi beban dan masalah bagi individu yang tidak mempersiapkan diri. Masalah yang kadang dihadapi individu dalam masa ini yakni masalah pekerjaan, tuntutan keluarga untuk membentuk keluarga dan atau tuntutan di dalam masyarakat.
- (4) Perasaan lemah untuk memahami teka-teki eksistensi dirinya dan merasa bodoh dalam menghadapi kehidupan serta merasa kehilangan makna dan tujuan hidup (Taufiq, 2006: 508).

Faktor terakhir yang menyebabkan kecemasan adalah faktor personal. Problematika yang ada dalam diri individu tidak bertanggung jawab atas respons dirinya terhadap kecemasan. Pandangan dirinya atas problematika itulah yang justru menjadi stimulus adanya kecemasan. Terkadang suatu kondisi

direspons dengan banyak hal, semuanya itu tergantung bagaimana manusia merespons berbagai hal yang dialami. Hal ini berkaitan erat dengan persepsi individu. Rahmasari (2016: 51) menyatakan bahwa persepsi dapat mempengaruhi kecemasan yang dialami oleh individu. Tingkat kecemasan yang dialami individu tergantung kepada bagaimana individu mempersepsikan sesuatu. Semakin negatif individu mempersepsikan sesuatu maka akan semakin cemas, begitu pula sebaliknya.

### **3. Teori-teori kecemasan**

#### **1) Teori psikodinamis**

Pandangan ini mengasumsikan bahwa sumber kecemasan adalah konflik yang internal dan tidak disadari. Freud contohnya, menyatakan bahwa penyebab kecemasan adalah ketidakberhasilan mempertahankan dorongan yang tidak disadari (misal dorongan seksual dan sifat agresif). Freud menganggap bahwa kecemasan fobia sebagai hasil dari konflik yang tidak sadar yang terpusat pada dorongan agresif dan/atau seksual yang tidak terpecahkan pada. Fobia adalah suatu cara untuk menanggulangi dorongan yang tidak dapat diterima. Mekanisme pertahanan ego menunjukkan kecemasan terhadap situasi atau

objek eksternal yang lebih mudah dapat dihindari (Clerq, 1994:78).

## 2) *Social learning Theory (SLT)*

Menurut perspektif belajar, kecemasan diperoleh melalui proses belajar, terutama melalui *conditioning* dan belajar observasional. Menurut O. Hobart Mowrer (dalam Oltmans, 2001:15) ada dua model yaitu *classical conditioning* dan *operant conditioning* tercakup dalam pembentukan kecemasan. Diasumsikan bahwa objek atau situasi yang tadinya netral memperoleh kapasitas untuk menimbulkan takut karena dipasangkan dengan stimuli yang aversif atau yang tidak menyenangkan. Seorang anak yang takut akan anjing yang menggonggong mungkin akan menumbuhkan fobia terhadap anjing

## 3) Teori behavioral

Kecemasan digerakkan oleh peristiwa yang eksternal daripada oleh konflik yang internal. Kecemasan merupakan perilaku yang dipelajari. Secara khusus kita akan memperhatikan model behavioral, dalam menjelaskan fobia anak-anak yang dipandang sebagai tingkah laku yang dipelajari. Tujuannya adalah untuk mengerti

proses bagaimana fobia tersebut dipelajari dan dipertahankan.

4) Teori komunikasi, sistem dan keluarga

Teori ini memperhatikan pola interaksi dalam yang disebut sistem klien atau *client system* (partner, keluarga, pekerjaan). Gangguan kecemasan menunjukkan adanya pola komunikasi yang tidak adaptif dalam sistem. Kadang-kadang masalah kecemasan dari klien di identifikasikan dilakukan untuk menjaga keseimbangan keluarga.

5) Perspektif biologis.

Beberapa gangguan kecemasan cenderung terjadi pada satu keluarga. Hal ini bukannya harus merupakan faktor keturunan tetapi bisa disebabkan individu tinggal bersama dan mengalami pengaruh lingkungan yang sama. Gangguan kecemasan mungkin berkembang melalui interaksi antara kecenderungan biologis (yaitu rendahnya benteng penangkal kecemasan atau *low threshold for anxiety*) dengan pengalaman dari lingkungan. (Clerq, 1994:78-82).



#### 4. Gejala kecemasan

Rasa cemas tarafnya bermacam-macam. Mulai dari yang paling ringan, sampai yang paling berat. Mulai dari kecemasan yang sifatnya normal sampai kecemasan yang merupakan gangguan kejiwaan (Bastaman, 2001:156). Jenis-jenis kecemasan antara lain adalah *generalized anxiety disorder* atau kecemasan umum, yang terdapat pada perempuan dua kali lebih banyak daripada laki-laki. Jenis ini tidak fokus pada objek atau situasi tertentu, tidak spesifik atau mengambang (*free floating*). Orang yang bersangkutan bisa bilang bahwa dia cemas, takut, tetapi tidak bisa menyebutkan apa yang dicemaskannya dan mengapa dia cemas. Orang semacam ini tidak bisa mengontrol emosi takutnya dan reaksi pada tubuhnya (otot tegang, jantung berdebar, sakit kepala tidak bisa tidur dan sebagainya).

Jenis yang lain adalah *panic disorder* atau panik, yaitu perasaan teror yang intens, gemetar, bingung, mau muntah sesak napas dan merasa dunia akan kiamat. Walaupun bisa muncul begitu saja, rasa panik ini biasanya timbul karena suatu peristiwa yang menakutkan, *stress* yang berkelanjutan, atau setelah olahraga. Berikutnya adalah *social anxiety disorder* atau disebut juga fobia sosial. Orang yang

bersangkutan merasa bahwa dirinya selalu dinilai jelek oleh orang lain (Sarwono, 2012: 250).

King (2014: 301) menyebutkan ada lima jenis kecemasan yang dialami oleh manusia, yakni: gangguan kecemasan ter generalisasi, gangguan panik, gangguan fobia, gangguan obsesif-kompulsif, dan gangguan stres pasca trauma. Gangguan kecemasan tergeneralisasi berbeda dari gangguan kecemasan sehari-hari karena penderitanya mengalami kecemasan yang bertahan terus menerus untuk setidaknya enam bulan, dan individu dengan gangguan kecemasan ter generalisasi tidak mampu menunjuk alasan dengan jelas untuk kecemasan tersebut. Orang dengan gangguan kecemasan tersentralisasi merasa hampir setiap saat. Individu yang mengalami gangguan ini mengkhawatirkan pekerjaan mereka, hubungan mereka atau kesehatan mereka. Gangguan panik bisa dialami oleh individu yang secara berulang-ulang mengalami kemunculan mendadak dari sebuah teror yang sangat intens. Individu kerap mengalami perasaan hancur, tetapi mungkin saja tidak merasa cemas setiap saat. Serangan panik seringkali muncul tanpa peringatan terlebih dahulu dan menghasilkan denyut jantung

yang sangat cepat, napas menjadi sangat pendek, sakit di dada, dan perasaan tidak berdaya.

Gangguan kecemasan ketiga yakni gangguan fobia, dimana individu dengan kecemasan tergeneralisasi tidak dapat menunjukkan penyebab kecemasan mereka, individu dengan fobia dapat menunjukkan secara jelas. Sebuah ketakutan berkembang menjadi fobia ketika sebuah situasi demikian mengancam sehingga individu menjadi selalu mengusahakan untuk menghindarinya. Seperti pada gangguan kecemasan lain, fobia adalah ketakutan yang tidak dapat dikendalikan, tidak proporsional, dan *disruptive* (King, 2014: 304). Gangguan obsesif-kompulsif adalah gangguan kecemasan di mana individu memiliki pikiran-pikiran yang menimbulkan kecemasan yang tidak akan hilang (obsesi) dan/atau dorongan untuk melakukan perilaku yang berulang seperti ritual untuk mencegah atau menghasilkan situasi serupa di masa depan (kompulsi) (King, 2014: 305). Gangguan kecemasan yang terakhir menurut King (2014: 308) adalah gangguan stres pasca trauma. Gangguan stres ini adalah gangguan kecemasan yang berkembang melalui pengalaman traumatis, seperti perang, situasi

yang opresif, penyiksaan yang parah, bencana alam dan kecelakaan yang disebabkan oleh alam.

Menurut Taufiq (2006: 509) gejala kecemasan terdiri dari gejala fisik dan juga gejala psikis yang menyertai. Gejala fisik meliputi: rasa letih secara menyeluruh sehingga ia merasa hilang tenaga, penat, pusing, dan merasakan tidak adanya keseimbangan dalam dirinya, guncangan metabolisme tubuh, seperti adanya gangguan pencernaan, gangguan tidur, reproduksi, bernapas, hilangnya keseimbangan sistem saraf, hormon dan aliran darah, gangguan gerak, seperti menggigil, berteriak dan gemetar. Penyakit kejiwaan fisik, seperti penyakit diabetes dan tekanan darah tinggi, hilangnya nafsu makan dan berat badan. Gejala psikis kecemasan menurut Taufiq (2006: 509) meliputi khawatir dan ragu tanpa sebab, merasa takut yang berlebihan, mudah lupa, sulit konsentrasi, dan melemahnya kemampuan untuk beraktivitas karena ada guncangan dalam keluarga maupun pekerjaan.

Gejala kecemasan menurut Daradjat (1982: 28) meliputi gejala yang bersifat fisik dan bersifat mental. Gejala fisik meliputi: ujung-ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, pukulan jantung cepat, keringat bercucuran, tidur tidak nyenyak, nafsu

makan hilang, kepala pusing, sesak napas dan sebagainya. Gejala mental meliputi: sangat takut, merasa akan ditimpa bahaya atau kecelakaan, tidak bisa memusatkan perhatian, tidak berdaya/rendah diri, hilang kepercayaan diri, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan hidup dan sebagainya. Kartini Kartono (2000: 120) mengemukakan gejala kecemasan meliputi:

- 1) Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati; hampir setiap kejadian menyebabkan timbulnya rasa takut dan cemas, tidak berani terhadap satu objek konkrit, misalnya takut harimau, polisi, perampok dan lain-lain. Sedang cemas adalah bentuk ketidak beranian terhadap hal-hal yang tidak jelas. Umpama cemas memikirkan hari esok, cemas karena meninggalkan bayi dan anak-anaknya yang masih kecil di rumah, (karena sang ibu bekerja); cemas karena berpisah dengan kekasih dan seterusnya.
- 2) Disertai emosi-emosi kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan *excited* (heboh, gempar) yang memuncak. Sangat irritable; akan tetapi juga sering dihinggapi depresi. Individu yang merasa cemas, tidak jarang disertai dengan emosi yang meluap-luap, sangat

sensitif terhadap orang lain dan hal ini terkadang membuat individu merasa depresi.

- 3) Diikuti oleh bermacam fantasi, delusi, ilusi dan *delusion of persecution* (delusi dikejar-kejar).
- 4) Kecemasan yang dialami individu secara terus menerus juga akan berakibat pada reaksi fisik. Reaksi tersebut berupa sering merasa mual dan muntah-muntah. Badan merasa sangat lelah, banyak berkeringat, bergemetaran dan seringkali menderita diare atau murus.
- 5) Selalu dipenuhi ketegangan-ketegangan emosional dan bayangan-bayangan kesulitan yang imajiner (yang hanya ada dalam khayalan), walaupun tidak ada perangsang khusus. Ketegangan dan ketakutan-kecemasan yang kronis itu menyebabkan tekanan jantung yang sangat cepat, *tachycardia* (percepatan tinggi dari darah) dan *hypertension* atau tekanan darah tinggi.

Senada dengan kedua pendapat di atas, Hawari (2001: 80) mengemukakan gejala kecemasan meliputi: gejala fisik yang ditandai dengan merasa lesu, gangguan tidur, kepala pusing, gangguan *mood*, jantung berdebar-debar, dan gangguan pencernaan. Gejala mental meliputi: rasa cemas, memiliki firasat buruk, gelisah, merasa sedih, gangguan kecerdasan.

Dari berbagai pendapat di atas tentang gejala kecemasan keseluruhan dari ahli sama-sama berpendapat bahwa gejala kecemasan meliputi gejala fisik dan gejala psikis. Adapun pendapat yang digunakan dalam penyusunan instrumen adalah pendapat dari Daradjat meliputi Gejala fisik meliputi: ujung-ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, pukulan jantung cepat, keringat bercucuran, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, kepala pusing, sesak napas dan sebagainya. Gejala mental meliputi: sangat takut, merasa akan ditimpa bahaya atau kecelakaan, tidak bisa memusatkan perhatian, tidak berdaya/rendah diri, hilang kepercayaan diri, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan hidup dan sebagainya. Pemilihan pendapat Daradjat dalam penyusunan instrumen ini karena pendapat ini telah mewakili dari keseluruhan pendapat yang ada.

## **C. Relasi penelitian dengan dakwah**

### **1. Pengertian Dakwah**

Dakwah dalam bahasa Al-Qur'an terambil dari dua kata دعا- يدعو- دعوة yang secara lughawi (etimologi) memiliki kesamaan makna dengan al-nida, yang berarti menyeru, memanggil. Syekh Ali

Mahfudz dalam kitabnya *Hidayatul Mursyidin* memberikan definisi dakwah sebagai berikut:

الدَّعْوَةُ : حَثُّ النَّاسِ عَلَى الْخَيْرِ وَالْهُدَى وَالْأَمْرُ بِالْمَعْرُوفِ وَ النَّهْيُ  
عَنِ الْمُنْكَرِ لِيُتُوفَّرَ بِسَعَادَةِ الْعَاجِلِ وَالْآجِلِ

Dakwah adalah mendorong manusia agar berbuat baik dan menurut petunjuk Allah, menyeru mereka kepada kebiasaan yang baik, dan melarang mereka dari kebiasaan buruk supaya mendapatkan keberuntungan di dunia dan di akhirat (Shaleh, 1977: 18).

Menurut Ali Mahfudz dakwah lebih dari sekedar ceramah dan pidato dakwah juga meliputi tulisan dan perbuatan sekaligus keteladanan. Sayyid qutub memandang dakwah sebagai usaha untuk mewujudkan sistem Islam dalam kehidupan nyata dari tataran yang paling kecil, seperti keluarga, hingga yang paling besar seperti negara atau *ummah* dengan tujuan mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat (Ismail, 2013: 29). Tujuan dakwah menurut Ahmad Al-Ghallusy adalah untuk membimbing ummat manusia kepada jalan menuju kebaikan dalam rangka mencapai kebahagiaan (Pimay, 2006: 7). Hal ini sesuai dengan pendapat Sayyid Qutub yang menjelaskan tujuan dakwah yakni sesuai dengan Q.S yusuf ayat 108, yaitu mengajak orang lain untuk meyakini dan mengamalkan aqidah dan syariat Islam



yang telah ditetapkan oleh Allah SWT menjadi jalan (pedoman) hidup manusia.

Tujuan dakwah dapat diklasifikasikan berdasarkan aspek obyek dakwah dan aspek materi dakwah. Tujuan dakwah dilihat dari aspek obyek nya meliputi tujuan dakwah perorangan, tujuan dakwah keluarga, tujuan dakwah masyarakat serta tujuan dakwah bagi seluruh ummat manusia (Pimay, 2006: 12). Tujuan dakwah perorangan yakni terbentuknya pribadi muslim yang memiliki iman yang kuat dan menjalankan hukum-hukum Allah serta berakhlak mulia. Akhlak mulia individu dapat tercermin dari kegiatan nya sehari-hari, individu yang kuat menahan godaan dan mampu menjaga diri dari perbuatan yang dilarang Allah. Tujuan dakwah keluarga yakni terbentuknya keluarga yang sakinnah mawaddah warahmah. Tujuan dakwah masyarakat yaitu terbentuknya masyarakat sejahtera sesuai dengan yang digariskan Allah, masyarakat yang *baldatun toyyibatun wa robbun ghofur*, masyarakat yang mematuhi para pemimpin nya. Tujuan dakwah seluruh ummat manusia yaitu terbentuknya masyarakat dunia yang penuh dengan ketentraman, kedamaian, ketenangan tanpa adanya diskriminasi dan eksploitasi.

## 2. Unsur-unsur dakwah

Kegiatan dakwah adalah proses sosial, dimana di dalam setiap proses dakwah terdapat faktor yang saling berhubungan dan mempengaruhi antara satu faktor dengan faktor yang lainnya. Faktor-faktor tersebut berkaitan dengan unsur-unsur dakwah yang harus dipenuhi guna mencapai tujuan dakwah. Unsur-unsur dakwah terdiri dari *da'i* (pelaku dakwah), *mad'u* (mitra dakwah), *maddah* (materi dakwah) *wasilah* (media dakwah), dan *thariqah* (metode dakwah).

### a. *Da'i* (pelaku dakwah)

*Da'i* adalah orang yang melaksanakan dakwah baik lisan, tulisan maupun perbuatan, baik dilakukan secara individu, kelompok ataupun lewat organisasi (Munir, 2006: 22). *Da'i* dalam hal organisasi kemahasiswaan kampus dapat dilakukan oleh mahasiswa yang melaksanakan dakwah lewat beberapa kegiatan kemahasiswaan seperti dakwah lewat seni yang dilakukan oleh UKM teater.

### b. *Mad'u* (mitra dakwah)

*Mad'u* adalah manusia yang menjadi sasaran dakwah, mereka adalah orang-orang yang telah memiliki atau setidaknya telah tersentuh

oleh kebudayaan asli atau kebudayaan selain Islam. Objek dakwah senantiasa berubah karena perubahan aspek sosio kultural, sehingga objek dakwah ini akan senantiasa mendapatkan perhatian dari *mad'u* (Pimay, 2006: 29). Muhammad abduh membagi *mad'u* menjadi tiga golongan. Golongan pertama adalah golongan cerdik cendikiawan yang cinta kebenaran, berpikir secara kritis, dan cepat menangkap persoalan. Golongan kedua adalah golongan awam yaitu golongan yang kebanyakan belum dapat berpikir secara kritis dan mendalam serta belum dapat menangkap pengertian-pengertian yang tinggi. Golongan ketiga adalah golongan yang berbeda dengan kedua golongan tersebut, golongan ini sering membahas sesuatu tetapi hanya dalam batas tertentu saja dan tidak mampu membahas nya secara mendalam (Munir, 2006: 24). Mitra dakwah (*mad'u*) yang menjadi mitra dakwah dalam organisasi yakni mahasiswa yang menjadi anggota dalam suatu organisasi.

c. *Maddah* (materi dakwah)

*Maddah* adalah isi pesan atau materi yang disampaikan da'i kepada *mad'u*, maddah dakwah adalah ajaran Islam itu sendiri (Munir, 2006: 24).

Materi dakwah yang cocok disesuaikan dengan situasi dan kondisi objek dakwah, namun masih tetap sesuai dengan ajaran Islam (Pimay, 2006: 35). Secara umum, materi dakwah dapat diklasifikasikan menjadi empat masalah pokok yaitu masalah aqidah, syariah, muamalah, dan masalah akhlaq. Materi dakwah ini harus disampaikan sesuai dengan tingkat pikir *mad'u*, dalam menghadapi *mad'u* cerdas dan pandai diperlukan ilmu yang luas dan mendalam. Materi yang disampaikan kepada orang awam cukup dikemukakan hal-hal yang sederhana, karena tidak ada gunanya membawakan materi dengan pikiran yang tinggi. Golongan tengah-tengah dihadapi dengan mujadalah (diskusi).

d. Wasilah (media dakwah)

Media dakwah berarti segala sesuatu yang dapat dijadikan sebagai alat atau perantara menjalankan aktivitas dakwah dalam rangka mencapai tujuan dakwah yang telah dicanangkan (Ishaq, 2016:131). Media yang paling sering digunakan dalam berdakwah pada masa Nabi adalah dakwah dengan media lisan. Seiring berkembangnya jaman, media dakwah kini dapat

berupa media visual, audiatif, audio visual, buku, koran televisi dan sebagainya.

Media dakwah memiliki peran yang sangat penting dalam aktivitas dakwah, karena media dakwah bukan hanya sebagai perantara yang bersifat penunjang saja, tapi merupakan bagian dari sebuah sistem. Media yang dapat digunakan sebagai sarana dakwah diantaranya adalah lingkungan sosial dan lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga dan lingkungan sosial menjadi media yang tidak dapat diabaikan. Pembentukan kepribadian seseorang tidak hanya dapat dilakukan melalui pendidikan akan tetapi sangat erat berkaitan dengan pengaruh lingkungan sosial. Mengenai lingkungann ini, Al-Ibrasyi menyatakan:

Lingkungan tempat dibesarkannya seseorang memiliki pengaruh besar terhadap hidup dan jalan hidup orang itu, terhadap pembentukan akhlak, adat kebiasaan dan kecenderungannya. Jika lingkungan itu kondusif, merangsang orang-orang berkemampuan dan berkelayakan (untuk berinovasi), maka pengaruh lingkungan itu baik. akan tetapi bila lingkungan itu buruk dan disitu para sarjana tidak mendapatkan dan dorongan (untuk berinovasi) maka pengaruh lingkungan itu buruk. Pemikiran-pemikiran cemerlang akan hilang dan energi –energi

potensi akan hilang dalam lingkungan yang seperti ini (Ishaq, 2016: 135).

Organisasi kemahasiswaan juga merupakan suatu lingkungan kondusif yang mampu merangsang orang-orang yang menjadi anggotanya untuk mengembangkan bakat dan berinovasi. Hal ini juga berkaitan dengan psikologi sosial, karena psikologi sosial merupakan bagian dari psikologi yang mempelajari tingkah laku manusia, sedangkan psikologi sosial memusatkan perhatiannya pada gejala sosial atau tingkah laku manusia dalam lingkungan sosial. Seorang da'i selalu berhadapan dengan fenomena sosial yang belum tentu dihadapinya. Oleh karena itu, pengetahuan psikologi sosial bagi seorang da'i sangat penting untuk membedah gejala sosial *mad'u* yang menjadi objek dakwahnya (Mubarak, 2014: 30).

e. *Thariqah* (metode dakwah)

Metode dakwah merupakan cara-cara tertentu yang dilakukan seorang da'i kepada *mad'u* untuk mencapai tujuan atas dasar hikmah dan kasih sayang (Saputra, 2011: 243). Macam-macam metode dakwah sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ  
وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ  
ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۖ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah[845] dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.

Dari ayat di atas dapat diambil pemahaman bahwa metode dakwah meliputi tiga cakupan yaitu: metode *bil hikmah*, metode *mauidzah hasanah*, dan metode mujadalah.

#### 1) Metode hikmah

Prof. DR. Thohah Yahya Umar menyatakan bahwa hikmah berarti meletakkan sesuatu pada tempatnya dengan berpikir, berusaha mengatur dan menyusun dengan cara yang sesuai keadaan zaman agar tidak bertentangan dengan larangan Allah (Saputra, 2011: 245). Kata hikmah sering diartikan bijaksana. Hikmah merupakan kemampuan dan ketepatan da'i dalam

memilih, memilah dan menyelaraskan teknik dakwah dengan kondisi objektif *mad'u*. Al-hikmah merupakan kemampuan da'i dalam menjelaskan doktrin Islam serta realitas yang ada dengan argumentasi yang logis dan bahasa yang komunikatif, oleh karena itu al-hikmah sebagai sebuah sistem yang menyatukan antara kemampuan teoretis dan praktis dalam berdakwah (Pimay, 2006: 37). Hikmah dalam dunia dakwah mempunyai posisi yang sangat penting, yakni menentukan berhasil atau tidaknya dakwah kepada *mad'u*.

## 2) Metode *mauidzah hasanah*

*Mauidzah hasanah* dapat diartikan sebagai ungkapan yang mengandung unsur bimbingan, pendidikan, pengajaran, kisah-kisah, kabar gembira dan pesan-pesan positif (Saputra, 2011: 251). *mauidzah hasanah* dapat berupa petunjuk ke arah kebaikan dengan bahasa yang baik sehingga dapat mengubah hati *mad'u* agar nasihat dapat lebih mudah untuk diterima.



### 3) Metode *mujadalah*

Metode *mujadalah* atau metode diskusi digunakan apabila kedua metode di atas tidak dapat diterapkan, dikarenakan objek dakwah yang mempunyai tingkat kekritisannya yang tinggi seperti ahli kitab, orientalis, filsafat dan lain sebagainya. Sayyid Qutub (dalam Pimay, 2006: 38) menyatakan bahwa dalam menerapkan metode ini perlu diterapkan hal-hal sebagai berikut: (a) tidak merendahkan pihak lawan atau menjelek-jelekkan atau mencaci sebuah kebenaran (b) tujuan diskusi semata-mata untuk mencapai kebenaran dengan ajaran Allah (c) tetap menghormati pihak lawan, sebab setiap jiwa manusia mempunyai harga diri.

### **D. Relasi antara intensitas mengikuti organisasi dengan kecemasan mahasiswa menghadapi lapangan pekerjaan.**

Permasalahan umum yang dihadapi oleh mahasiswa semester akhir pada sebuah perguruan tinggi, adalah adanya kesenjangan antara apa yang ia harapkan dengan kenyataan di lapangan. Pada umumnya, mahasiswa ingin mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan bidangnya

setelah menyelesaikan studi. Kenyataan yang ada di lapangan, mahasiswa tersebut dihadapkan pada situasi lapangan pekerjaan yang semakin sempit di mana tidak adanya keseimbangan antara jumlah angkatan kerja dengan lapangan pekerjaan yang tersedia. Sempitnya lapangan pekerjaan menyebabkan munculnya kecemasan (Bukhori, 2008: 21).

Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi lapangan pekerjaan adalah perasaan subjektif yang tidak menyenangkan yang ditimbulkan oleh pikiran-pikiran atau perasaan-perasaan tentang situasi yang belum jelas atau belum pasti dalam menghadapi lapangan pekerjaan, sehingga individu merasa sulit untuk mendapatkan pekerjaan guna memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya (Bukhori, 2008: 19). Kecemasan ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor lingkungan, faktor personal dan faktor keturunan. Lingkungan adalah suatu jaringan yang berkaitan dengan faktor eksternal dan kondisi yang melingkupinya untuk kemudian membentuk kepribadian individu. Faktor lingkungan atau sekitar tempat tinggal dapat mempengaruhi cara berpikir tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini dikarenakan adanya pengalaman keluarga, dengan sahabat, dengan rekan kerja.

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian individu. Lingkungan yang kondusif dapat membantu individu dalam mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya dengan baik. Lingkungan dalam lingkup universitas dapat berupa lingkungan organisasi dan beberapa komponen yang ada di dalamnya, baik itu manusia, kerjasama dan manajemen organisasi. Mahasiswa dapat menyalurkan bakat, minat dan wawasan melalui organisasi. Selain itu, mahasiswa juga dapat menggali potensi dalam diri yang dimiliki sehingga mahasiswa mampu memiliki konsep diri dan *adversity quotient (AQ)* yang baik (Dwika, 2014: 5).

Faktor personal dalam diri individu dapat mempengaruhi kecemasan yang dialami oleh mahasiswa. Faktor tersebut meliputi beberapa hal, diantaranya adalah adanya ketakutan yang dialami mahasiswa ketika memikirkan pekerjaan, perasaan lemah untuk memahami teka-teki eksistensi dirinya dan merasa bodoh dalam menghadapi kehidupan serta merasa kehilangan makna dan tujuan hidup (Taufiq, 2006: 508). Kecemasan dapat terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal. Hal ini terjadi jika kita menekan rasa marah dan frustrasi dalam jangka waktu yang lama (Wihartati, 2011: 66).

Faktor kecemasan tersebut di atas dapat di atasi jika individu mengetahui serta dapat mengembangkan kemampuan dirinya dengan baik sehingga dapat meminimalisir tingkat kecemasan yang dialami. Salah satunya adalah dengan mengembangkan kemampuan diri melalui organisasi kemahasiswaan. Banyak manfaat yang diperoleh mahasiswa dengan mengikuti organisasi kemahasiswaan, yaitu: untuk membina dan mengembangkan minat bakat, menambah wawasan, meningkatkan rasa kepedulian dan kepekaan pada masyarakat dan lingkungan mahasiswa, produktif, kreatif dan inovatif (Sukirman, 2004: 69). Sejalan dengan hal itu, Setiani (2014: 2) menyebutkan mahasiswa yang mengikuti organisasi akan lebih memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman dalam berbagai bidang dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi sama sekali. Selain itu, Setiani (2014:2) menambahkan bahwa dengan mengikuti organisasi seseorang akan lebih mampu untuk mengatasi berbagai hambatan yang dialami. Mahasiswa yang mengikuti organisasi akan memiliki konsep diri yang baik.

Konsep diri diartikan sebagai pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Konsep diri seseorang erat hubungannya dengan gambaran dirinya, citra dirinya, penerimaan dan harga dirinya, penilaian

dan karya dirinya. Gambaran dan penilaian terhadap diri dan lingkungan ini disebut dengan konsep diri. Konsep diri terbentuk dari berbagai pengalaman individu dalam berhubungan dengan orang lain, sehingga individu akan mampu menilai dan memandang dirinya sendiri (Pudjijogiyanti, 1993: 13). Berdasarkan penilaian diri individu, terbentuknya keyakinan negatif mengenai diri inilah yang akan menjadi faktor psikologis individu rentan terhadap kecemasan di kehidupan selanjutnya.

Manfaat organisasi selanjutnya adalah memotivasi mahasiswa untuk berprestasi. Mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang kurang aktif dalam organisasi. Hal ini disebutkan oleh Aziz Dkk; (2008:4) bahwasanya mengikuti organisasi memiliki pengaruh positif terhadap prestasi mahasiswa. Hal ini diperkuat oleh Rivaldi (2013: 8) yang menyebutkan bahwa prestasi akademik juga dipengaruhi oleh keaktifan mahasiswa dalam berorganisasi.

Organisasi juga bermanfaat memperbaiki pola interaksi sosial yang baik, karena organisasi merupakan tempat untuk berlatih mahasiswa untuk berinteraksi dengan mahasiswa lainnya. Mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki interaksi sosial yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti

organisasi. Hal ini disebutkan Widayanti dalam penelitiannya yang berjudul Perbedaan Interaksi sosial antara Mahasiswa S1 yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Organisasi Kampus di Fakultas Ilmu Pendidikan universitas Negeri Semarang Tahun Akademik 2004/2005 (Widayanti, 2005:3).

Hal ini juga dikuatkan oleh Ningsih (2008: 81) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan antara minat berorganisasi dengan afersivitas pada mahasiswa, yang menyatakan bahwa mengikuti organisasi mampu mengembangkan tingkat afersivitas yang dimiliki seseorang. *Afersivitas* adalah kemampuan untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan keinginan pada orang lain, tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain. Maksudnya mengungkapkan keinginan secara langsung, tapi dengan cara yang tidak menyinggung perasaan orang lain.

Manfaat lainnya adalah dengan mengikuti organisasi akan menjadikan mahasiswa tanggung menjalani kehidupan. Proses pengembangan diri yang membuat mahasiswa memiliki mental dalam menghadapi lapangan pekerjaan. Individu yang mengikuti organisasi akan memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan yang baik. Dalam hal ini individu menjadi lebih mandiri dalam menentukan segala hal yang akan diambilnya tidak

terkecuali dengan masalah pendidikan dan pekerjaan (Anggraini, 2013: 3). Sejalan dengan hal tersebut, Setiawan, dkk; (2014: 149) mengemukakan bahwasanya keaktifan mahasiswa dalam berorganisasi sangat berpengaruh terhadap efikasi dan konsep diri yang baik. Efikasi dan konsep diri yang baik dimiliki oleh mahasiswa yang aktif dalam berorganisasi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif berorganisasi. Efikasi diri dimaknai sebagai kepercayaan seseorang pada dirinya sendiri mengenai kemampuannya untuk mengerjakan atau mengatasi suatu kegiatan tertentu (Setiawan, 2014: 147).

Berbagai manfaat organisasi tersebut di atas diasumsikan dapat menjadi faktor-faktor yang memberikan bekal kepada mahasiswa, sehingga mahasiswa mampu menghadapi lapangan pekerjaan. Manfaat mengikuti organisasi tersebut di atas pada dasarnya merupakan berbagai sikap mental yang dibutuhkan mahasiswa dalam menghadapi lapangan pekerjaan sehingga mampu meminimalisir tingkat kecemasan yang dialaminya.

## **E. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban sementara atas masalah yang diteliti dimana diperlukan pengujian lebih lanjut melalui penelitian yang bersangkutan. Pengujian hipotesis

bermaksud untuk menguji dapat diterima atau ditolaknya sebuah hipotesis (Dermawan, 2013: 93). Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Ada pengaruh antara intensitas mengikuti organisasi terhadap kecemasan menghadapi lapangan pekerjaan pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Semakin tinggi intensitas mahasiswa mengikuti organisasi semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa, begitu pun sebaliknya semakin rendah intensitas mengikuti organisasi semakin tinggi kecemasan yang dialami mahasiswa.