

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam permasalahan dalam aktivitas yang dialami oleh manusia harus dipecahkan permasalahan dalam hidupnya. Mahasiswa sering menghadapi masalah ini, yaitu kecemasan baik diluar maupun didalam kehidupannya. Salah satu kunci pemecahan masalah yaitu berdoa untuk memohon petunjuk dengan melalui shalat tahajud yang memiliki kandungan sebagai meditasi yang cukup besar, menjadikan alat alternatif untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa yang sedang berjuang dalam penyelesaian skripsi. Shalat tahajud adalah shalat sunnah yang dikerjakan ketika malam, paling sedikit dua rakaat dan tidak dibatasi. Waktunya yaitu selesainya shalat isya hingga terbit fajar. Shalat tahajud di waktu malam hanya dengan syarat apabila dilakukan setelah bangun dari tidur malamnya, jadi sholat dikerjakan sebelum tidur, maka bukan shalat tahajud, namun shalat sunnah saja seperti witr, Syafi'i berkata *orang yang melaksanakan shalat tahajud disebut mutahajjid.*¹

Dari kisah Tri Wulandari yang berputus asa meneruskan studinya untuk jenjang Pendidikan S1 di suatu perguruan tinggi di Jakarta, dengan mengambil jurusan yang tidak sesuai minatnya. masa depan yang memiliki tanda tanya, hampir setiap kali memiliki rasa takut, cemas, khawatir, gelisah, dan putus asa, karena memikirkan masa depan. Mahasiswa yang memiliki

1) Moh.Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud*,(Jakarta: Hikmah)Hlm.108-109

jurusan ilmu komunikasi ini sudah mulai tersenyum dan sudah mulai optimis, tenang dan memiliki semangat yang tinggi untuk sesegera mungkin untuk menyelesaikan skripsinya, dikarenakan mendapatkan pencerahan dari penulis buku, untuk menurunkan shalat tahajud, kekhawatiran sudah mulai berkurang. Minggu pertama, sudah mulai menguasai mata kuliahnya yang diajarkan di kelas dan seiringnya berjalan pemikirannya sudah tenang dan tidak lagi rasa takut gelisah, dan putus asa yang sering menghantui, dan untuk minggu kedua sudah lebih fokus dan mendapatkan nilai yang memuaskan dikarenakan sering melaksanakan shalat tahajud disitu manfaat bisa merubah seseorang untuk lebih baik.²

Kecemasan menurut kamus istilah psikolog, (*anxiety*) adalah Kondisi kecemasan emosional yang dicirikan dengan ketakutan yang disertai oleh perilaku menakutkan dan gairah psikologis.³ Mahasiswa merupakan gambaran yang tidak dapat menyeimbangkan peran dan mengakibatkan kecemasan yang di hadapannya, maka mahasiswa mudah merasa cemas atau takut, sehingga menambah beban pikiran. Dalam hal ini, lebih dari 50% mahasiswa akan memiliki pikiran cemas karena tugas akhir, disertai tugas akhir mahasiswa yang sedang mengerjakan gelar sarjana Strata 1 (S.1). Karya tulis ilmiah dengan memenuhi standar ilmiah yaitu bersifat objektif, rasional,

2)Yazid Al-Busthami, *Aktivitas Tahajjud Untuk kecerdasan Akademikmu*, (Yogyakarta: Diva Press) Hlm. 9-11

3)Tim Panca Aksara, *Kamus Istilah Psikologi* (Yogyakarta:Penerbit Indomedika),Hlm

empiris dan sistematis, Sebagai karya ilmiah harus memenuhi suatu tahap perencanaan.⁴

Menurut penelitian Khairunnisa dalam tingkat kecemasan mahasiswa dari Prodi PAI tingkat kecemasan mahasiswa prodi pendidikan agama islam IAIN Palangka Raya yang menjadi responden pada penelitian ini memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu : 44 responden 68,75% tingkat kecemasan sedang yaitu 187 : responden 26,556% tingkat kecemasan tingkat berat yaitu 3 responden 4, 69%. sedangkan untuk mahasiswa yang mengalami kecemasan panik tidak ditemukan. dari penelitian ini memiliki pengaruh pada mahasiswa tingkat akhir mempunyai suatu gejala psikologis dengan mempunyai rasa cemas yang mengakibatkan pikiran mereka terasa stress dan terbebani untuk memikirkan skripsinya.⁵

Berdasarkan penelitian ini dari curhatan mahasiswa IAINU Kebumen yang mengalami keluhan dengan pikiran cemas, gejala yang muncul itu datang dari awal ketika dimana awal penyeteran judul serta disaat dalam mengerjakan tugas akhir. untuk itu penulisan mengambil judul penelitian “Pengaruh Shalat Tahajud Dalam Mengatasi Kecemasan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022”.

B. Pembatasan Masalah

Guna menghindari pembahasan yang terlalu kuat dan melebar dari tema penelitian maka perlu kiranya adanya batasan masalah dalam penelitian.

⁴)Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Tarbiyah*, (Kebumen:IAINU Kebumen)Hlm.1

⁵)Khoerunisa, *Tingkat Kecemasan Mahasiswa Terhadap Tugas Akhir Prodi PAI di IAIN Palangkaraya*,(Skripsi Mahasiswa IAIN Palangkaraya Tahun 2021, Dipublikasikan)Hlm.91

Yang bertujuan untuk menjaga agar masalah ini tidak menyimpang dari permasalahan yang dikaji. Adapun batasan masalah tersebut adalah “Pengaruh Shalat Tahajud dalam Mengatasi Kecemasan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022”.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan pembatasan masalah, rumusan masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah,

1. Bagaimana gambaran kecemasan mahasiswa PAI dalam menyelesaikan skripsi ?
2. Bagaimana pelaksanaan pembiasaan sholat tahajud pada mahasiswa PAI selama penyelesaian skripsi?
3. Bagaimana pengaruh pelaksanaan shalat tahajud terhadap kecemasan mahasiswa untuk kelancaran penyelesaian skripsi?

D. Penegasan Istilah

Untuk memperjelas kata pengertian serta menghindari kesalahpahaman dalam pembahasan penelitian ini, maka perlu diadakan adanya istilah agar memperoleh makna yang jelas. Beberapa istilah dalam penelitian “Pengaruh Shalat Tahajud Dalam Mengatasi Kecemasan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022”.

1. Pengaruh

Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia ialah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut

membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang.⁶ Seberapa Pengaruh shalat tahajud dalam mengatasi kecemasan mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam (PAI) Tahun Akademik 2021-2022. Pengaruh rajinnya dalam mengamalkan shalat tahajud berkemampuan untuk pengendalian diri berupa kenyamanan, sholat tahajud akan terhindar dari tertekan atau kecemasan dalam ketenangan batin dan dapat dirasakan oleh seorang pengamal shalat tahajud.⁶

2. Shalat Tahajud

Shalat tahajud adalah shalat sunnah yang dikerjakan pada ketika malam sedikit dua rakaat sebesar-banyaknya tidak terbatas. Waktunya sehabis shalat isya sampai terbit fajar. Shalat tahajud di waktu malam hanya dapat dianggap shalat tahajud dengan kondisi jika dilakukan sesudah bangun dari tidur malamnya dan dikerjakan sesudah tidur, jika belum tidur berarti shalat sunnah saja mirip witr. sholat tahajud adalah sebagai kunci dari sebuah permasalahan yang seseorang hadapi dan kemudian untuk berserah diri kepada Allah SWT untuk Memohon petunjuknya.⁷

3. Kecemasan

Cemas adalah kondisi emosi seseorang dengan kurangnya suatu motivasi seseorang menjadikan khawatir, cemas sering rasa resah dalam psikis dan fisik menjadi lemah. kecemasan datang secara

6) Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Pusat Bahasa) Hlm.1150

7) Ahmad Farid, *The Power Of Tahajud*,(Yogyakarta:Mueeza)Hlm 69

8) Moh. Rifa'I, *Risalah Tuntunan Shalat Lengkap*, (Semarang:C.V Toha Putra) Hlm.87

alami, seseorang umum mengalami kecemasan, rasa cemas serta sedih, akan menjadi keterpurukan dan kurangnya motivasi bagi manusia, dengan mengatasi kecemasan melalui kita berserah diri pada Allah SWT sebagai jalan petunjuk bagi kita. Manusia memang dituntut pada menuntaskan suatu persoalan dalam masalah dengan silih berganti dalam kehidupan. Dalam mahasiswa yang berkuliah juga menghadapi perasaan cemas dan gelisah disaat penyelesaian skripsi disitulah suatu permasalahan yang dialami oleh mahasiswa akhir dalam melakukan penyelesaian program studinya.⁸

4. Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi

Skripsi adalah karya tulis ilmiah berdasarkan penelitian yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa untuk memperoleh suatu gelar sarjana di jenjang strata satu (S.1). Karya tulis ilmiah memiliki bentuk skripsi dengan memenuhi kriteria ilmiah yaitu bersifat objektif, rasional, realitas dan sistematis, skripsi sebagai karya tulis ilmiah melalui tahapan perencanaan pada proposal skripsi, aplikasi, dan laporan penelitian, skripsi ialah menjadi jalan mahasiswa untuk berjuang untuk mencapai gelar S.1.⁹

Mahasiswa adalah sebagai peserta didik di perguruan tinggi dengan bentuk kelompok muda yang berkesempatan menjadi mahasiswa di tingkat perguruan tinggi, suatu jenjang Pendidikan

9)Ahmad Rusydi, *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*. (Yogyakarta:Istana Publishing) Hlm.76

10)Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Tarbiyah*, (Kebumen: IAINU Kebumen) Hlm 1

setelah sekolah menengah yang memiliki suatu program diploma, profesi, sarjana, spesialis dokter yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan Bahasa Indonesia (UU Nomor 12 Tahun 2012). Peran mahasiswa di kalangan masyarakat sebagai penggerak, penegas, dan pendobrak politik bangsa. Mahasiswa yang memiliki suatu harapan untuk masa depan bangsa. Mahasiswa sebagai pelajar yang menuntut ilmu, serta belajar sebagai bentuk pendewasaan seorang baik seseorang laki-laki maupun wanita. Mahasiswa akhir untuk memperoleh gelar sarjana di jenjang acara tingkatan satu dengan mengambil studi yaitu tugas akhir skripsi.¹⁰

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran kecemasan mahasiswa PAI dalam Menyelesaikan skripsi.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan sholat tahajud pada mahasiswa PAI selama penyelesaian skripsi.
3. Untuk mengetahui pengaruh sholat tahajud sholat dengan kecemasan untuk kelancaran penyelesaian skripsi.

11)Joko Tri Haryanto, *Beragam Ala Mahasiswa Milenial*, (Jakarta Pusat: Litbangdiklat Press)Hlm 1-2

F. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan penelitian ini, dibutuhkan hasil darinya dengan diperkaya khazanahnya terkait pada kajian keilmuan pada bidang keagamaan serta psikologi kepercayaan khususnya menggunakan hubungan intensitas pelaksanaan shalat tahajud pada menurunkan tingkat kecemasan di mahasiswa selain menggunakan berusaha bisa juga berdoa melalui berserah diri kepada Allah SWT untuk memohon supaya diberikan kemudahan pada skripsinya.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa, penelitian ini diperlukan memberi pemahaman serta pembelajaran bagi para mahasiswa akhir terkait amalan ibadahnya yaitu menggunakan sholat tahajud mampu menurunkan tingkat kecemasan di selain dengan berusaha mampu pula berdoa melalui berserah diri pada allah swt buat memohon agar diberikan kemudahan dalam skripsinya.
2. Bagi peneliti, peneliti mampu menerapkan juga asal buat melakukan lebih terkait amalan ibadahnya mirip menunaikan shalat tahajud karena bisa untuk menurunkan tingkat kecemasan Pada peneliti,
selain berusaha pula berdoa buat memohon supaya diberikan.kemudahan.dalam mengerjakan skripsi