

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal merupakan tingkatan seseorang yang memiliki tujuan kehidupan yang harus terpenuhi, dari mulai pekerjaan, kehidupan rumah tangga, kepribadian dalam beragama dan lain lain secara mantap telah di rancang dan harus di dapatkan. Pada masa ini, seseorang akan berpendapat bahwa dirinya tidak akan bergantung kepada keluarga dalam kehidupan seperti meminta uang, membeli barang dan lain-lain, mereka akan mencari kebutuhan hidup dari pekerjaan sendiri.

Usia masa dewasa awal kisaran umur 21 sampai 40, masa dewasa awal merupakan masa pencarian kemandirian dan masa reproduksi dimana masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru.¹

Dalam kehidupan pasti akan mengalami penyesuaian diri pada pola hidup yang baru seperti dalam hal pekerjaan. Seseorang memiliki kekhawatiran dengan statusnya dalam bekerja yang dapat menimbulkan permasalahan dan pelampiasan contohnya ketika seseorang tersebut memiliki pekerjaan dan pada akhirnya ia memilih untuk berhenti lalu pindah ke kota lain tidak mendapatkan pekerjaan lagi maka akan menimbulkan permasalahan serta pelampiasan akibat stress.

¹ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta, Kencana, 2011), Hal. 246.

Kondisi emosional pada masa ini tidak terkendali. Ia cenderung labil, resah dan mudah memberontak. Pada masa ini juga emosi seseorang sangat bergelora dan mudah tegang, ia juga khawatir dengan status pekerjaan dan posisinya yang baru sebagai orang tua.²

Dalam konflik kehidupan yang ada pada masa dewasa, seseorang merasakan beban dalam diri begitu besar. Meskipun telah matang emosinya dan sudah mengenali jati dirinya, membuat rancangan kehidupan yang harus di dapatkan, pada masa ini tetap memiliki permasalahan seperti dalam hal pernikahan, dan pekerjaan, pergaulan bebas serta masalah kehidupan yang lainnya yang dapat menimbulkan stress dan kecemasan.

Kecemasan adalah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu. Pada umumnya kecemasan bersifat subjektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut, dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernapasan, dan tekanan darah.³ Perasaan-perasaan kecemasan adalah tanda-tanda peringatan bahwa implus-implus yang mengancam mendekat kesadaran ego menggerakkan mekanisme pertahanan diri untuk mengalahkan implus-implus tersebut yang kemudian mengarah menjadi gangguan- gangguan kecemasan lainnya. Gangguan kecemasan merupakan usaha ego untuk mengendalikan munculnya implus-implus yang mengancam kesadaran.⁴

Dalam hal ini kecemasan pada pekerjaan akan menimbulkan perasaan gundah, tegang, gelisah, dan lain-lain yang menyebabkan pekerjaan tersebut menjadi terganggu. Pada keadaan seperti ini ada ritual yang memiliki pengaruh besar untuk menghilangkan hal tersebut yaitu dengan terapi psikologis secara Islam. Melalui

² *Ibid*, hal 248

³ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta, Kencana, 2012), hal. 84.

⁴ *Ibid*, hal. 51.

terapi tersebut seseorang dapat membentengi kejatuhan dan gangguan jiwa dan dapat pula mengembalikan kesehatan jiwa pada orang yang gelisah, cemas, dan takut.

Terapi tidak hanya membahas tentang pengobatan jasmani saja, melainkan mengarah pada penyusuaian diri dan fungsi berfikir.⁵ Dari bahasa Inggris terapi berarti penyembuhan dan pengobatan.⁶ Dalam kecemasan, terapi psikoterapi Islam merupakan upaya membantu penyembuhan dan perawatan kepada klien melalui aspek emosi dan spiritual seseorang dengan cara-cara Islami dan tidak bertentangan dengan Islam salah satunya dengan menggunakan terapi shalat.⁷

Terapi shalat dapat bermanfaat baik bagi tubuh dan hati, dengan shalat kita akan berhubungan langsung antara hati dengan Allah. Dengan adanya shalat yang merupakan perintah dari Allah untuk hambanya yang di lakukan sekurang kurangnya lima kali dalam sehari semalam, seseorang dapat berkomunikasi mencurahkan segala keluh kesah lewat do'a, dan merasakan kehadiran Allah dalam shalatnya. Melakukan shalat seseorang dapat mendatangkan ketenangan dan resiko terkenanya penyakit dalam diri.

Shalat sebenarnya untuk kebahagiaan dan kesehatan manusia sendiri. Karena shalat mengandung aspek kesehatan. Semakin rajin dan khushyuk dalam melaksanakan shalat, maka semakin sehat dan bahagia pendiriannya.⁸ Semakin dekat seseorang kepada Allah dan semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tenanglah jiwanya dan semakin mampu menghadapi kekecewaan dan kesukaran-kesukaran hidup. Demikian pula sebaliknya, semakin jauh seseorang dari agama maka akan semakin susah baginya mencari ketentraman batin.⁹ Khushyuk dalam shalat ialah patuh, tunduk dan tenang.¹⁰

⁵ Budiyanto, *Pengantar Pendidik Inklusif Berbasis Budaya Lokal*, (Jakarta, Kencana, 2017), hal.221.

⁶ *Ibid.*

⁷ Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta, Deepublish, 2015), hal. 1.

⁸ Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembuhan dan Penyembuhan*, (Jakarta, Erlangga, 2007), hal. 73.

⁹ M. Sholeh Dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi: Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta, Pustaka Belajar, 2005), hal. 44.

¹⁰ Faisal Bin Abdul Aziz Alu Mubarak, *Bulughul Maram Dan Penjelasannya*, (Jakarta Timur, Ummul Qura, 2015) hal. 183.

Berikut firman Allah SWT dalam surah Al-Ankabut: 45

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ



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

Berdasarkan observasi awal penelitian, dengan melakukan pengamatan yang dilakukan pada B, bahwa B terjebak dalam pergaulan yang tidak sehat yaitu minuman keras, berjudi, mengadu ayam, serta percaya kepada nomor togel. B merasa bahwa dosa-dosa yang diperbuat sangat banyak, dan B merasakan ketakutan yang cukup hebat tentang kematian dan merasakan bahwa ia akan mati, setiap harinya ia seperti terancam oleh kematian, ketakutan yang membuatnya tidak bisa dan tidak mau tidur karena takut tidak bangun lagi. Hal yang lain pun dirasakan seperti kegelisahan tanpa sebab dan tak menentu, hatinya sangat gelisah sehingga untuk duduk beristirahat pun tetap gelisah, kegelisahan itu di sebabkan karena ia memikirkan bahwa ia akan mati.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian **“Shalat Sebagai Terapi Dalam Mengatasi Kecemasan (studi kasus pada anak berinisial B Di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim).”**

¹¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung, Diponegoro, 2013), hal. 401.

B. Batasan Masalah

Penelitian yang dilakukan di Tanjung Enim, untuk menghindari perluasan pembahasan, maka penulis membatasi pembahasan berdasarkan kecemasan moral pada klien berinisial B di Tegal Rejo Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas maka penulis akan menentukan permasalahan yang akan dibahas lebih lanjut, rumusan masalah tersebut adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran kecemasan yang dialami klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim?
2. Bagaimana gambaran aktivitas ibadah shalat klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim ?
3. Bagaimana shalat sebagai terapi dalam mengatasi kecemasan pada klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim ?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran kecemasan yang dialami oleh klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim.
2. Untuk mengetahui gambaran aktivitas ibadah shalat klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim.
3. Untuk mengetahui shalat sebagai terapi dalam mengatasi kecemasan pada klien B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan teoritis

Kegunaan teoritis biasanya hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembang konsep. Kegunaan teoritis pada penulisan skripsi ini adalah untuk menambah wawasan, pengetahuan serta pemahaman bagi pembaca dan memberikan sumbangan pemikiran bagi pneliti tentang terapi kecemasan melalui sholat.

2. Kegunaan praktis

Kegunaan praktis hendaknya di sebutkan secara tersurat berguna bagi siapa. Kegunaan praktis pada skripsi ini yaitu :

- a. Untuk keluarga agar terus memberikan nasihat dan mengontrol perilaku klien serta lebih memperhatikan lagi sholat nya terutama sholat wajib.
- b. Untuk klien berinisial B agar lebih meningkatkan kesadaran sholat yang memberikan manfaat baik bagi kehidupan yang bermasalah dan meningkatkan kualitas diri agar dapat mengontrol ketenangan diri dan hati.
- c. Untuk penulis yaitu menambah wawasan dan memperluas ilmu pengetahuan terhadap manfaat sholat.

F. Tinjauan Pustaka

Beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang di lakukan penulis antara lain :

Pertama Penelitian Dari Pisni Riani, dengan judul skripsi *“Sholat Sebagai Terapi Dalam Membentuk Kecerdasan Perilaku”*.¹² Hasil penelitian dalam skripsi ini adalah dengan melalui sholat seseorang dapat mengontrol diri, manfaat dari sholat yang di rasakan oleh seseorang antara lain tenang, sabar, tangguh, tenteram, berkecukupan dan bahagia.

Kedua Skripsi Eko Suwartadi, dengan judul skripsi *“Pengaruh Bimbingan Islam Terhadap Perkembangan Ibadah Sholat Terhadap Warga Binaan Lapas Wanita Klas II Palembang”*.¹³ Hasil penelitian dalam skripsi ini adalah adanya pengaruh bimbingan islam terhadap perkembangan ibadah sholat terhadap warga binaan lapas wanita klas II palembang, warga binaan melakukan ibadah sholat lima waktu dengan rajin meskipun ada yang belum sempurna, warga binaan tidak saling mencaci memaki terhadap warga binaan lainnya dalam hal kesempurnaan shalat melainkan mereka saling membantu apabila ada teman yang kesulitan dalam pelaksanaan shalat.

Ketiga Jurnal Fiman Faradisi, dengan judul jurnal *“Efektivitas Terapi Murotal Dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Di Pekalongan”*.¹⁴ Hasil penelitian dalam jurnal ini adalah pemberian terapi murotal lebih efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien di bandingkan dengan terapi musik.

¹² Pisni Riani, *Sholat Sebagai Terapi Dalam Membentuk Kecerdasan Perilaku*, hal. 3.

¹³ Eko Suwartadi, *Pengaruh Bimbingan Islam Terhadap Perkembangan Ibadah Sholat Terhadap Warga Binaan Lapas Wanita Klas II Palembang*, hal. 46.

¹⁴ Firman Faradisi, *Efektifitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Terhadap Pasien Pra Operasi Di Pekalongan*, Volume 5, Jurnal Ilmiah Kesehatan, hal.1

Keempat Jurnal Vera M Widiyanto Dan Mg. Adiyanti, dengan judul jurnal “*Terapi Musik Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Penderita Tekanan Darah Tinggi*”.¹⁵ hasil penelitian dalam jurnal ini adalah terapi musik perilaku kognitif dapat mengurangi kecemasan penderita hipertensi pada wanita berusia 40 hingga 60 tahun pada stadium 1 dan 2.

Kelima Jurnal Aprilya Dewi Kartika Sari dan Subandi, dengan judul penelitian dalam jurnal adalah “*Pelatihan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Primary Caregiver Penderita Kanker Payudara*”.¹⁶ Hasil penelitian adalah memperlihatkan bahwa pelatihan teknik relaksasi terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada masing-masing partisipan.

Persamaan dalam penelitian ini adalah bagaimana terapi dalam berbagai bidang berfungsi dalam mengatasi permasalahan, adapun perbedaan pada penelitian ini ialah membahas tentang permasalahan kecemasan yang harus di atasi. Dengan melihat dari skripsi yang berkaitan dengan terapi dalam mengatasi kecemasan dapat di lihat bahwa terapi kecemasan melalui sholat belum ada penelitian yang mengangkat tentang judul tersebut meskipun judul tersebut tetap mengacu pada judul sebelumnya .

¹⁵ Vera M Wiliyanto dan Mg. Adiyanti, *Terapi Musik Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Penderita Tekanan Darah Tinggi*, Volume 4, Jurnal Intervensi Psikologi, hal.87

¹⁶ Apriliya dewi kartika sari dan subandi, *Pelatihan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Primary Caregiver Penderita Kanker Payudara*, Volume 1, Gadjah Mada Journal Of Profesional Psikologi, hal. 173

F. Kerangka Teori

1. Terapi

Menurut kamus besar bahasa indonesia terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit atau dalam perawatan penyakit.¹⁷ Terapi dapat membantu seseorang yang mempunyai keinginan untuk memulihkan keadaannya yang sedang sakit, mengontrol emosi, memperbaiki keadaan psikologis yang tidak baik, terapi ini dapat di gunakan dalam memulihkan jiwa akibat problema kehidupan yang di hadapi seperti kecemasan.

2. Shalat

Shalat ialah berhadap hati kepada Allah sebagai ibadah, dalam bentuk beberapa perkataan dan perbuatan, yang di mulai dengan takbir dan di akhiri dengan salam serta menurut syarat-syarat yang telah di tentukan syara'.¹⁸

Dalil yang berkaitan dengan shalat yang dapat mengatasi kecemasan :

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا

هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾

Artinya: “(tidak demikian) bahkan Barangsiapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, Maka baginya pahala pada sisi

¹⁷ Romy Rafael, *Hipnoterapi Quit Smoking*, (Jakarta, Gagasmedia, 2006), hal. 2.

¹⁸ Moh Rifa'i, *Risalah Tuntunan Sholat Lengkap*, (Semarang, Cv. Toha Putra), hal. 34.

Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”¹⁹

a) Teknik Terapi Shalat

Teknik yang akan di gunakan dalam shalat adalah teknik relaksasi dan teknik kedisiplinan dalam shalat di mana pada teknik relaksasi dimana proses ini seseorang melakukan shalat dengan gerakan shalat dan bacaan shalat dengan tenang, tentram, serta aman serta dapat memaknai dari setiap gerakan dan bacaan shalat tersebut. teknik relaksasi dalam shalat bermanfaat untuk menurunkan dan menghilangkan tingkat kekhawatiran, stress, emosi, dan lain lain.²⁰ Menurut herbert benson kombinasi antara teknik relaksasi dan kuatnya keyakinan merupakan faktor kunci keberhasilan relaksasi.²¹

3. Kecemasan

Kecemasan yakni usaha ego untuk mengendalikan munculnya implus-implus yang mengancam kesadaran. Perasaan-perasaan kecemasan adalah tanda-tanda peringatan bahwa impuls-impuls yang mengancam mendekat kesadaran ego menggerakkan mekanisme pertahanan diri untuk mengalahkan impuls-impuls tersebut yang kemudian mengarah menjadi gangguan-gangguan kecemasan lainnya.²² Kecemasan ialah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu.²³

Berikut merupakan dalil yang berkaitan dengan kecemasan :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ

وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ

¹⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung, Diponegoro, 2013), hal. 401.

²⁰ Amin Abdul Shamad, *Memahami Shalat Khusyu'*, (Jakarta, Alifia Books, 2009), hal.42-43.

²¹ Taufiq Pasiak, *Mengungkap Rahasia Kecerdasan Berdasarkan Al-Qur'an Dan Neurosains Mutskhir*, (Bandung, Pt Mizan Pustaka, 2002), hal 239

²² Tiara Nurfalah, Trada Destarica, Tri Winda Sari Dkk, *Kesehatan Mental Memahami Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam*, (Palembang, NoerFikri, 2016), hal. 51.

²³ Hartono, boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta, Kencana, 2012), hal. 85

Artinya: *“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”*²⁴

Jenis kecemasan menurut freud ada 3 yaitu :²⁵

b) Kecemasan realita

Kecemasan realita adalah rasa takut akan bahaya yang datang dari dunia luar (konflik antara ego dan dunia luar)

Ciri ciri kecemasan realita

- 1) Takut jika berada di dekat benda-benda tertentu.
- 2) Merasa terancam pada kondisi yang jelas membahayakan secara fisik.

c) Kecemasan neurotik

Kecemasan neurotik adalah rasa takut kalau insting akan keluar jalur dan menyebabkan ia di hukum (konflik antara id dan ego).

Ciri-ciri kecemasan neurotik

- 1) Menjadi gugup.
- 2) Tidak mampu mengendalikan diri.
- 3) Tidak mampu mengendalikan pikiran, akal.
- 4) Tidak mampu mengendalikan perilaku.

²⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung, Diponegoro, 2013), hal. 401.

²⁵ Abdul Hayat, *Konseling Qur'ani (Jilid 1)*, (Yogyakarta, Pustaka Pesantren, 2017), hal. 70.

d) Kecemasan moral

Kecemasan moral adalah rasa takut terhadap hati nuraninya sendiri (konflik antara id dan super ego).

Ciri-ciri kecemasan moral :

- 1) Adanya rasa malu.
- 2) Adanya rasa bersalah.
- 3) Rasa takut mendapat teguran.

Faktor penyebab kecemasan

Salah satu Faktor penyebab kecemasan ialah faktor psikologis yaitu :²⁶

- a. konflik yang berkepanjangan terhadap teman, keluarga, sehingga kepercayaan diri berkurang.
- b. perasaan takut yang berlebih-lebihan dan penolakan interpersonal.
- c. genetika (keturunan)
- d. suku bangsa (etnik)
- e. jenis kelamin umumnya wanita 2 kali lebih sering mengalami cemas dari pria.

kecemasan merupakan problem yang ada pada diri seseorang. kecemasan dapat di minimalisir dan di hilangkan dengan suatu pendekatan psikoterapi islam. Psikoterapi islam merupakan penyembuhan penyakit melalui cara yang sesuai

²⁶ Mardjan, *Pengaruh Kecemasan Pada Kehamilan Primi Para Remaja*, (pontianak,2016), hal.15.

dengan aturan islam yang berkaitan dengan jiwa. psikoterapi islam yang dapat di laksanakan dalam hal menghilangkan kecemasan yaitu melalui shalat.

4. Kematian

Kematian adalah habisnya ajal yang ditentukan Allah. Setelah itu ruh tidak akan kembali kepada jasad manusia dalam kehidupan ini. Bersamaan dengan itu semua tanda kehidupan pun akan menghilang. Semua organ tubuh eksternal dan internal akan berhenti total dari aktivitas dan fungsinya.²⁷ Kematian akan dihadapi bagi siapa saja yang ada di bumi. Kematian haruslah dipersiapkan oleh manusia dengan memperbanyak amal shalih.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Data

Jenis data yang di gunakan pada penelitian ini adalah jenis studi kasus dengan metode penelitian kualitatif. Penelitian ini memperhatikan semua aspek dari suatu ksasus yang diteliti dan pengungkapan gambaran yang mendalam dan medetaill tentang situasi atau objek.²⁸

2. Sumber Data

Sumber data yang tertuang dalam skripsi ini ada dua yaitu data primer dan data sekunder.

²⁷ Muhammad Sayyid Ahmad, *Buku Pintar Alam Gaib*, (Jakarta, Penerbit Zaman, 2009), Hal. 192

²⁸ Muri Yusuf, *Metodologi Penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*, (Jakarta, Kencana, 2014), hal.339

- a. Data primer adalah data yang di himpun secara langsung dari sumbernya.²⁹ Data primer bersumber dari narasumber yang berinisial B, keluarga terdekat, lingkungan serta teman sebaya.
- b. data sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data.³⁰ Data sekunder berasal dari buku-buku dan jurnal yang berhubungan dengan pembahasan pada skripsi ini.

3. Subjek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Dalam penlitian ini subjek yang akan menjadi penilitan adalah klien yang berinisial B yang mengalami permasalahan pada kecemasan.

b. Objek Penelitian

Objek dari penelitian ini adalah kecemasan yang di alami oleh remaja berinisial B di Tanjung Enim Kecamatan Lawang Kidul Kabupaten Muara Enim.

4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data yang di perlukan melalui:

a. Wawancara (*interview*)

Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang di lakukan dengan berhadapan secara langsung dengan yang di wawancarai tetapi dapat juga di berikan daftar pertanyaan dahulu untuk dijawab pada

²⁹ Rosandy Ruslan, *Metode Penelitian Public Relation dan Komunikasi*, (Jakarta, Rajawali Pers, 2017), hal. 138.

³⁰ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung, Alfabeta, 22014), hal.62.

kesempatan lain³¹, Yaitu mendapatkan informasi dengan bertanya langsung tentang suatu objek yang di teliti kepada sumber informasi yang berkaitan dengan data yang di butuhkan.

b. Observasi

Observasi merupakan adanya pengamatan dari peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek penelitian. Peneliti dapat mengetahui dan menyelidiki tingkah laku nonverbal lewat observasi, peneliti melihat, mencium, mendengarkan suatu objek penelitian kemudian menyimpulkan apa yang di amati itu.³²

c. Dokumen

Sejumlah besar fakta dan data tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumentasi, data yang ada dalam dokumen ini berbentuk surat, catatan harian, cendera mata, laporan, artefak, dan foto.³³ Penulis mengumpulkan data data berupa foto, teks tertulis (biografi, cerita, sejarah kehidupan) untuk melengkapi informasi yang di butuhkan penulis terkait dengan penelitian.

5. Teknik Analisis Data

Dalam analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis Robert K. Yin yaitu :³⁴

³¹ Muri Yusuf, *Metodologi Penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*, (Jakarta, Kencana, 2014), hal.339

³² *Ibid*, hal. 384

³³ *Ibid*, hal. 391.

³⁴ Robert K. Yin, *Studi Kasus Desain & Metode*, (Jakarta, Raja Grafindo Persada, 2013), hal. 133-150.

a. perbandingan pola

perbandingan pola yaitu dengan menggunakan logika perbandingan pola. Logika seperti ini membandingkan pola yang didasarkan atas data empirik dengan pola yang di prediksi (atau dengan beberapa prediksi alternatif). Jika kedua pola ini ada persamaan, hasilnya dapat menguatkan validitas internal studi kasus yang bersangkutan.

b. pembuatan eksplanasi

pembuatan eksplanasi yang bertujuan untuk menganalisis data studi kasus dengan cara membuat suatu eksplanasi tentang kasus yang bersangkutan.

c. analisa deret waktu

analisis deret waktu yang banyak di pergunakan untuk studi kasus yang menggunakan pendekatan eksperimen dan kuasi eksperimen.

H. Sistematika Penulisan

Bab I: pendahuluan, latar belakang masalah, rumusan masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, tujuan penelitian dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data dan sistematika penulisan.

Bab II: landasan teori mengenai pengertian terapi, fungsi terapi, pengertian kecemasan kecemasan, bentuk-bentuk kecemasan, faktor yang mempengaruhi kecemasan, tingkat kecemasan , pengertian shalat, macam-macam shalat, manfaat shalat.

Bab III: deskripsi terhadap wilayah penelitian, sejarah berdirinya, visi misi, struktur organisasi, sarana dan prasarana.

Bab IV: hasil dan pembahasan terapi kecemasan melalui shalat wajib (studi kasus pada klien berinisial B di Tanjung Enim kecamatan Lawang Kidul kabupaten Muara Enim)

Bab V: penutup, kesimpulan, saran, daftar pustaka.