

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

“Manusia adalah makhluk yang berketuhanan atau yang disebut *homodivinous* (makhluk yang percaya adanya Tuhan) atau disebut juga *homoreligious* artinya makhluk yang beragama”.¹ Hampir seluruh ahli ilmu jiwa sependapat bahwa dalam diri manusia terdapat semacam keinginan dan kebutuhan yang bersifat universal. Kebutuhan Keinginan akan kebutuhan tersebut merupakan kebutuhan kodrati, berupa keinginan untuk mencintai dan dicintai Tuhan.

Manusia juga merupakan hasil dari proses pendidikan yang mempunyai tujuan tertentu. Tujuan pendidikan akan mudah tercapai jika mempunyai kesamaan dengan sifat-sifat dasar dan kecenderungan manusia pada obyek-obyek tertentu. Menurut Abdurrahman Abdullah sebagaimana yang dikutip oleh Rama Yulis dalam bukunya *Metodologi Pendidikan Agama Islam* “Praktek kependidikan yang tidak dibangun atas dasar konsep yang jelas tentang sifat dasar manusia pasti akan gagal”.²

Berkaitan dengan sifat dasar tersebut pendidikan Islam dirumuskan untuk membentuk insan *Al-Kamil* yang memiliki

¹Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2005), hlm.71

²Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*,..., hlm.72

keseimbangan dalam segala hal, yaitu dunia dan akhirat. Peserta didik, ataupun *out put* dari proses belajar akan menghasilkan manusia yang sadar akan posisinya. Bahwa manusia hidup di dunia ini sebagai hamba dan khalifah di bumi. Maka bisa diartikan pula bahwa pendidikan adalah proses penyadaran manusia.

Sebagai makhluk yang berketuhanan maka konsekuensi logisnya adalah memeluk sebuah agama. Sedangkan benih dari timbulnya agama pada jiwa manusia adalah rasa takut yang kemudian melahirkan pemberian sesajen kepada yang diyakini memiliki kekuatan yang menakutkan. Memang, rasa takut merupakan salah satu pendorong utama tumbuh suburnya rasa keagamaan. Tetapi bahwa itu merupakan benihnya, ditolak oleh pakar yang lain.

Menurut Freud, sebagaimana yang dikutip buku *Membumikan Al-qur'an* karya M. Quraish Shihab, dijelaskan bahwa:

Benih agama muncul dari kompleks oedipus. Mula-mula seorang anak merasakan dorongan seksual terhadap ibunya yang pada akhirnya membunuh ayahnya sendiri, karena sang ayah merupakan penghalang bagi tercapainya tujuan tersebut. Namun, pembunuhan itu melahirkan penyesalan didalam jiwa sang anak, sehingga muncullah penyembahan terhadap ruh sang ayah. Dari sinilah bermula rasa agama dalam jiwa manusia.³

³M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-qur'an* (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2009), hlm. 325

Sementara itu, pakar-pakar agama Islam berpendapat bahwa “benih agama muncul dari penemuan manusia terhadap kebenaran, keindahan, dan kebaikan”. Gabungan dari ketiganya melahirkan kesucian. Manusia yang selalu ingin tahu berusaha untuk mendapatkan apakah yang paling indah, benar, dan baik. Jiwa dan akalunya mengantarkannya kepada dzat yang maha suci dan ketika itu manusia berusaha untuk berhubungan dengan-Nya. Bahkan berusaha untuk mencontoh sifat-sifat-Nya. Daris inilah agama lahir, bahkan dari sini pula dilukiskan proses beragama sebagai upaya manusia untuk mencontoh sifat-sifat yang maha suci.⁴

Jadi dari pendapat pakar-pakar Agama Islam dapat ditarik kesimpulan bahwa proses manusia dalam beragama tidak serta merta karena merasa takut, namun ada itikad dari masing-masing diri manusia untuk mencontoh sifat-sifat Tuhannya yaitu dzat yang maha suci.

Menurut Zakiah Darajat sebagaimana dikutip oleh Noer Rohmah dalam bukunya Pengantar Psikologi Agama menyatakan bahwa kebutuhan manusia secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua golongan besar, yaitu:

1. Kebutuhan primer, yaitu kebutuhan jasmaniah/ fisik (makan, minum, seks, dan sebagainya)
2. Kebutuhan rohaniah/ Psikologi dan sosial (kebutuhan akan rasa kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan

⁴ M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-qur'an*,..., hlm. 326

rasa harga diri, kebutuhan akan rasa bebas, kebutuhan akan rasa sukses, kebutuhan akan rasa tahu).⁵

Tidak selamanya manusia dalam kehidupannya dapat memenuhi semua kebutuhan jasmanai dan rohani tersebut, karena pasti ada bermacam-macam suasana yang mempengaruhi dan yang harus dihadapinya. Jika kebutuhan tidak terpenuhi maka orang akan gelisah dan mencari jalan untuk mengatasinya, baik dengan cara yang wajar maupun cara yang tidak wajar atau kurang sehat. Untuk menutupi atau mengimbangi kekurangan-kekurangan yang dirasakan dalam memenuhi kebutuhan tersebut, perlu adanya kepercayaan pada Tuhan. Sebab, jika unsur Tuhan disingkirkan dalam upaya proses pemenuhan kebutuhan seseorang maka yang akan terjadi adalah semakin banyak orang yang berusaha untuk memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani ataupun rohani dengan cara yang tidak benar dan menyimpang dari kaidah-kaidah ataupun norma agama yang telah digariskan.⁶

Keyakinan agama pada remaja merupakan interaksi antara dirinya dan lingkungannya. Remaja adalah merupakan insan yang masih labil, begitu pula dalam mengenal Tuhan. Para remaja akan senantiasa mengingat Allah apabila mereka dalam keadaan yang cemas, menghadapi musibah, merasa takut dan merasa berdosa.

⁵ Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*, (Yogyakarta: Teras, 2013), hlm. 66-67

⁶ Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*,..., hlm. 67

Sebaliknya jika mereka dalam posisi aman, tentram, dan damai prosentase dalam mengingat Allah pun kecil.

Menurut Nico Syukur Dister Ofm, sebagaimana dikutip Raharjo dalam bukunya *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* dijelaskan bahwa motivasi beragama dibagi menjadi empat:

1. Motivasi yang didorong oleh rasa keinginan untuk mengatasi frustrasi yang ada dalam kehidupan, baik frustrasi karena kesukaran dalam menyesuaikan diri dengan alam, frustrasi sosial, frustrasi moral maupun frustrasi karena kematian.
2. Motivasi beragama karena didorong oleh keinginan untuk menjaga kesusilaan dan tata tertib masyarakat.
3. Motivasi beragama karena didorong oleh keinginan untuk memuaskan rasa ingin tahu manusia atau intelek ingin tahu manusia.
4. Motivasi beragama karena ingin menjadikan agama sebagai sarana untuk mengatasi ketakutan.⁷

Diantara motivasi manusia dalam beragama, ibadah dipandang sebagai suatu cara ataupun media untuk seorang hamba berkomunikasi dengan Allah SWT.

Sikap keberagamaan yang berupa ritual-ritual peribadatan menurut hukum syara' jika dalam psikologi agama diterjemahkan sebagai sebuah teori yang dicetuskan Sigmund Freud tentang Tuhan, yaitu *father projection theory*. Dimana menurut teori ini Tuhan sebenarnya tidak ada, tetapi diadakan. Seperti halnya seorang anak, ketika merasa dalam posisi yang sulit akan meminta bantuan pada ayahnya. Dan ketika berbicara dalam konteks orang

⁷ Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2012), hlm.35-36

dewasa ketika manusia berharap dengan kekuatan yang maha perkasa, kembali ingat kepada ayahnya, lalu butuh figur seorang ayah, maka diciptakan Tuhan Bapak, manusia diciptakan tidak berdasar citra Tuhan, tetapi Tuhan diciptakan berdasar citra manusia.

Sebagaimana pendapat Freud, seorang psikoterapi dan seorang atheis yang dikutip oleh Raharjo dalam bukunya Pengantar Ilmu Jiwa Agama:

“Unsur kejiwaan yang menjadi sumber keagamaan ialah seksual (naluri seksual). Berdasarkan libido ini, timbullah ide tentang ketuhanan, upacara keagamaan setelah melalui proses Oedipus Complex, sebuah mitos Yunani yang menceritakan bahwa karena perasaan cinta kepada ibunya, maka Oedipus membunuh ayahnya, sehingga setelah membunuh ayahnya timbul rasa bersalah (*senseofguilt*) pada diri anak-anak itu. *Fatherimage* (citra bapak) setelah membunuh menimbulkan rasa bersalah, yang kemudian perasaan itu menimbulkan ide membuat suatu cara penebusan dengan memuja arwah ayah yang telah mereka bunuh. Realisasi dari pembawaan itulah menurutnya sebagai asal upacara keagamaan . Sigmund Frued yakin akan kebenaran pendapatnya itu berdasarkan kebencian setiap agama terhadap dosa”.⁸

Begitulah Freud menggambarkan bagaimana asal-usul seseorang tersebut memeluk agama, serta berbagai macam ritual keagamaan. Yang dalam Islam ritual keagamaan tersebut kita sebut dengan ibadah, yaitu suatu cara yang bisa membuat kita dekat dengan Allah.

⁸Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, hlm.8

Zakiah Darajat, dalam rumusannya tentang kesehatan mental, tidak lupa memasukkan agama sebagai unsur terpadu dari psikologi. Sebagaimana yang dikutip Moh. Sholeh dalam bukunya *Agama Sebagai Terapi*, Zakiah Darajat menjelaskan:

“Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya; berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.”⁹

Dengan memasukkan aspek agama, seperti keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan, dalam kesehatan mental, berarti ada titik singgung antara keduanya. Aspek agama harus masuk karena agama memiliki peranan yang besar dalam kehidupan manusia. Agama merupakan salah satu kebutuhan psikis dan rohani manusia yang perlu dipenuhi oleh setiap manusia yang merindukan ketentraman dan kebahagiaan. Kebutuhan psikis manusia akan keimanan dan ketakwaan kepada Allah tidak akan terpenuhi kecuali dengan agama.

Berdasar pada statemen diatas, Moh. Sholeh menegaskan bahwasanya dapat diambil suatu pengertian bahwa agama sangat membantu tercapainya kesehatan mental. Persoalan yang dihadapi manusia modern yang berkaitan dengan krisis kejiwaan dan

⁹Moh. Sholeh, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), Hlm. 25

kekosongan spiritual; dapat diatasi apabila manusia kembali pada agama.¹⁰

Sebagaimana yang diterangkan dalam al-Qur'an surat *Ar-Ra'ad* [13]: 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.¹¹

Seperti yang diterangkan dalam ayat diatas, bahwa orang-orang yang mau kembali kepada Allah, mereka adalah orang-orang yang mau beriman dan hatinya memperoleh ketenangan dengan menyebut nama Allah.¹²

Maka jika seorang siswa tersebut inten dalam mengingat Allah, artinya selalu melakukan ibadahnya maka kecemasan siswa tersebut akan berkurang karena ibadah merupakan media komunikasi seorang hamba kepada seorang penciptanya. dan sebagaimana yang kita tahu bahwa Allah adalah dzat yang paling mulia yang tidak akan membiarkan hambanya dalam keadaan susah dan tertekan apabila seorang hamba tersebut mau mendekatkan diri dengan-Nya.

¹⁰Moh. Sholeh, *Agama Sebagai Terapi*,..., Hlm. 26

¹¹Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*..., hlm. 253

¹²Teungku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nuur*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000), hlm. 2093

Begitu pula dengan kondisi yang dialami siswa dalam sebuah lembaga pendidikan. Dalam proses belajarnya seringkali faktor kecemasan dalam diri siswa menjadi sebuah penghambat dalam proses mereka belajar. Kecemasan seseorang akan meningkat jika berada pada posisi yang menegangkan, atau mengancam dirinya. Momen-momen penting seperti ujian akhir semester ataupun ujian nasional menjadi sebuah latar belakang ataupun sebuah kondisi yang menjadikan kecemasan siswa meningkat.

Sebagian besar dari kita merasa cemas dan tegang jika menghadapi situasi yang mengancam atau stres. Perasaan tersebut adalah reaksi normal terhadap stres. Kecemasan dianggap abnormal hanya jika terjadi dalam situasi yang sebagian besar orang dapat menanganinya tanpa kesulitan.

Seseorang yang menderita gangguan kecemasan umum hidup tiap hari dalam ketegangan yang tinggi. Secara samar-samar merasa takut dan cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung bereaksi secara berlebihan terhadap stres yang ringan pun. Tidak mampu santai, mengalami gangguan tidur, kelelahan, nyeri kepala, pening, dan jantung berdebar-debar adalah keluhan fisik yang sering ditemukan. Selain itu, individu terus-menerus merasa takut akan kemungkinan masalah dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan.

Seseorang yang mengalami kecemasan umum dan gangguan panik mungkin tidak mengetahui dengan jelas mengapa

mereka merasa ketakutan. Jenis kecemasan ini kadang-kadang dinamakan “*free floating*” (melayang bebas) karena tidak dipicu oleh peristiwa tertentu, namun terjadi dalam berbagai situasi.¹³

Kecemasan tersebut tidak akan dialami oleh siswa dalam hal apapun jika seorang siswa tersebut intensitas komunikasinya dengan Allah tinggi. Oleh karena itu apabila seseorang merasa dekat dengan Allah maka tingkat kecemasan akan berkurang, karena dalam *Father projection theory* Tuhan merupakan proyeksi bapak ketika kita masih kecil, yang akan melindungi serta membantu apabila anaknya dalam keadaan yang sulit.

Apabila intensitas ritual-ritual peribadatan seperti shalat wajib dan sunah, puasa wajib dan sunah, dzikir, membaca al-Qur’an berbuat baik pada orangtua serta bersedekah akan semakin meningkat maka akan semakin meminimalisir kecemasan yang dialami siswa. Dengan melihat kondisi pada sebuah lembaga pendidikan dalam hal ini adalah SMP, seorang siswa akan merasa cemas manakala dihadapkan pada kondisi menegangkan seperti ujian, baik sekolah ataupun Nasional. Ritual-ritual peribadatan tersebut sebagai sarana komunikasi seorang hamba kepada sang pencipta tersebut harus ditingkatkan intensitasnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian agar mengetahui sejauh mana pengaruh intensitas ibadah terhadap kecemasan siswa. Peneliti

¹³Widjaja Kusuma, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Interaksara), hlm. 413-415

mengadakan penelitian dengan judul **“PENGARUH INTENSITAS IBADAH TERHADAP TINGKAT KECEMASAN SISWA SMP N 1 BANCAR TUBAN”**.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian skripsi ini adalah:

1. Bagaimana intensitas ibadah siswa SMP N 1 Bancar?
2. Bagaimana tingkat kecemasan siswa SMP N 1 Bancar?
3. Adakah pengaruh antara intensitas ibadah dengan tingkat kecemasan siswa SMP N 1 Bancar?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan masalah di atas, adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai yaitu:

1. Untuk mengetahui intensitas ibadah siswa SMP N 1 Bancar
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa SMP N 1 Bancar
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara intensitas ibadah yang dilakukan siswa terhadap tingkat kecemasan yang dialami siswa di sekolah SMP N 1 Bancar.

Dalam mengadakan penelitian ini, penulis ingin memperoleh manfaat baik dari segi aspek keilmuan (teoritis) maupun aspek terapan (praktis).

1. Aspek Keilmuan (Teoritis)
 - a. Sebagai tambahan wacana keilmuan dan hasanah intelektual tentang intensitas ibadah yang dilakukan siswa terhadap tingkat kecemasan yang dialami siswa di sekolah SMP N 1 Bancar.
 - b. Sebagai sumbangan pemikiran bagi upaya mengurangi tingkat kecemasan siswa dalam proses belajar mengajar.
2. Aspek Terapan (Praktis)
 - a. Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau acuan dalam memperhatikan aspek psikologis siswa dalam belajar.
 - b. Bagi penulis, bermanfaat untuk memperkaya wawasan dalam rangka meningkatkan kualitas sebagai tenaga profesional dibidang pendidikan (formal dan non formal).
 - c. Bagi orang tua, untuk lebih memperhatikan anak-anaknya terutama masalah psikologi
 - d. Bagi siswa, siswa mampu mengatasi kecemasan dalam dirinya.
 - e. Bagi guru, guru lebih bisa memantau peserta didiknya dengan melihat sisi psikologi dan dapat memberikan solusi agar siswa dapat menerima pelajaran dengan lancar.

Dari adanya manfaat tersebut, dapat dijadikan bahan pemikiran untuk menetapkan tindak lanjut dalam upaya meningkatkan intensitas ibadah guna mengurangi tingkat

kecemasan siswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat baik untuk siswa maupun pihak sekolah dalam hal peningkatan intensitas ibadah guna mengurangi tingkat kecemasan siswa.

Penelitian ini juga dapat memberikan bahan masukan bagi siswa agar lebih meningkatkan intensitas ibadahnya guna mengurangi tingkat kecemasan sehingga dalam sebuah proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar, dan juga hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk penelitian yang relevan.