BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan salah satu tempat bagi anak dan remaja tumbuh berkembang. Anak dan remaja menghabiskan hampir separuh harinya di sekolah, baik untuk kegiatan pembelajaran di kelas, ekstrakurikuler, maupun aktivitas lain (Faturochman, dkk., 2012). Sekolah terbagi atas SMA dan SMK, sekolah menengah kejuruan (SMK) merupakan lembaga pendidikan pada jenjang menengah yang lebih menekankan lulusan yang memiliki bekal keterampilan dan dipersiapkan memasuki dunia kerja (Mulyatiningsih dkk., 2004).

Sebagian dari siswa ada yang memilih untuk melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi, dan ada juga siswa yang memilih untuk langsung bekerja setelah lulus. Siswa SMK memiliki peluang untuk bisa langsung terjun ke dunia kerja setelah lulus dari SMK. Tetapi tidak bisa menjadi acuan bahwa seluruh siswa SMK akan mendapatkan pekerjaan. Menurut Widodo (Khurniawan, dkk., 2019) Hal ini terkait dengan pengetahuan dan keterampilan yang ada pada setiap siswa untuk dapat memperoleh pekerjaan sesuai dengan bidangnya.

Dari tahun ke tahun kebutuhan akan tenaga kerja semakin tidak sebanding dengan banyaknya para pencari kerja, hal ini mengharuskan setiap orang untuk memiliki kemampuan dan kesiapan secara mental yang lebih baik dari pesaing-pesaingnya dalam mencari pekerjaan. Di Indonesia telah ditetapkan usia minimum untuk dapat melamar pekerjaan yaitu usia 15-18 tahun. Hal ini berdasarkan UUD tahun 1945 yang berbunyi bahwa anak-anak pada usia 15-18 tahun sudah diperbolehkan oleh hukum negara untuk bekerja (pasal 2 ayat 3 kepmenakertrans No. Kep-235/Men/2003 dan Konvensi ILO No. 138 serta konvensi ILO No. 182)" (TIM BIP, 2003)

Usia 15-18 tahun adalah usia yang masih masuk kategori remaja, remaja belum memiliki pemikiran yang matang

seperti orang dewasa. Kematangan emosi remaja masih belum stabil sehingga rentan terkena gangguan psikologis seperti gangguan kecemasan (Az-Za'Balawi, 2007). Mayoritas remaja mengalami ketidakstabilan akibat upaya penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru seperti masalah yang berkaitan dengan menjelang akhirnya masa sekolah para remaja mulai mengkhawatirkan masa depannya (Al-Mighwar, 2011).

Seorang remaja mengalami perasaan resah, gelisah dan cemas karena selalu memikirkan bentuk pekerjaan yang ia inginkan setelah keluar dari universitas atau sekolah kejuruan. Juga hal-hal yang berkaitan dengan pekerjaan berupa pendapatan, baik yang bersifat materi maupun sosial yang dipersepsikan olehnya untuk masa depan dirinya (Az-Za'Balawi, 2007).

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. Pada umumnya kecemasan bersifat subjektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernafasan dan tekanan darah. Siswa akan mengalami kecemasan bila menghadapi situasi yang membuat tidak nyaman pada dirinya, seperti ujian dan setelah lulus menghadapi dunia kerja (Hartono, 2012).

Meskipun Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) diharapkan bisa menghasilkan lulusan siap kerja, tetapi pada kenyataannya pengangguran terbuka paling banyak justru dari Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Berdasarkan data Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2018 pengangguran paling besar terjadi pada masyarakat berpendidikan dengan lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yaitu sebesar 9,21 %. Selanjutnya, pengangguran terbesar ada di lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan porsi 7,66 % Hal ini menggambarkan bahwa

terdapat masih banyak pengangguran yang mana didominasi oleh lulusan SMK (Diakses pada tanggal 2 Desember 2018).

Jumlah pengangguran yang tinggi ini akan memberikan gambaran umum kepada siswa/i SMK mengenai semakin sulitnya memperoleh pekerjaan sehingga berdampak pada kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang dirasakan oleh siswa. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja adalah perasaan khawatir yang dimiliki seseorang ketika memasuki dunia kerja biasanya kecemasan ini dialami bagi mereka yang akan menyelesaikan studi pendidikan dan ada keinginan untuk mencari pekerjaan sesuai dengan bidang keahlian yang dimiliki. Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja biasanya dialami oleh seseorang yang akan segera lulus dari sekolah atau yang sudah lulus sekolah, karena dunia kerja adalah dunia yang belum pernah dimasuki oleh mereka.

Kecemasan yang dirasakan siswa/i akan semakin kuat bersamaan dengan semakin kuat kekhawatiran yang muncul terhadap kemungkinan-kemungkinan yang tidak diinginkan yang bisa menghalangi jalannya meraih apa yang diinginkan (Az-Za'Balawi, 2007). Kecemasan ini bisa disebabkan oleh beberapa hal antara lain takut menjadi pengangguran, gugup menghadapi wawancara kerja, cemas karena kurangnya pengalaman bekerja ,khawatir mengecewakan keluarga yang meminta untuk segera mendapatkan pekerjaan (Willis, 2012).

Apabila kecemasan ini tidak ditanggulangi akan berdampak negatif pada diri siswa , efek negatif dari kecemasan akan berdampak pada proses belajar siswa disekolah. Bahkan efek yang lebih parah jika kecemasan tidak segera ditanggulangi adalah munculnya berbagai macam penyakit seperti penyakit tukak lambung, serangan jantung, kematian mendadak (Davidov, 1991).

Najati (2008) menyatakan dzikir kepada Allah swt membangkitkan dalam hati rasa aman dan tenang. Tidak diragukan hal itu bisa menjadi terapi bagi rasa cemas yang

diderita oleh seseorang ketika dirinya sedang dihadapkan pada tekanan dan kesalahan dalam hidup sedangkan ia merasa tidak ada sandaran dan penolong. Orang yang terganggu jiwanya, perasaannya tidak tenang, selalu gelisah, cemas, dan perasaan lain yang tidak menyenangkan menurut pandangan islam, berbagai perasaan yang tidak menyenangkan tersebut dapat dihilangkan dengan rasa *tuma'ninah* yaitu perasaan tenang dan tentram yang mendalam sebagai anugerah Allah. Rasa tuma'ninah dapat dihadirkan kedalam jiwa manusia dengan cara melakukan *dzikrullah* (Syam, 2011) sebagaimana firman-Nya dalam surat Ar-Ra'd ayat 28 :

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

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

Dari Ayat diatas dapat dipahami bahwa Allah mensifati diri Nya bahwa Dia-lah Tuhan Yang Maha Mengetahui dan Bijaksana yang dapat memberikan ketenangan jiwa ke dalam hati orang yang beriman. Di dalam Al-Quran telah dijelaskan juga mengenai rezeki bagi setiap makhluk hidup di muka bumi ,yaitu Surah Hud ayat 6 dan Surah al-Baqarah ayat 245 dimana dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa kita sebagai makhluk ciptaan Allah janganlah memiliki perasaan cemas dan khawatir dengan rezeki, karena Allah akan memberikan rezeki kepada setiap hamba-hambanya yang berusaha.

Dzikir kepada Allah membangkitkan dalam hati rasa aman dan tenang. Tidak diragukan hal itu bisa menjadi terapi bagi rasa cemas yang di derita oleh seseorang ketika dirinya sedang depresi di hadapan tekanan dan kesalahan dalam kehidupan sedangkan ia merasa tidak ada sandaran dan penolong. Dalam realitasnya semua ibadah merupakan dzikir

atau setidaknya membantu untuk berdzikir. Dalam shalat seseorang membaca *takbir*, membaca Al-Quran, membaca *tasbih* ketika *ruku'* dan sujud, memuji Allah dan shalawat kepada Nabi. Selesai shalat berdoa, membaca *istighfar, tasbih, tahmid, takbir* dan doa semua itu merupakan dzikir (Najati, 2008).

Begitu juga menurut pendapat Al-Hafidz (Ash-Shiddieqy, 2010) bahwa berdzikir itu ialah mengerjakan segala tugas agama yang diwajibkan Allah dan menjauhi segala larangan-Nya. Karena itu membaca Al-Quran, membaca Al-Hadits, mempelajari ilmu-ilmu Agama, melaksanakan shalat , beramal dinamakan juga dzikir. Menurut Amin (2016) segala aktivitas atau perbuatan yang dilakukan seperti bersedekah, membicarakan hal-hal keagamaan dengan tujuan untuk mengharap ridha Allah adalah dzikrullah.

Seorang mukmin yang ingin mendekatkan diri kepada Allah tidak merasa cukup hanya dengan berdzikir kepada Allah setiap hari sehabis sholat saja. Akan tetapi, ia selalu berdzikir dengan memperbanyak membaca *tasbih, takbir*, dan berdoa dengan penuh ketundukkan. Mendekatkan diri kepada Allah dengan jalan ibadah, membaca Al-Quran, *wirid* , dan doa, semua itu untuk memperdalam keimanan dalam hati, menebarkan rasa aman, dan menciptakan ketenangan dalam jiwa (Najati ,2008).

Dzikir yang umum diketahui oleh masyarakat adalah seperti pada majelis dzikir, dimana semua orang berkumpul disuatu tempat dan melakukan dzikir dengan suara yang cukup keras dan dilakukan secara bersama-sama. Namun pada penelitian ini, dzikir yang dilakukan oleh siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang yaitu berdoa sebelum mulai belajar dan saat mau pulang, membaca Al-Quran, sholat dhuha, sholat dzuhur berjamaah, berdoa setelah sholat, mendengarkan ceramah, berdoa ketika belajar, bersedekah, pengajian bulanan, bakti sosial kepanti asuhan, menjaga lingkungan tetap bersih dll.

Dengan nilai-nilai agama dan selalu diajarkan serta dibiasakan oleh sekolah guna untuk mengingat Allah setiap saat

baik di lingkungan sekolah maupun diluar lingkungan sekolah. Siswa diharapkan memiliki kepribadian yang sehat, dan terhindar dari gangguan-gangguan psikologis seperti ketika dihadapkan pada kecemasan menghadapi dunia kerja.

Akan tetapi yang menjadi kekurangan didalam SMK Muhammadiyah 1 Palembang adalah tidak terdapatnya bimbingan karir, yang ada hanya bimbingan konseling yang berperan jika ada anak-anak bermasalah dan anak-anak yang butuh bimbingan. Padahal bimbingan karir sangatlah penting terutama untuk siswa/i SMK. Dimana adanya bimbingan karir bertujuan memberikan pemahaman mengenai dunia kerja sehingga siswa/i SMK termotivasi untuk dapat berjuang dan mampu serta dapat menentukan pilihan yang tepat dalam menghadapi dunia kerja nantinya (Sukardi, 1984).

Berdasarkan hasil wawancara pada 25 siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang, siswa/i tersebut mengungkapkan bahwa mereka khawatir dalam menghadapi dunia kerja nanti. Karena mereka akan mencari pekerjaan, takut untuk mengikuti proses seleksi , jantung berdebar saat ditanya mengenai dunia kerja, hingga ada yang pusing memikirkan akan melalui tahapan wawancara, gugup bertemu orang-orang baru ketika melamar pekerjaan sehingga didapatkan hasil bahwa siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang memiliki kecemasan dalam menghadapi dunia kerja (Wawancara pribadi yang dilakukan pada siswa/i pada tanggal 7-10 Agustus 2017)

Berdasarkan dari fenomena yang terjadi di SMK Muhammadiyah 1 maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Dzikir dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang".

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan Antara Dzikir dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Dzikir dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diambil dari penelitian ini adalah diharapkan penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan dan wacana penelitian dalam kajian Ilmu Psikologi.

2. Praktis :

a. Untuk Dinas dan Disdiknaker

Semoga dengan selesainya penelitian yang berjudul "Hubungan Dzikir dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang" diharapkan kita secara bersama-sama dapat melihat pentingnya pendidikan agama disetiap sekolah sehingga akan terjalin kerjasama yang baik antara pihak sekolah dengan dinas terkait.

b. Untuk sekolah

Dikhususkan SMK Muhammadiyah 1 Palembang diharapkan dengan selesainya pembuatan skripsi yang berjudul "Hubungan Dzikir dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang" sekolah berkembang lebih baik lagi dari sekarang untuk membantu para Siswa/i Muhammadiyah 1 Palembang untuk mewujudkan kepribadian yang sehat secara fisik dan mental.

c. Untuk siswa/i

Diharapkan dapat menambah hasanah ilmu pengetahuan islam dan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari

agar menjadi pribadi yang baik dan memiliki akhlak mulia serta terhindar dari gangguan psikologis seperti kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Sehingga dapat mewujudkan cita-cita serta harapannya kedepan.

d. Untuk Orang Tua

Semoga penelitian ini akan bermanfaat dalam hal mendidik anak-anak agar terhindar dari perilaku menyimpang karena mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja.

e. Untuk masyarakat

Skripsi ini dipersembahkan juga untuk masyarakat luas, agar dapat menerapkan ajaran Agama didalam kehidupan sehari-hari sehingga masyarakat mampu menjadi pribadi yang jauh lebih baik.

1.5 Keaslian Penelitian

Ada beberapa penelitian yang pernah membahas tentang dzikir seperti pada penelitian Sulisworo (2012) berjudul "Hubungan antara Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan Emosional" hasil penelitian ini menunjukkan bahwa korelasi positif antara intensitas dalam berdzikir dengan kecerdasan emosi. Artinya semakin kurang intensitas dalam berdzikir setelah shalat semakin rendah kecerdasan emosinya.

Penelitian tentang Dzikir "Hubungan Antara Kualitas dan Intensitas Dzikir dengan Kelapangdadaan Mahasiswa" yang dilakukan oleh Fuad Nashori (2005) Hasil utama penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kualitas dzikir dan kelapangdadaan pada mahasiswa-reguler dan mahasiswa-santri. Artinya, semakin tinggi kualitas dzikir semakin tinggi kelapangdadaannya.

Penelitian Mohamad Choirul Faizin (2016) yang berjudul "Hubungan Antara Intensitas Dzikir Dengan Optimisme Kesembuhan Pada Pecandu Narkoba Di Pondok Rehabilitasi". Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara intensitas dzikir dan optimisme kesembuhan pada pecandu

narkoba". Disimpulkan bahwa jika intensitas dzikirnya tinggi maka tingkat optimisme kesembuhannya akan tinggi dan sebaliknya jika tingkat optimisme kesembuhannya rendah maka optimisme kesembuhannya akan rendah pula.

Penelitian Danar Lesmana (2014) yang berjudul "Kecerdasan Spiritual Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun" Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Artinya semakin tinggi kecerdasan spiritual nya maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pension.

Perbedaan dari penelitian yang telah diuraikan diatas adalah terletak pada fokus penelitian itu sendiri. Jika dalam penelitian yang sudah dilakukan lebih fokus kepada Kecerdasan Emosional, Kelapangdadaan, Optimisme Kesembuhan, kecemasan menghadapi masa pensiun. Maka, dalam penelitian ini peneliti akan melakukan penelitian yang berfokus pada "hubungan Dzikir dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa/i SMK Muhammadiyah 1 Palembang" ,di mana metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional.

Beberapa hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah subjek dalam penelitian yaitu siswa/i Kelas XII SMK Muhammadiyah 1 Palembang, metode penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional , sejauh pengetahuan peneliti, penelitian ini belum pernah diteliti sebelumnya, sehingga judul dalam penelitian ini bersifat orisinil atau asli.