

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hampir setiap manusia di dunia memiliki problem, baik problem itu besar maupun kecil. Adakalanya seseorang akan sangat peka menghadapi/menanggapi problem, tetapi sebaliknya ada seseorang yang masih tetap tabah walaupun sedang mengalami problem yang berat dan serius. Maka seberapa berat penderitaan individu dalam mengalami problem tergantung kepada individu itu sendiri dalam menanggapi problem yang dialami, karena problem yang dialami setiap individu berbeda satu dengan lain. Tetapi pada umumnya problem memang mengganggu kehidupan manusia karena yang dimaksud problem menurut Hornby (dalam Pujosuwarno, 1994: 69) adalah

“A matter which needs thinking about in order to find the solution or something to which an answer must be found”.

Jadi problem adalah masalah yang membutuhkan pemikiran untuk menemukan pemecahannya.

Begitu juga yang dialami oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studinya mereka mengalami banyak problem seperti birokrasi kampus yang rumit, dosen pembimbing yang kadang susah untuk ditemui, belum jelasnya lapangan pekerjaan (masa depan) yang akan dituju, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi, kesulitan dalam penyusunan skripsi diantaranya 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 ke dalam naskah skripsi, biaya pembuatan skripsi, deadline masa penulisan skripsi yang semakin mepet dan kesibukan berorganisasi. Dari sekian banyak problem, problematika yang sering terjadi adalah problematika psikologis seperti kecemasan.

Kecemasan (*ansietas/anxiety*) adalah gangguan dalam alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability*, masih baik), kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Hawari, 2001: 18). Menurut Yusuf (2004: 108) kecemasan pada dasarnya adalah suatu reaksi diri untuk menyadari suatu ancaman (*threat*) yang tidak menentu. Gejala kecemasan ini nampak pada perubahan fisik, seperti gangguan pernafasan, detak jantung meningkat, berkeringat dll. Gejala kecemasan baik yang sifatnya akut (terjadi secara tiba-tiba) maupun kronik (menahun) merupakan komponen utama bagi hampir semua gangguan kejiwaan (*psychiatric disorder*). Secara klinis gejala kecemasan dibagi dalam beberapa kelompok, yaitu: gangguan cemas (*anxiety disorder*), gangguan cemas menyeluruh (*generalized anxiety disorder/GAD*), gangguan panik (*panic disorder*), gangguan phobik (*phobic disorder*), dan gangguan obsesif-kompulsif (*obsessive-compulsive disorder*) (Hawari, 2001: 63).

Kecemasan sering bisa dilihat pada mahasiswa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo, terutama pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir studinya, karena bagi mahasiswa Skripsi adalah syarat mengikuti ujian akhir dan merupakan penentu kelulusan mahasiswa. Demi kelulusannya, mahasiswa harus bekerja keras untuk menyelesaikan tugas akhirnya. Setiap mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir studinya, biasanya dihindangi perasaan was-was, takut, khawatir, pesimis, gelisah, tegang, perasaan yang kesal kepada pembimbing, dan berbagai perasaan tak menentu lainnya. Semua gejala ini menunjukkan adanya gejala kecemasan. Gejala-gejala itu antara individu satu dengan individu yang lain berbeda-beda, mulai dari tingkat paling ringan sampai tingkat serius (Widodo, 2004: 1).

Tekanan perasaan yang mendorong terjadinya kecemasan itu, sama sekali tidak menguntungkan bagi mahasiswa, yang sedang menyelesaikan tugas akhir studinya. Tekanan persoalan itu justru akan menambahkan beban bagi mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhirnya dengan cepat, mengganggu ketenangan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhirnya, dan menyebabkan kendala bagi kelulusan mahasiswa. Dalam menyelesaikan tugas akhir studi (skripsi) mahasiswa diwajibkan oleh pihak fakultas untuk dapat memberikan bentuk hasil akhir (skripsi) yang benar-benar ilmiah, sesuai dengan jurusan yang mereka ambil dan juga sesuai dengan ilmu yang mereka pelajari dalam perkuliahan.

Dari data-data yang telah disebutkan, kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi menjadi hal yang perlu mendapat perhatian yang serius, kaitannya untuk mencapai produk mahasiswa yang berkualitas, profesional dan tidak memiliki masalah. Salah satu solusi yang diduga dapat dijadikan untuk mengurangi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir adalah bimbingan dan konseling islami. Bimbingan dan konseling merupakan alih bahasa dari istilah Inggris *guidance and counseling* (Faqih, 2001: 1). Menurut Walgito (2010: 6) bimbingan adalah pertolongan yang diberikan kepada individu atau kelompok untuk mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi oleh individu dalam kehidupannya. Sedangkan bimbingan islami menurut Faqih (2001: 4) adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Konseling menurut Walgito (2010: 8) merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu atau kelompok untuk memecahkan masalah kehidupan individu dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidup. Sedangkan konseling islami menurut Bakran (dalam Erhamwilda, 2008: 99) adalah suatu aktivitas memberikan bantuan kepada individu atau klien dalam hal mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanannya dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup berdasarkan al-Qur'an dan Hadist. Sutoyo (2007: 21) mengartikan konseling islami sebagai proses bantuan yang berbentuk kontak pribadi antara individu atau kelompok

yang mendapat kesulitan dalam suatu masalah dengan seorang yang profesional dalam hal pemecahan masalah, pengenalan diri, penyesuaian diri dan pengarahan diri untuk mencapai realisasi diri secara optimal sesuai ajaran Islam.

Pentingnya bimbingan dan konseling islami untuk mengurangi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi karena bimbingan dan konseling islami mempunyai peran penting dalam memberikan proses bantuan kepada individu yang mengalami masalah kecemasan. Seperti halnya yang dikatakan Hamdani Bakran Adz-Dzaky tentang bimbingan dan konseling islami adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan al-Qur'an dan Sunah Rasulullah SAW (Erhamwilda, 2008: 97).

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang, dari beberapa mahasiswa yang diteliti dan diamati dalam menyelesaikan tugas akhir studi agar bisa selesai sesuai dengan waktu yang ditentukan oleh pihak fakultas banyak yang mengalami kecemasan. Dari kasus-kasus kecemasan yang ada tersebut belum pernah ada telaah mendalam tentang keterkaitannya dengan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa. Berdasarkan kondisi tersebut penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut dengan judul “KECEMASAN MAHASISWA DALAM

MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR STUDI DAN SOLUSINYA PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI” (Studi Kasus di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang).

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana faktor penyebab kecemasan yang dialami mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang dalam menyelesaikan tugas akhir studi?
2. Bagaimana solusi bimbingan dan konseling islami yang dapat membantu menyelesaikan kecemasan mahasiswa dalam menyusun tugas akhir studi?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian adalah:

- a. Untuk menemukan faktor penyebab dan gejala-gejala kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi, sejak dari menyusun proposal penelitian sampai dengan pelaksanaan ujian munaqosah.
- b. Mencari solusi perspektif bimbingan dan konseling islami yang efektif dan efisien terhadap mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang.

2. Manfaat Penelitian

Setiap kegiatan tentunya diharapkan mempunyai manfaat, maka dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, diantaranya:

a. Bagi Pembimbing

Dapat memberikan pengetahuan, khususnya tentang kecemasan yang mendalam, hubungannya dengan usaha yang dilakukan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir studi, agar mahasiswa dapat mengurangi kecemasan.

b. Bagi Pembaca

Dapat mengetahui gambaran tentang kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan ketika menyusun tugas akhir studi agar mahasiswa tidak mengalami banyak kesulitan.

D. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka digunakan untuk menghindari kesamaan penelitian dan plagiatisme, maka berikut ini beberapa hasil penelitian sebelumnya yang memiliki relevansi dengan penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Arif Purnomo (2009) tentang “Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang dan Upaya Solusinya (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islam)“. Penelitian ini menjelaskan tentang kecemasan mahasiswa semester akhir terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal diantaranya adalah kesulitan dalam menyusun skripsi,

menyusun judul skripsi, kurang memahami metode penelitian, kesulitan menghafal juz'ama, Mahasiswa yang terlalu aktif berorganisasi, biaya penyusunan skripsi dan trauma melakukan bimbingan yang menyebabkan mahasiswa malas, pesimis dan tidak bersemangat. Faktor eksternal diantaranya adalah proses bimbingan yang sulit, bimbingan terlalu lama, pembimbing sulit ditemui, intensitas bimbingan yang kurang dan bimbingan tidak lancar, penguji yang terkenal sulit, tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi, batas pendaftaran ujian komprehensif maupun ujian munaqosah yang cepat, belum jelasnya lapangan pekerjaan yang akan dituju, ketatnya persaingan kerja dan sempitnya lapangan pekerjaan menjadi tanda bahwa mencari pekerjaan sulit. Adapun untuk mengatasi kecemasan itu menggunakan dakwah dengan bimbingan dan konseling islami.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Muhlisin (2005) tentang “Kecemasan Mahasiswa Ushuluddin dalam Menghadapi Ujian (Studi tentang Peran Agama dalam Menanggulangi Kecemasan)”. Penelitian ini mengatakan bahwa agama sangat berperan penting dalam mengatasi kecemasan yang dihadapi mahasiswa. Karena peran agama berfungsi untuk mengatur manusia dalam kehidupan. Manusia tanpa agama tidak mungkin dapat merasakan kebahagiaan. Pentingnya agama bagi kehidupan manusia, sebab agama diturunkan Allah SWT melalui Nabi dan Rasul yang mempunyai akhlak karimah. Oleh karena itu agama dapat memberikan ketenangan jiwa dan kebahagiaan bagi yang melaksanakan dengan istiqomah.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Safitri (2008) tentang “Hubungan Antara Kesabaran dengan Stres menghadapi ujian pada Mahasiswa”. Hasil penelitian ini mengungkapkan, bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kesabaran dengan stres menghadapi ujian pada mahasiswa. Semakin tinggi kesabaran mahasiswa maka semakin rendah stres yang dialami dalam menghadapi ujian. Sebaliknya, semakin rendah kesabaran mahasiswa, maka semakin tinggi stres yang dialami mahasiswa dalam menghadapi ujian. Penelitian-penelitian tersebut dianggap relevan dengan penelitian ini, karena memiliki kesamaan pada subyek yang dikaji yaitu tentang masalah yang dialami oleh mahasiswa.

Dari beberapa penelitian di atas ada perbedaan mengenai apa yang akan peneliti lakukan yaitu peneliti akan meneliti tentang kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi dalam perspektif bimbingan dan konseling islami peneliti meyakini belum ada yang meneliti tentang hal ini. Penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Arif Purnomo membahas tentang kecemasan mahasiswa semester akhir, sedangkan yang akan peneliti lakukan membahas tentang kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Dan penelitian yang dilakukan oleh Mukhlisin yakni membahas tentang kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian di fakultas Ushuludin namun yang akan peneliti lakukan yaitu di fakultas Dakwah dan Komunikasi. Oleh karena itu apa yang akan peneliti lakukan berbeda dari penelitian sebelumnya.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif, dengan menggunakan pendekatan bimbingan dan konseling islami. Sedangkan spesifikasi penelitian ini adalah *kualitatif deskriptif*. Hal ini dinilai tepat, karena dengan data kualitatif dapat mengikuti dan memahami alur peristiwa secara kronologis (Sugiyono, 2012: 81). Menurut Patilima (2005: 5) penelitian kualitatif deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, menganalisis dan mengimpresikannya. Dengan tujuan untuk mengetahui gambaran bentuk-bentuk dan faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Solusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah bimbingan dan konseling islami. Bimbingan dan konseling islami yaitu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

2. Sumber Data

Sumber data adalah subyek dimana data itu dapat diperoleh (Arikunto, 1998: 129). Menurut sumbernya, data penelitian dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subyek penelitian dengan menggunakan alat

pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subyek sebagai sumber informasi yang dicari. Data sekunder adalah data yang tidak langsung diperoleh peneliti dari objek lain (Azwar, 1998: 91).

a. Sumber Primer

Sumber primer adalah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari sumber pertamanya (Suryabrata, 1998: 84-85). Seluk beluk alat pengambilan data salah satunya dengan wawancara, dilakukan terhadap tujuh (7) mahasiswa angkatan 2008-2009 Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang yang sedang menyelesaikan tugas akhir studi, sebagai sumber primer dalam penelitian. Sementara observasi diperoleh dari mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang yang sedang menyelesaikan tugas akhir studi.

b. Sumber Sekunder

Sumber sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain yang tidak langsung diperoleh dari subjek penelitian (Azwar, 1998: 91). Sumber sekunder dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari fakultas Dakwah dan Komunikasi.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Peneliti melakukan langkah-langkah pengumpulan data dengan menggunakan teknik sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja panca indera mata serta dibantu dengan panca indera lainnya (Bungin, 2005: 133). Dalam hal ini peneliti menggunakan observasi berperan serta yakni peneliti terlibat sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data (Sugiyono, 2012: 145). Dalam observasi ini penulis gunakan untuk mendapatkan data dengan mengamati langsung kecemasan mahasiswa 2008-2009 Fakultas Dakwah dan Komunikasi dalam menyelesaikan tugas akhir.

b. Wawancara (interview)

Wawancara adalah suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan percakapan dengan sumber informasi secara lengkap (tatap muka) dengan tujuan untuk memperoleh keterangan dari seseorang yang relevan dengan dibutuhkan dalam penelitian ini (Koentjoroningrat, 1981: 162).

Penelitian ini menggunakan wawancara bentuk terbuka dan langsung artinya mahasiswa dapat menjawab pertanyaan secara bebas dengan kalimatnya sendiri. Sedangkan secara langsung maksudnya wawancara langsung ditujukan kepada mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir studi.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau berupa catatan transkrip buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, agenda dan sebagainya (Arikunto, 1998: 206).

4. Teknik Analisis data

Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode deskriptif ini digunakan untuk menggambarkan sifat suatu keadaan yang sementara berjalan pada saat penelitian dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu (Sevila, 2000: 7). Analisis kualitatif deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik bidang-bidang tertentu, secara faktual dan cermat dengan menggambarkan keadaan atau struktur fenomena (Arikunto, 1998: 245). Kemudian dianalisis dengan melakukan pemeriksaan secara konseptual atas suatu pernyataan, sehingga dapat diperoleh kejelasan arti yang terkandung dalam pernyataan tersebut (Sudarto, 1997).

Langkah-langkah yang peneliti gunakan untuk menganalisis data yang telah terkumpul yaitu dengan *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data) dan *conclusion drawing/verification* (simpulan dan verifikasi). Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Selanjutnya adalah mendisplay data, yaitu menyajikan data yang telah diperoleh dan dipilih. Menurut Miles and

Huberman (dalam Sugiyono, 2012: 341-345) penyajian data kualitatif biasanya berupa teks yang bersifat naratif. Dan yang terakhir adalah penarikan simpulan dan verifikasi dari data yang telah disajikan.

F. Sistematika Penulisan

Dalam membahas permasalahan yang menjadi topik skripsi ini, peneliti berusaha menyusun kerangka penelitian secara sistematis agar pembahasan lebih terarah dan mudah dipahami serta uraian yang disajikan mampu menjawab permasalahan yang sudah dirumuskan sehingga tercapai tujuan-tujuan yang diharapkan.

Penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab. Sebelum bab pertama, penulis awali dengan sampul, lembar pengesahan, pernyataan, abstraksi, kata pengantar, dan daftar isi.

Bab pertama, pendahuluan meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teoretik, metode penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab kedua, kerangka teoretik berisi masalah yang berkaitan dengan data yang hendak dikumpulkan meliputi satu, tentang kecemasan: pengertian kecemasan, gejala-gejala kecemasan, faktor-faktor penyebab kecemasan, jenis-jenis kecemasan, tingkat kecemasan dan terapi penanggulangan kecemasan. Kedua, tentang bimbingan dan konseling islami yang membahas pengertian bimbingan dan konseling islami, tujuan bimbingan dan konseling islami, fungsi bimbingan dan konseling islami, dan urgensi bimbingan dan

konseling islami terhadap kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi.

Bab ketiga berisi laporan hasil penelitian. Hal-hal yang akan dibahas pertama, gambaran umum Fakultas Dakwah dan Komunikasi diantaranya visi dan misi, tujuan, profil Fakultas Dakwah dan Komunikasi, struktur organisasi, kedudukan skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, penulisan skripsi. Kedua, kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi.

Bab keempat, dalam bab ini penulis berusaha menganalisa bab tiga, jadi setelah dideskripsikan data empirik kemudian data tersebut diolah sehingga menghasilkan suatu kesimpulan yang diharapkan, yang meliputi: satu faktor penyebab kecemasan mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Dua, analisis faktor penyebab kecemasan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang dalam menyelesaikan tugas akhir studi. Tiga, analisis solusi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir studi perspektif bimbingan dan konseling islami, yang terdiri dari solusi internal dan solusi eksternal.

Bab lima adalah mengungkapkan kesimpulan dari keseluruhan bahasan sebelumnya, yang juga sekaligus merupakan jawaban dari pokok-pokok permasalahan yang dikemukakan, berawal kesimpulan ini dikemukakan saran-saran dan penutup sebagai akhir dari penulisan skripsi ini.