

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia yang terlahir di dunia ini di ciptakan dengan sangat sempurna dibandingkan dengan makhluk yang lainnya. Hal ini di sebabkan oleh adanya potensi akal yang di miliknya sejak lahir, sehingga disebut sebagai makhluk yang berfikir dan dapat menggerakkan segala potensinya untuk mencapai harapan dan keinginannya. Karena pada dasarnya setiap manusia pasti mempunyai harapan dan keinginan yang hendak di capainya. Secara lebih luas keinginan individu mengandung pengertian sebagai sebuah harapan-harapan, keinginan-keinginan, ambisi, cita-cita, rencana-rencana seseorang untuk menyongsong kehidupannya.¹ Kecuali bagi mereka yang mempunyai kelainan mental atau pikiran. Setiap orang di dunia ini harus mempunyai cita-cita, karena dengan adanya cita-cita akan mampu memacu diri, mengembangkan diri dan berusaha untuk mewujudkan cita-cita tersebut demi meraih masa depan yang lebih baik.

Akan tetapi sebagian besar orang terutama mereka yang hampir dan baru saja menyelesaikan masa studinya, para pencari kerja, atau mereka yang tengah mengalami krisis ekonomi hidup berada dalam bayang-bayang kecemasan. Bahkan kecemasan itu

¹ Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Kepribadian Dengan Prespektif Baru* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media , Cet. I, 2013), h. 272

sering kali merampas kenikmatan dan kenyamanan hidupnya, serta membuat mereka selalu gelisah dan tidak bisa tidur lelap sepanjang malam.²

Ada beberapa hal yang menyebabkan situasi tersebut terjadi, di antaranya: 1. Lemahnya keimanan atau kepercayaan mereka terhadap Allah SWT, 2. Terlalu sering memikirkan kejayaan masa depannya dan apa yang akan terjadi kelak dengan pola pikir dan cara pandang yang negatif terhadap dunia dan seisinya, 3. Selalu bergantung pada diri sendiri dan sesama manusia dalam urusan rezeki sehingga lupa menggantungkan hidupnya kepada Allah, Tuhan yang telah menciptakan dan memberinya rezeki, 4. Mudah terpengaruh oleh bisikan ketamakan, keserakahan, ambisi yang berlebih-lebihan terhadap dunia, 5. Meyakini bahwa rezeki itu berada di tangan manusia sesamanya, yakni mereka bisa menimpakan celaka dan membuat bahagia dirinya, 6. Konsepsi mereka bahwa, rezeki itu juga ditentukan oleh tingkat pendidikan dan ijazah seseorang, artinya bila seseorang berijazah tinggi setinggi itu pula rezekinya, 7. Keyakinan bahwa manusia tidak bisa hidup bahagia dan sejahtera tanpa adanya pekerjaan yang cocok.³

Selain itu sering pula di sebabkan oleh dugaan dan perasaan sementara orang bahwa kejayaannya telah berlalu,

² Abdul Aziz Ibn Abdullah Al-Husaini, *Jangan Cemas Menghadapi Masa Depan* (Jakarta: Qisthi Press, Cet. I, 2004), h. 22

³ Abdul Aziz Ibn Abdullah Al-Husaini, *op. cit.*, h. 22

definisi operasional, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Menguraikan tentang gambaran umum Fakultas Ushuluddin Angkatan 2011 IAIN Walisongo Semarang, deskripsi data hasil penelitian, uji persyaratan analisis, pengujian hipotesis penelitian, pembahasan hasil penelitian.

Bab V Kesimpulan dan saran. Bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran-saran.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran yang mendukung pembuatan skripsi.

Sistematika penulisan ini terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian muka, bagian isi dan bagian akhir.

1. Bagian Muka

Pada bagian ini memuat halaman judul, persetujuan pembimbing, pengesahan, nota pembimbing, deklarasi, motto, abstrak penelitian, kata pengantar, transliterasi, daftar isi, daftar tabel, dan daftar lampiran.

2. Bagian Isi

Bagian isi terdiri dari beberapa bab, yang masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut:

Bab I yaitu pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II yaitu landasan teori yang terbagi menjadi dalam empat sub bagian. Sub pertama yaitu teori tentang ridha yang meliputi definisi ridha, cirri-ciri ridha, sikap ridha, keutamaan ridha. Sub kedua yaitu teori kecemasan yang meliputi definisi kecemasan, ciri-ciri kecemasan, tingkatan-tingkatan kecemasan, tipe-tipe gangguan kecemasan, penyebab kecemasan. Sub ketiga yaitu hubungan antara ridha dengan kecemasan. Sub yang keempat yaitu hipotesis.

Bab III Metode Penelitian. Menguraikan tentang jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, variabel penelitian,

namun standar hidup terus mengalami kenaikan dan gaya serta kebutuhan hidup pun selalu menuntutnya agar tetap berada pada standar kehidupan tertentu dan tidak kehilangan apapun dari kemakmuran yang telah diraihinya. Pertentangan semacam ini seringkali menimbulkan tekanan jiwa yang membuat seseorang merasa takut, cemas, dan juga sakit. Hal ini disebabkan terlalu banyak menahan beban tuntutan-tuntutan yang merisaukan tersebut. Itulah beberapa pemikiran dan konsepsi yang salah tentang kehidupan sekaligus mencerminkan kekacauan pemikiran dan akidah seseorang. Maka dari itu tidak mengherankan jika pada akhirnya membuahkan suatu kegelisahan, keputusasaan, serta gagalnya sebuah harapan.⁴

Karena pada dasarnya setiap manusia pasti pernah merasakan suatu kekhawatiran, kegelisahan dan bahkan kecemasan tidak mungkin tidak, karena kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang di alami seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*) yaitu dalam menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut.⁵

⁴ *Ibid.*, h. 23

⁵ M. Ghufro dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, Cet. I, 2010), h. 141

Kecemasan sendiri sangat berhubungan dengan perasaan takut, yang mana ketakutan tampaknya sudah menjadi bagian dari perilaku sebagian besar manusia, misalnya takut gagal, di tolak, di ejek, miskin atau ketakutan-ketakutan yang lain. Bentuk-bentuk ketakutan ini pada akhirnya menyebabkan munculnya penyakit mental seperti kekhawatiran, kecemasan, stres, kesedihan dan sebagainya.⁶

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang adalah mahasiswa yang belajar di Fakultas Ushuluddin yang mempelajari ilmu agama. Maka mahasiswa diharapkan bisa menjalankan ilmu agamanya dalam kehidupan sehari-hari, akan tetapi tidak menutup kemungkinan mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2011 akan mengalami kecemasan. Meskipun mereka telah menjalani masa perkuliahan di Fakultas Ushuluddin dan mendapatkan motivasi dari para dosen. Hal ini belum bisa menghilangkan kecemasan tersebut. Berdasarkan informasi yang peneliti peroleh dari hasil wawancara terhadap mahasiswa Fakultas Ushuluddin angkatan 2011 tentang kecemasan yang di alami mahasiswa Fakultas Ushuluddin angkatan 2011.

Hal ini sesuai dengan pernyataan mahasiswa Fakultas Ushuluddin angkatan 2011 yang bernama Latifatun Na'mah jurusan Aqidah Filsafat menyatakan bahwa "Mengalami

tergantung. Hasil analisis menunjukkan nilai *koefisien determinan* (r^2) = 0,183 Hal ini menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar 18.3% pada variabel kecemasan dalam menghadapi masa depan pada anak jalanan. Sehingga makin tinggi kepercayaan diri maka makin rendah kecemasan dalam menghadapi masa depan pada anak jalanan, sebaliknya makin rendah kepercayaan diri maka makin tinggi kecemasan dalam menghadapi masa depan pada anak jalanan.

Hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menghadapi masa depan di lembaga pemasyarakatan wanita malang, dalam penelitian skripsi yang diteliti oleh Siti Andriawati 2012 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 97% atau 29 narapidana memiliki konsep diri positif, 3% atau 1 narapidana sedang dan 0% negatif. Kemudian terdapat 70% atau 21 narapidana memiliki kecemasan menghadapi masa depan kategori rendah, 27% atau 8 narapidana sedang dan 3% atau 1 narapidana tinggi. Berdasarkan hasil analisis data bahwa terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi masa depan dengan $r_{xy} = -.572$ dengan $p = .001$, artinya semakin positif konsep diri narapidana maka akan semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi masa depan, dan sebaliknya semakin negatif konsep diri narapidana maka semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi masa depan.

E. Sistematika Penulisan Skripsi

⁶ Coky Aditya Z, *Terapi Beragam Masalah Emosi Hariann* (Yogyakarta: Sabil, Cet. I, 2013), h. 103-104

hubungan negatif antara religiusitas dan kecemasan terhadap masa depan, koefisien $r_{xy} = -0,722$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

Muhammad khusni, (2011). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dalam skripsinya yang berjudul "Hubungan antara kecemasan menghadapi karier masa depan dengan tingkat religiusitas pada remaja. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan menghadapi karier masa depan dengan tingkat religiusitas pada remaja, yang memiliki koefisien korelasi (r) = $-0,334$ dan $p = 0,00$ ($p < 0,001$). Jadi semakin tinggi tingkat religiusitasnya maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi karier masa depan begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitasnya maka semakin tinggi kecemasan menghadapi karier masa depan. Adapun nilai R square (r^2) yang diperoleh adalah $0,111$, yang artinya sumbangan efektif religiusitas terhadap kecemasan menghadapi karier masa depan adalah sebesar $11,1\%$.

Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam masa depan pada Anak Jalanan, dalam penelitian skripsi yang diteliti oleh Arief Setyo Edi 2006 Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta ini dijelaskan bahwa, hasil analisis korelasi *product moment* antara variabel kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa depan pada anak jalanan diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar $-0,428$ dan peluang kesalahan (p) sebesar $0,000$ ($p < 0,01$). Sumbangan variabel bebas terhadap variabel

kecemasan selama menjalani perkuliahan di Fakultas Ushuluddin dan belum bisa menghilangkan kecemasan tersebut".⁷

Kemudian juga pernyataan dari mahasiswa Fakultas Ushuluddin angkatan 2011 yang bernama Zakaria jurusan Tasawuf dan Psikoterapi menyatakan bahwa:

Masih mengalami kecemasan, karena terlalu banyak tekanan dari luar yaitu para tetangga di tempatnya yang menyatakan bahwasannya kuliah itu tidak penting, karena pamanya yang seorang sarjana arsitek saja pada akhirnya bekerja sebagai supir angkot apalagi dirinya yang hanya kuliah di Fakultas Ushuluddin.⁸

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin angkatan 2011 yang bernama Syarifudin jurusan Tafsir Hadits. Menyatakan bahwa "masih mengalami kecemasan. Dia merasa cemas selama menjadi mahasiswa ushuluddin".⁹

Mahasiswa yang bernama Mustika jurusan Aqidah Filsafat angkatan 2011 menyatakan bahwa "masih mengalami kecemasan karena ilmu di Fakultas Ushuluddin jarang diminati orang dan tidak banyak orang yang tahu".¹⁰. Mahasiswa yang bernama Rosyid jurusan Aqidah Filsafat angkatan 2011 juga

⁷ Wawancara dengan Latifatu n Na'mah Mahasiswa Aqidah Filsafat , 3 Desember 2013.

⁸ Wawancara dengan Zakaria Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi, 3 Desember 2013.

⁹ Wawancara dengan Syarifudin Mahasiswa Tafsir Hadits, 4 Desember 2013.

¹⁰ Wawancara dengan Mustika Mahasiswa Aqidah Filsafat, 4 Desember 2013.

mengalami “kecemasan selama menjalani perkuliahan di Fakultas Ushuluddin”.¹¹

Dan pernyataan yang terakhir dari dosen jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fitriyati, S. Psi, M. Si beliau mengungkapkan bahwa:

Mayoritas mahasiswa Fakultas Ushuluddin mengalami kecemasan termasuk mahasiswa Ushuluddin angkatan 2011. Karena kebanyakan yang masuk di Fakultas Ushuluddin bukanlah pilihan utamanya atau mungkin karena tidak di terima di fakultas lain sehingga masuk di Fakultas Ushuluddin menjadi pilihan yang terakhir, dan dengan fenomena seperti ini sebenarnya menimbulkan problem yang sangat besar sehingga timbul kecemasan pada mahasiswa.¹²

Kemudian dari dosen Tasawuf dan Psikoterapi Wisnu Buntaran, S, Psi beliau mengungkapkan bahwa “Menjadi seorang mahasiswa pasti cemas tidak mungkin tidak sehingga tidak menutup kemungkinan bagi mahasiswa angkatan 2011 dalam hal kecemasan apalagi dari lulusan Fakultas Ushuluddin”.¹³

Melihat kompleksnya permasalahan kecemasan yang di alami sebagian orang dan mahasiswa seperti yang telah di uraikan di atas, perlu kiranya usaha sungguh- sungguh untuk mengatasinya, karena mahasiswa merupakan aset bangsa dan

¹¹ Wawancara dengan Rasyid Mahasiswa Aqidah Filsafat, 9 Desember 2013.

¹² Wawancara dengan Fitriyati, S. Psi, M. Si Dosen Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, 4 Desember 2013.

¹³ Wawancara dengan Wisnu Buntaran, S, Psi Dosen Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, 9 Desember 2013.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi khazanah keilmuan psikologi dan tasawuf. Yang berkaitan dengan ridha dan kecemasan mahasiswa.

b. Secara Praktis

Apabila penelitian ini terbukti, diharapkan mampu memberikan manfaat bagi mahasiswa untuk dapat menanamkan nilai-nilai yang baik bagi dirinya sesuai dengan keridhaannya terhadap diri dan terhadap Tuhan-Nya. Sehingga dengan adanya ridha diharapkan mampu menurunkan kecemasan pada mahasiswa.

D. Tinjauan Pustaka

Penelitian tentang kecemasan sudah banyak dilakukan, baik berbentuk buku ataupun berupa tulisan-tulisan ilmiah. Untuk memperoleh gambaran yang cukup jelas mengenai posisi penelitian masalah ini maka dalam tinjauan pustaka ini hendak peneliti kemukakan diantaranya adalah:

Yanuar Indrayani, (2010). Universitas Negeri Malang dalam skripsinya yang berjudul” Hubungan religiusitas, kematangan emosi, dan kecemasan terhadap masa depan pada dewasa awal. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, tahap perkembangan dewasa awal memiliki religiusitas sangat tinggi, kematangan emosi tinggi, dan kecemasan terhadap masa depan yang rendah” Hasil analisis korelasi product moment menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,655$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$)” Ini berarti dapat disimpulkan bahwa ada

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Apakah ada hubungan negatif antara ridha dengan kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2011 IAIN Walisongo Semarang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun maksud dan tujuan penulisan skripsi ini berdasarkan permasalahan di atas sebagai berikut:

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara ridha dengan kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Angkatan 2011 IAIN Walisongo Semarang.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah mampu memberikan manfaat baik secara teoritis maupun manfaat praktis, yaitu:

a. Secara Teoritis

negara yang di harapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi bangsa dan negara untuk kehidupan di masa mendatang. Oleh karena itu di perlukan adanya usaha untuk menurunkan kecemasan di antaranya adalah dengan percaya penuh terhadap segala ketentuan Tuhan dengan menerima segala ketentuan Tuhan dengan lapang dada yakni dengan ridha atas segala sesuatu baik itu yang baik atau yang buruk.

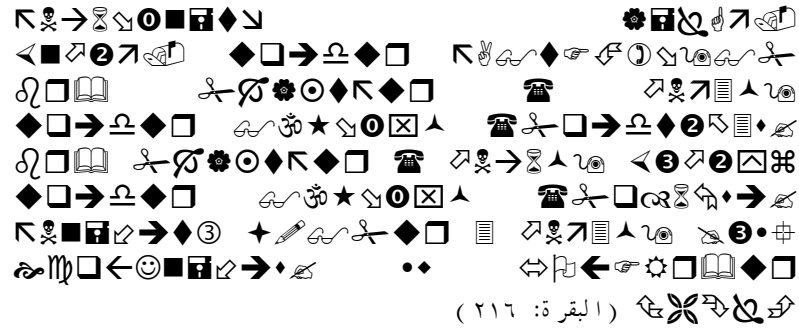
Adapun salah satu usaha untuk menanamkan kepercayaan penuh terhadap Allah adalah dengan ridha kepada Allah. Sebagaimana orang yang ridha kepada Allah tidak akan pernah mengeluh ataupun merasa berat terhadap hukum dan ketentuan dari Allah dengan dasar iman kepada-Nya. Dia akan taat secara mutlaq terhadap hukum-hukum Allah. Adapun sikap mental orang yang ridha akan senantiasa bertawakal kepada Allah dan menerima segala sesuatu yang terjadi dengan hati yang lapang dan wajah yang berseri-seri.¹⁴

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Syaikh Abdul Qadir Al-Jilani yang berkata:

Seorang mukmin yang hakiki adalah orang yang ridha kepada apa yang ditetapkan Allah kepadanya. Ketetapan Allah lebih baik dari pada ketetapan seseorang untuk dirinya sendiri, dan ketetapan Allah terhadapmu wahai anak turun adam yang kamu benci, itu lebih baik dari pada ketetapan Allah terhadapmu yang

¹⁴ Moh. Saifulloh Al Aziz Senali, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf* (Surabaya:Terbit Terang, 1998), h. 175

kamu cintai. Maka bertaqwalah kamu kepada Allah dan ridhalah terhadap ketetapan-Nya. Allah SWT telah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 216 yang berbunyi:



Artinya: *Diwajibkan atas kamu berperang, padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui. (QS. Al- Baqarah:216).*¹⁵

Yaitu tidak mengetahui apa yang baik dalam agama dan duniamu. Sedangkan Allah melakukan sesuatu yang maslahat bagi manusia dan membebani mereka agar menyembah-Nya, yaitu dengan menjalankan perintah, menjauhi larangan, menerima takdir, dan ridha terhadap ketetapan yang baik dan yang buruk secara umum. Seorang hambah harus selalu taat kepada tuan-Nya dan ridha kepada apa yang ditetapkan Allah terhadapnya dan tidak mencelanya.

¹⁵ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama 2009, h. 34

Tidak diragukan lagi bahwa keridhaan dapat menentramkan jiwa manusia dan memasukan faktor kebahagiaan dan kelembutan di dalamnya, karena seorang hambah yang ridha dan menerima apa yang di pilihkan Allah untuknya, dia tahu bahwa apa yang di pilihkan Allah untuknya adalah yang terbaik baginya di segala macam keadaan. Keridhaan ini akan meringankan hidup manusia sehingga dia akan merasa enjoi, tenang, hilang rasa gunda, capek dan kegaluannya. Semakna dengan ini, Syaikh Abdul Qadir Al- Jilani berkata:

Ketahuilah bahwa rasa capek seorang manusia tergantung kepada sejauh mana dia mengikuti hawa nafsunya serta meninggalkan keridhaannya kepada takdir. Siapa yang ridha kepada takdir, maka dia akan merasa tenteram dan siapa yang tidak ridha kepada-Nya, maka penderitaan dan kepayahannya akan berkepanjangan sehingga di dunia dia tidak akan mendapatkan apa-apa, kecuali apa yang ditetapkan untuknya.¹⁶

Berdasarkan latar belakang masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ **HUBUNGAN RIDHA DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN ANGKATAN 2011 IAIN WALISONGO SEMARANG.** Yang notabene adalah kampus yang berbasis keagamaan dan sangat menjunjung tinggi nilai-nilai agama.

¹⁶ Syaikh Abdul Qadir Al-Jilani, *Buku Putih Syaikh Abdul Qadir Al-Jilan* (Jakarta: PT. Darul Falah, Cet. I, 2003), h. 509