

BAB I PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan lanjutan sekolah menengah yang diselenggarakan guna mempersiapkan peserta didik sebagai anggota masyarakat yang mempunyai keahlian akademis serta profesional yang mampu menerapkan, meningkatkan serta menghasilkan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian (UU 2 tahun 1989, pasal 16, ayat (1)). Berdasarkan data statistik perguruan tinggi tahun 2020 mahasiswa yang terdaftar dalam perguruan tinggi untuk jenjang S1 sekitar 7.113.663 atau 83,856% dengan tingkat kelulusan program studi pendidikan sebanyak 335.190 mahasiswa atau 21,84%. Data mahasiswa yang mengambil program pendidikan ini menempati urutan pertama dengan jumlah 6.032 mahasiswa dengan presentase 21% serta dengan angka putus kuliah program pendidikan ini sebesar 20% atau 120.655 mahasiswa. Angka putus kuliah program pendidikan ini menduduki peringkat 3 dari 10 program studi di Perguruan tinggi (Dikti, 2020).

Dalam menjalankan dan menyelenggarakan pendidikan tinggi, terdapat tri dharma perguruan tinggi yang merupakan kewajiban perguruan tinggi untuk melaksanakan pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat. Salah satu prinsip perguruan tinggi adalah pembelajaran yang berpusat pada mahasiswa. Menurut Undang-undang Republik Indonesia No. 12 tahun 2012 tentang perguruan tinggi, mahasiswa sebagai anggota Sivitas Akademika diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran sendiri dalam mengembangkan potensi diri di Perguruan Tinggi untuk menjadi intelektual, ilmuan, praktisi, dan/atau profesional. Mahasiswa juga berkewajiban menjalankan Tridharma perguruan tinggi, salah satunya yaitu penelitian atau dikenal sering disebut dengan Skripsi.

Berdasarkan sumber yang diperoleh peneliti dari divisi akademik Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan IAIN Syekh Nurjati Cirebon terdapat ketidakseimbangan antara input dan output mahasiswa dari angkatan masuk 2015

sampai 2018 atau 8 tahun kebelakang tingkat kelulusan mahasiswanya sekitar 69% dari jumlah mahasiswa masuk 3.226 orang. Lebih merinci khususnya pada jurusan tadaris matematika dari 3 angkatan terakhir dengan jumlah mahasiswa 389 dan mahasiswa yang lulus sebanyak 283 atau sekitar 78% saja yang mampu menyelesaikan studi S1 tepat waktu.

Permasalahan yang sering dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah mood yang kurang baik, kesulitan dalam menemukan ide judul dan referensi, kurangnya dukungan, ketidakmampuan membagi waktu, kesulitan dalam berkomunikasi dan bertemu dengan dosen pembimbing, serta aktivitas lain seperti bekerja (Widigda, 2018, hal. 191). Sebagai mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi diharuskan memiliki rasa optimis, semangat juang yang tinggi, tidak mudah menyerah dan senantiasa bertekad untuk segera menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya. Skripsi diartikan sebagai karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana.

Dalam proses penyusunannya dibutuhkan sumber yang banyak demi terciptanya skripsi yang berkualitas dan dapat dipertanggung jawabkan. Pada pilarnya skripsi itu mengkaji suatu permasalahan yang berdasar serta didukung melalui aktivitas riset. Listanto (2015, hal. 42) menuturkan bahwa mahasiswa akhir mengalami tingkat kecemasan tinggi dalam menghadapi skripsi. Kecemasan tersebut timbul karena faktor psikologik berupa frustasi, tekanan, tuntutan dan faktor lain berupa dukungan sosial.

Hidayah (2018, hal. 26) mengungkapkan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki bentuk kecemasan yaitu kecemasan realitas. Bentuk kecemasan ini muncul sebagai reaksi dari tekanan yang dialami oleh mahasiswa selama proses menyelesaikan skripsi, mulai dari bimbingan skripsi, revisi skripsi, serta penyusunan skripsi. Perlu adanya suatu perlakuan positif kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, agar tidak mengalami gangguan kecemasan berlebih. Seseorang dengan kesehatan mental yang kurang baik akan mengalami beberapa kesulitan dalam proses penyelesaian skripsi, salah satunya kesulitan dalam berkomunikasi dengan dosen pembimbing skripsi.

Hal tersebut senada dengan Situmorang (2017, hal. 5) yang mengatakan skripsi menjadi salah satu pemicu stressor atau kecemasan. Sebagian dari unsur-unsur yang menyebabkan hal ini termasuk variabel dalam dan variabel luar. Dalam jurnal lain Situmorang mengungkapkan bahwa variabel kontribusi terbesar biasanya berasal dari dalam diri mahasiswa, seperti tidak adanya inspirasi prestasi dan inovasi mahasiswa (2016, hal. 6). Tak hanya rasa cemas yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir, tapi kehilangan kepercayaan diri pun turut andil akibat dari kecemasan tersebut.

Menurut Bandura dalam Sunaryo (2017, hal. 40) self efficacy ialah keyakinan atas kapasitas seseorang dalam diri untuk mengkoordinasikan, mengontrol, dan melakukan perkembangan praktik untuk mencapai hasil yang ideal. Menurut Kasturi (2021) Efikasi diri adalah kepercayaan individu terhadap kompetensinya dalam mengelola dan menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri ini sendiri mempengaruhi bagaimana individu berpikir, bertindak dan memotivasi diri.

Sebagai mahasiswa calon guru matematika penting sekali mempelajari lebih dalam terkait kecemasan dan *self-efficacy* sebagai bekal menuju pendidikan masa depan. *Self-efficacy* berperan penting dalam pembelajaran matematika, hal tersebut menentukan hasil belajar seseorang dalam menjalankan proses pembelajaran berlangsung (Indirwan, 2021, hal. 68). Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakannya. Dampak keyakinan itu begitu terasa ketika seorang pembelajar dihadapkan pada tugas-tugas yang membutuhkan pemecahan matematis (Hibatullah, 2022, hal. 7).

Sebagai calon pengajar dibutuhkan pemahaman yang mendalam terkait kecemasan dan *self-efficacy* terhadap matematika untuk mengoptimalkan hasil pembelajaran. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan *overcome negative self-talk, consider math a foreign language – it must be practiced, be relaxed and comfortable while studying math* (Saputra, 2014, hal. 79). Dari ketiga upaya yang disebutkan dapat diintegrasikan dengan kegiatan spiritual berupa dzikir sehingga menanamkan keyakinan dan kekuatan pada diri siswa ataupun mahasiswa akan kemampuan yang dimiliki dengan demikian dapat mengurangi tingkat kecemasan siswa maupun mahasiswa terkait matematika dalam pembelajaran.

Oleh karena itu, perlu usaha-usaha positif yang membangun untuk menumbuhkan rasa kepercayaan diri, semangat dan ketenangan hati mahasiswa dalam menyelesaikan proses penyusunan skripsi. Diantara usaha yang dapat dilakukan adalah membenahi hubungan dengan sang Khaliq sebagai upaya mendapatkan kemudahan dan ketenangan dalam segala permasalahan kehidupan yang dialami yaitu dengan terapi psikologis berupa dzikir.

Sedikit sekali masyarakat yang mengetahui akan pentingnya terapi psikologis (spiritual) ini, kebanyakan diantara mereka yang dilanda sebuah masalah atau cobaan akan berusaha lari, menghindar bahkan menyalahkan keadaan. Padahal, sejatinya segala permasalahan yang diberikan sudah Allah sediakan jalan keluarnya. Salah satu cara yang harus bisa dilakukan adalah dengan mendekati diri kepada Allah dan mengusahakan sifat cinta kita kepada-Nya. Terutama bagi mereka yang mengalami permasalahan batin. Terapi psikologis (spiritual) yang dimaksud disini adalah terapi dzikir.

Dzikir adalah cinta hati dan mulut yang tidak mengenal batas waktu. Sungguh, bahkan Allah menganggapnya ulil albab bagi seseorang yang mengingat Tuhannya saat berdiri, duduk, atau bahkan malapetaka (Fatoni, 2020, hal. 6). Hati merupakan tempat bertumpu dan tempat Tuhan memberi nilai yang dilihat dari perbuatan serta tindakan manusia itu sendiri. Hati manusia memiliki karakter yang tidak tetap, selalu berubah dan mudah terkena penyakit terutama penyakit psikologis (batin). Al-Ghazali memamparkan bahwa didalam hati ada 3 karakter, diantaranya : qalibun shahih yang berarti hati yang sehat, qalibun mayyit yang berarti hati yang mati, dan qalibun maridl yang berarti hati yang mengandung penyakit (Safarianto, 2016, hal. 9)

Menurut Ibnu Thaimiyah qalibun marid ialah hati yang didalamnya terdapat penyakit hati, seperti : kecemasan, keraguan, kedzaliman dan juga kebodohan. Pada dasarnya individu yang berdzikir adalah individu yang mendekati jiwanya kepada Allah bertujuan untuk menghidupkan hatinya yang lalai dan mati yang selama ini dipenuhi dengan kegundahan, kewas-wasan dan kosong (Fatoni, 2020, hal. 10).

Semakin dekat seorang hamba kepada Tuhan-Nya, maka hatinya akan semakin tenang, lapang dan nyaman. Aktivitas dzikir yang sifatnya sunnah selain dalam sholat ini mempunyai banyak sekali khasiat dalam bidang kesehatan. Bagi riset kedokteran, di dalam otak manusia ada suatu zat kimiawi yang secara otomatis hendak keluar kala seorang berdzikir. Zat itu bernama Endorfin yang berperan buat menenangkan otak. Sehingga, tentu bermanfaat untuk menyehatkan sistem syaraf yang ada dalam tubuh kita (Pujiastuti, 2021, hal. 135).

Dari penelitian diatas, jelas sekali banyak manfaat yang dirasakan dari terapi dzikir untuk kesehatan fisik maupun psikis. Namun, sedikit sekali penelitian yang mengkaji dzikir sebagai terapi psikologis (spiritual). Sehingga dalam penelitian ini penulis mencoba untuk mengkaji lebih dalam terkait terapi dzikir untuk mengatasi kecemasan dan self-efficacy mahasiswa matematika dalam penyusunan skripsi (studi kasus mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon).

1. 2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Beberapa mahasiswa beranggapan skripsi sebagai tugas akhir terberat dalam menempuh gelar sarjana.
2. Tidak mengenali masalah dalam proses penyusunan skripsi kerap kali dialami mahasiswa.
3. Kecemasan menjadi salah satu faktor penghambat mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi.
4. Rasa ketidakpercayaan akan kemampuan yang ada dalam diri mahasiswa menjadi salah satu faktor penghambat dalam proses penyusunan skripsi.
5. Banyak sekali manfaat dzikir, namun sedikit sekali yang mengamalkannya pada dunia pendidikan formal.

1. 3. Pembatasan Masalah

Melihat masih luas permasalahan yang diteliti, maka penelitian ini perlu adanya pembatas masalah. Dalam hal ini batasan masalahnya sebagai berikut:

1. Objek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tadrir matematika yang sedang menyusun skripsi.
2. Dzikir yang digunakan adalah al-matsurat yang dilaksanakan pada pagi dan petang secara terprogram sesuai SOP yang sudah ditentukan.
3. Ditujukan pada mahasiswa tadrir matematika yang mengalami kecemasan dalam proses penyusunan skripsi sehingga mempengaruhi tingkat *self-efficacy* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.
4. Penelitian ini mengidentifikasi kecemasan berdasarkan indikator dari *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang dikategorikan pada tiga aspek.
5. Penelitian ini mengidentifikasi *self-efficacy* berdasarkan aspek-aspek yang dikembangkan oleh Arbert Bandura yang terdiri dari tiga aspek.
6. Ditujukan pada mahasiswa yang belum pernah menerapkan dzikir di waktu pagi dan petang.

1. 4. Rumusan Masalah

1. Bagaimana respon mahasiswa pada penerapan terapi dzikir dalam proses penyusunan skripsi?
2. Bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa setelah mengikuti program terapi dzikir dalam proses penyusunan skripsi?
3. Bagaimana tingkat *self-efficacy* mahasiswa setelah mengikuti program terapi dzikir dalam proses penyusunan skripsi?
4. Adakah pengaruh penerapan terapi dzikir terhadap kecemasan dan *self-efficacy* mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi?
5. Apa urgensi matematika dari hasil penelitian ini?

1. 5. Tujuan Penelitian

Sesuai permasalahan yang telah dirumuskan diatas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk memperoleh data tentang penerapan program terapi dzikir yang ditujukan kepada mahasiswa tadrir matematika yang sedang menyusun skripsi.

2. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan mahasiswa tadrir matematika setelah mengikuti program terapi dzikir dalam proses penyusunan skripsi.
3. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat *self-efficacy* mahasiswa tadrir matematika setelah mengikuti program terapi dzikir dalam proses penyusunan skripsi.
4. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penerapan program terapi dzikir terhadap kecemasan dan *self-efficacy* mahasiswa tadrir matematika dalam proses penyusunan skripsi.
5. Untuk mereduksi kecemasan mahasiswa matematika tingkat akhir dalam proses penyusunan skripsi.

1. 6. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian yang dilakukan tentunya terdapat manfaat penelitian baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan terapi spiritual yang jarang digunakan dalam dunia pendidikan serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Mahasiswa

Sebagai penambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir dengan berbagai persoalan yang dihadapi agar selalu menautkan hatinya kepada Allah dimanapun dan kapanpun.
 - b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran untuk senantiasa menautkan hati kepada Allah dimanapun dan kapanpun.
 - c. Bagi Prodi Matematika

Hasil penelitian ini diharapkan bisa direkomendasikan kepada mahasiswa tadrir matematika yang sedang menyusun skripsi agar memberikan

semangat positif untuk bisa menyelesaikan tugas akhir tersebut dengan penuh keyakinan terhadap kemampuan diri dan kekuasaan Allah.

d. Bagi Intuisi

Hasil penelitian ini diharapkan mampu mengurangi problematika mahasiswa tingkat akhir yang terlambat dalam menyusun skripsi.

