

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Menuntaskan tugas akhir yakni skripsi merupakan suatu tekanan tersendiri bagi mahasiswa demi mencapai gelar yang akan ditujunya. Hal tersebut menjadi pemicu stress tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir pada saat pelaksanaannya yang memiliki banyak tahapan untuk menyelesaikannya. Saat dinyatakannya penelitian skripsi tersebut selesai dan wisuda sudah didepan mata, perasaan cemas dan gelisah pun akan muncul dan membesar seiring waktu pada saat menyaksikan rekan lain menyelesaikan studinya. dan menyebabkan hal tersebut menunda pengerjaan skripsi sehingga menghambat kelulusannya. Kegelisahan tersebut menghambat pengerjaan skripsi dan menimbulkan pikiran-pikiran negative serta rasa ketidakpercayaan diri sehingga ketenangan jiwa pun terganggu. Kegelisahan tersebut dapat disaksikan pada saat mengalami keadaan serupa yakni kepanikan yang menyebabkan ketenangan baik secara fisik maupun jiwa pun terganggu. Dengan segala tuntutan yang ada membuat mahasiswa semakin ditekan dari segala aspek yang harus dipenuhi baik dalam pikiran, tenaga serta waktu yang terkuras dan tenggat waktu yang sedikit membuat para mahasiswa semester akhir merasakan terganggunya ketenangannya yang hal tersebut menyebabkan stress dikarenakan banyaknya proses dalam menempuh penyusunan tugas akhir. Sehingga menyebabkan para mahasiswa mengalami kelabilan jiwa yang

memprihatinkan yang penyebab utamanya sebagaimana disebut dalam surah Thaha ayat 124 adalah jauhnya mayoritas manusia dari petunjuk ilahi. Kegelisahan, kecemasan, depresi berlebih, imun tubuh menurun, nyeri kepala, penyakit pada bagian jantung, tekanan darah tidak stabil, kehabisan energi, alergi serta gejala struk merupakan salah satu akibat dari melebarnya penyakit stress yang mana dapat menaikkan resiko bagi para penderitanya dalam kasus ini para mahasiswa, yang dapat saja merasakan bermacam-macam gejala penyakit baik secara jiwa ataupun raganya. (Dickinson & Lynn, 2020). Terdapat banyak factor yang menjadi penyebab dari terhambatnya mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi) yang mana hal tersebut didominasi oleh diri sendiri, institusi Pendidikan, keluarga, dan pandemic. Factor yang berasal dari diri sendiri ini juga disebabkan dari sering merasa jenuh, memiliki kesibukan lain sehingga menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut. rasa malas yang dirasakan mahasiswa disebabkan karena sulitnya dalam menganalisis judul yang telah ditetapkan dan bagaimana mengolah data yang telah diperoleh. Selain itu, keadaan ini juga didukung karena kurangnya sumber serta kurang percaya diri sehingga memutuskan untuk menunda-nunda pengerjaan skripsi tersebut (Zain, Radiusman, Muhammad, Hasnawati, & Amrullah, 2021).

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

Untuk menghilangkan rasa stress serta pikiran-pikiran negative dan demi menyelesaikan skripsi tersebut dibutuhkanlah sesuatu yang bisa membuat jiwa kembali tenang. Terdapat beberapa metode yang dapat dikerjakan untuk mendapatkan ketenangan pada jiwa, sebagai contoh ada yang mengatakan bahwa olahraga mampu

membuat pikiran kembali tenang serta fokus yang dapat meningkatkan rasa optimis pada diri dikarenakan pada saat kegiatan tersebut dilakukan emosi kita tersalurkan dengan baik sehingga tubuh terasa lebih tenang dan menghilangkan kegelisahan tersebut. Ada juga yang mengatakan bahwa meminum air dalam jumlah yang banyak dapat menimbulkan ketenangan jiwa, karena dapat membersihkan racun dalam tubuh yang dapat membantu pikiran untuk fokus lebih baik, dikarenakan tubuh seringkali kekurangan cairan sehingga membuat diri lemas, cepat stress dan kurang fokus. Ada juga yang mengatakan bahwa mendengarkan music yang menenangkan memiliki dampak terhadap ketenangan dalam jiwa sehingga tubuh dan pikiran lebih rileks dan santai ketika mendengarnya. Ada juga yang mengatakan bahwa makan makanan yang sehat dapat membantu menimbulkan ketenangan jiwa dikarenakan makanan tersebut diserap oleh tubuh sehingga menghasilkan mood dan pola yang menghasilkan ketenangan pada jiwa. Termasuk, ada juga yang mengatakan bagi orang yang melafalkan Al-Qur'an dapat menimbulkan ketenangan bagi jiwanya dikarenakan didalamnya terdapat banyak sekali metode serta bacaan yang dapat dilakukan untuk menghasilkan ketenangan pada jiwa. Membaca Al-Qur'an dipercaya dapat menimbulkan ketenangan pada jiwa bagi para pembacanya, dalam kondisi apapun.

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

Membaca ialah sebuah aktivitas interaktif dengan memiliki maksud untuk memilih serta memahami maksud dalam bahan tertulis. Selain itu, membaca adalah proses yang dilakukan dan digunakan pembaca untuk memperoleh pesan yang disampaikan pengarang melalui media yang berupa kata-kata atau bahan tertulis

(Somadayo, 2011). Al-Qur'an merupakan kitab suci bagi seluruh umat islam yang menjadi pedoman bagi seluruh umat islam. Membaca al-quran merupakan suatu aktivitas yang dilakukan bagi seorang muslim yang memiliki segudang manfaat, yang mana merupakan suatu kewajiban dan disyariatkan sebagai hak bagi orang islam adalah selalu menjaga untuk membaca Al-Qur'an dan melakukannya sesuai kemampuan, yang mana merupakan sumber utama dalam ajaran islam. Hendaknya kalian tetap berpegang pada Al-Qur'an dan As-Sunnah. Karena keduanya merupakan agama langsung dari Allah swt yang merupakan sebuah kebenaran.

Bagi siapapun yang menganut dan berpegang kepada kedua hal tersebut, maka mereka akan merasa aman, Bahagia, terbimbing dan dilindungi (Al-Haddad, 2011). Sebagaimana dalam firman Allah swt. Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 212 yang berbunyi : "orang yang telah kami berikan alkitab kepadanya, mereka membacanya dengan bacaan yang sebenarnya, mereka itu beriman kepadanya, dan barang siapa yang ingkar kepadanya, maka mereka itulah orang-orang yang rugi.". Membaca kitab suci Al-Qur'an mempunyai segudang manfaat serta keberkahan yang terkandung bagi para pembacanya. Al-Qur'an dapat diamalkan untuk mengobati segala macam penyakit hati serta memberikan ketenangan didalam jiwa. Sesungguhnya ayat-ayat suci yang terkandung didalam Al-Qur'an, mempunyai segala keutamaan dengan jumlah tak terhingga yakni sebagai obat untuk menjernihkan hati, membersihkan jiwa, dan dengan kandungan dzikir yang semakin kuat tertanam dalam hatinya dengan segala

keridhaan serta kelapangan dalam hati dan ia akan merasakan adanya ketenangan dan kelegaan dari apa yang telah dia kerjakan dari dalam Al-Qur'an. (Najati, 2003).

Sebagaimana firman Allah SWT

هَذَا بَصَائِرُ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّقَوْمٍ يُوقِنُونَ

Artinya: "Al Quran ini adalah pedoman bagi manusia, petunjuk dan rahmat bagi kaum yang meyakini" (Q.S. Al-Jatsiyah 45:20)

Studi di Universitas Salford, Inggris. Pernah melakukan suatu penelitian yang menunjukkan bahwa pribadi yang melantunkan Al-Qur'an merasakan lebih rileks dan tenang daripada pribadi yang hanya membaca buku biasa, salah satunya ialah membaca Al-Qur'an bisa menghilangkan stress dan rasa cemas yang sedang dialami. Ketika mulai membaca Al-Qur'an, pada saat itu juga manfaatnya dapat dirasakan yakni akan merasakan ketenangan pada jiwa sehingga rasa gelisah seketika hilang berganti dengan harapan dan keyakinan. Dengan membaca Al-Qur'an, seseorang bisa mencapai ketenangan dan ketentraman pada jiwanya. Tiap kali seorang muslim membaca Al-Qur'an, maka tiap kali itu pula ketenangan dan ketentraman bagi seorang muslim tersebut diperoleh. Al-Qur'an juga akan menghindarkan keterpurukan dan hal-hal yang membuat perasaan yang menekankan pada setiap pribadi yang sering membacanya. Dikarenakan segala permasalahan yang terjadi pada hidup pribadi

muslim kemudian diberitahukan kepada tuhan, sehingga wirid dzikir, tilawah, doa yang telah dilantukan didengar oleh Allah swt yang mana atas izin Allah swt muncullah ketenangan batin dan ketentraman jiwa tersebut. (Rajab, 2010).

Untuk itu membaca Al-Qur'an amat dibutuhkan bagi seorang muslim khususnya saat menghasilkan ketenangan dalam jiwa. Dr. Al Qadhi, melalui penelitian panjangnya di Klinik Besar Florida Amerika Serikat, berhasil menunjukkan bahwa hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, pribadi muslim, baik mereka yang dapat berbicara dengan bahasa arab maupun tidak, dapat merasakan perubahan yang signifikan secara fisiologis. Dengan hasil tingkat depresi menurun, kepiluan yang melanda pun menurun, memperoleh ketenangan jiwa, serta menghalang berbagai macam penyakit yang mana merupakan pengaruh umum yang dirasakan para pribadi yang menjadi objek penelitiannya. Penelitian tersebut menguatkan juga hasil yang diperoleh oleh penelitian lainnya yang dilakukan oleh dokter yang berbeda. Dalam laporan sebuah penelitian yang disampaikan dalam Konferensi Kedokteran Islam Amerika Utara pada 1984, disebutkan Al-Qur'an terbukti dapat memunculkan ketenangan sampai 97% dalam mendatangkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit bagi mereka yang mendengarkannya. Mahasiswa diberi tanggung jawab untuk memiliki sifat berjuang yang tinggi serta menanggung segala beban yang diberi, berpikiran kritis, menulis berdasarkan kaidah ilmiah, melakukan observasi langsung ke lapangan, mampu mengolah data dan bekerja sama dengan dosen pembimbing, mampu menerapkan pengalaman belajar dan teori yang telah diperoleh selama masa

perkuliahan. Mahasiswa memandang bahwa tanggung jawab dari pengerjaan skripsi melebihi kemampuan yang dimilikinya, sehingga beban tersebut membuat mahasiswa mudah sekali untuk gelisah dan stress (Rozaq, 2014).

Untuk itu kaitannya dengan objek penelitian, yakni mahasiswa PAI UNJ yang mana memiliki latar belakang mempelajari ilmu dalam agama Islam yang sedang melaksanakan tugas akhir yakni skripsi yang sering kali terganggu ketenangan jiwanya pada saat pengerjaan. Untuk itu intensitas dalam membaca Al-Qur'an sangat diperlukan supaya jiwa menjadi tenang ketika situasi seperti ini, Islam menganjurkan untuk membaca Al-Qur'an secara terus-menerus dalam setiap keadaan untuk senantiasa mengenang Allah swt. Dengan selalu mengingat Allah swt dapat memberikan motivasi dan menghasilkan sebuah ketenangan jiwa dalam hidup. Disini penulis akan memfokuskan dengan bagaimana hubungan intensitas membaca Alquran dengan ketenangan jiwa yang diperoleh para mahasiswa PAI UNJ yang sedang melaksanakan tugas akhir yakni skripsi dan apakah terdapat pengaruh setelah membaca Al-Qur'an serta aspek seperti apa saat melakukan intensitas membaca Al-Qur'an yang dapat memunculkan ketenangan jiwa bagi mahasiswa PAI UNJ akhir, agar tugas akhir tersebut akan dapat dikerjakan dengan maksimal dengan prosedur yang benar. Karena pribadi yang jiwanya tenang ialah pribadi yang peran dalam jiwanya dapat berjalan secara harmonis dan memiliki kepribadian yang Bersatu dengan baik yang dapat memutuskan suatu keputusan, memulihkan berbagai konflik-konflik

yang terjadi dan mengatur prioritasnya sehingga dengan mudah akan mendapatkan keseimbangan batin, dan jiwanya ada dalam keadaan tenang.

Sebagai mahasiswa dengan program studi Pendidikan Agama Islam (PAI) di perguruan tinggi umum diharapkan dapat menghasilkan mahasiswa yang taat beragama, paham ajaran dasar agama islam dengan lebih tepat dan mendalam, dan memiliki sikap toleran terhadap individu lain yang menganut agama dan mazhab yang berbeda (Wildan & Rahmat, 2022). Alasan mahasiswa PAI FIS UNJ yang sedang melaksanakan tugas akhir sebagai objek penelitian, dikarenakan mahasiswa dengan program studi Pendidikan Agama Islam (PAI) memiliki pemahaman mengenai agama islam lebih dalam dan memiliki kebiasaan untuk gemar membaca Al-Qur'an dan memiliki kesamaan dalam lingkup yang sama dan itu memudahkan peneliti untuk mendapatkan hasil penelitian. Sebagaimana menurut Mage, skripsi selalu menjadi kendala utama dalam mengerjakan masa study dalam batas waktu normal mahasiswa yaitu 8 semester, yang ditempuh selama 4 tahun atau lebih cepat; namun terdapat juga mahasiswa yang menempuh studinya melebihi batas study normal (tepat waktu) yakni lebih dari 8 semester. Mahasiswa UNJ dalam tingkat akhir merasakan tekanan serta sering mengalami stress yang mana terganggunya ketenangan jiwanya dan dengan membaca Al-Qur'an dapat menghasilkan ketenangan dalam jiwa. Permasalahan ini yang mendorong dan menjadi alasan mengapa penulis menjadikan mahasiswa sebagai objek penelitian dan mnejadikannya sebagai karya ilmiah dalam bentuk tugas akhir yakni skripsi yang berjudul "HUBUNGAN INTENSITAS MEMBACA ALQUR'AN



## DENGAN KETENANGAN JIWA MAHASISWA PAI FIS UNJ DALAM MELASANAKAN TUGAS AKHIR”

### **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah merupakan proses pengumpulan berbagai masalah yang terdapat dalam sebuah penelitian yang berdasarkan pertanyaan atau pernyataan. Oleh sebab itu identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Urgensi terganggunya ketenangan jiwa yang dilanda para mahasiswa tingkat akhir dalam pembuatan tugas akhir
2. Intensitas membaca Al-Qur'an yang seperti apa yang dapat menimbulkan ketenangan jiwa
3. Hubungan dari intensitas membaca al-Qur'an dengan ketenangan jiwa mahasiswa PAI FIS UNJ dalam melaksanakan tugas akhir

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, diperlukan pembatasan masalah agar penelitian dapat terfokus pada permasalahan yang akan diteliti, maka peneliti ingin membatasi permasalahan terkait Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an Dengan Ketenangan Jiwa Mahasiswa PAI UNJ Dalam Melaksanakan Tugas Akhir

### **D. Perumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa dilihat dari skor korelasi/skor r?
2. Bagaimana kontribusi hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa dilihat dari skor koefisien determinasi?
3. Bagaimana kekuatan hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa mahasiswa PAI FIS UNJ dalam melaksanakan tugas akhir?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa dilihat dari skor korelasi/skor r
2. Untuk mengetahui hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa dilihat dari skor koefisien determinasi
3. Untuk mengetahui kekuatan hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa mahasiswa PAI FIS UNJ dalam melaksanakan tugas akhir

#### **F. Kegunaan Penelitian**

1. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dari segi teoritis

- a. Mampu mempertajam pola pikir mahasiswa serta tingkat intelektualitas mahasiswa dalam menelaah serta mempelajari sebuah persoalan terkait fakta yang ada di suatu lingkungan
  - b. Sebagai tambahan ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman terhadap Hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa mahasiswa PAI UNJ dalam melaksanakan tugas akhir
2. Secara praktis
- a. Dapat memperluas pengetahuan bagi para penyimak dan memotivasi peneliti untuk melaksanakan penelitian dengan rinci berkaitan dengan Hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa mahasiswa PAI UNJ dalam melaksanakan tugas akhir



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*