

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan suatu periode peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa, berawal dari onset pubertas dan berlangsung sampai munculnya tanda-tanda kedewasaan secara lengkap.<sup>1</sup> Masa remaja adalah fase kunci dalam perkembangan kehidupan seseorang dimana terjadi perkembangan biologis, psikologis, serta kehidupan sosial yang menonjol dan pesat.<sup>2,3</sup>

Masa remaja bermula dari akil baligh dan berakhir apabila memasuki masa dewasa. Pada masa ini perkembangan jiwa agama sejalan dengan perkembangan jasmani dan rohaninya. Penghayatan terhadap ajaran agama dan tindak keagamaan yang tampak pada remaja banyak berkaitan dengan perkembangan itu.<sup>4</sup>

Seorang remaja rentan menghadapi konflik, masalah, dan tekanan dalam kehidupan kesehariannya. Sekitar 13% remaja laki-laki dan 10% remaja perempuan pernah mengalami gangguan psikiatri, diantaranya yaitu gangguan kecemasan.<sup>5</sup>

Hasil dari riset kesehatan dasar (RISKESDAS) oleh Departemen Kesehatan tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia yang mengalami gangguan mental emosional diantaranya gangguan kecemasan ialah 6%.

Kecemasan sering dialami oleh hampir setiap orang pada saat menginjak usia remaja. Pada penelitian *Journal of Child Psychology and Psychiatry* tentang prevalensi gangguan mental pada anak dan remaja tahun 2015 disebutkan 6,5% dari populasi anak dan remaja usia 6 hingga 18 tahun dari seluruh dunia pernah mengalami setidaknya sekali kecemasan dalam hidupnya.<sup>7</sup>

Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak menyenangkan serta kekhawatiran akan masa yang akan datang yang sering disertai dengan gejala fisiologis.<sup>8</sup> Kecemasan merupakan kondisi normal pada manusia, namun dapat

pula bersifat patologis apabila gejala yang timbul menetap dalam jangka waktu tertentu dan mengganggu ketentraman hidup seseorang.<sup>9</sup>

Kecemasan pada usia remaja dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik, seperti: gangguan pada saluran pencernaan, sering buang air, sakit kepala, gangguan jantung, sesak di dada, gemetaran bahkan pingsan.<sup>10</sup>

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena kecemasan pada remaja yang ada, diperlukan cara mengatasi kecemasan pada usia remaja. Salah satu cara mengatasi kecemasan adalah dengan pendekatan praktek dan penghayatan keagamaan atau religiusitas. Religiusitas dapat memberikan terapi yang bersifat kuratif, dan juga memiliki aspek preventif terhadap gangguan jiwa atau mental seperti kecemasan.<sup>11,12</sup> Sesuai dengan firman Allah SWT. dalam surah Al Baqarah ayat 112.<sup>13</sup>

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

*“Sebenarnya, barang siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah, sedang dia berbuat kebaikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhan-nya, dan tidak ada ketakutan (kecemasan) dan tidak (pula) berduka cita (depresi)”.*

Religiusitas perlu dibedakan dari agama, karena konotasi agama menunjuk aspek formal yang berkaitan dengan aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban sedangkan religiusitas mengacu pada aspek agama yang dihayati oleh individu di dalam hati.<sup>14</sup> Lebih lanjut religiusitas menurut Glock yang telah direvisi oleh Huber terbagi menjadi 5 dimensi, meliputi dimensi: *public practice, private practice, religious experience, ideology, dan intellectual.*<sup>15</sup>

SMA Negeri 3 Kota Magelang merupakan salah satu institusi pendidikan sekolah menengah atas di Kota Magelang. Berdasarkan studi pendahuluan

berupa wawancara terhadap guru bimbingan konseling di sekolah oleh peneliti, menunjukkan hasil bahwa terdapat fenomena siswa pada usia remaja yang memiliki kecenderungan rentan untuk mengalami kecemasan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji mengenai hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang.

## **1.2. Perumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka permasalahan yang ingin di kaji adalah apakah terdapat hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui secara ilmiah hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan penelitian ini secara khusus adalah :

- a. Mendeskripsikan religiusitas Islam di SMA Negeri 3 Kota Magelang.
- b. Mendeskripsikan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang.
- c. Menganalisis hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang.

#### 1.4. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian<sup>16,17,27</sup>

Nama Peneliti	Judul dan Desain penelitian	Tempat publikasi	Hasil
Ayu Khairunnisa	Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda  Penelitian ini menggunakan random sampling pada siswa di MAN 1 Samarinda dengan teknik analisis regresi	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman	Berdasarkan hasil penelitian didapat hasil yang signifikan antara religiusitas terhadap perilaku seksual pranikah
Dea Febri Hapsari	Hubungan antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Siswa Siswi di SMA Muhammadiyah 1 Klaten  Penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi pearson	Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta	Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kebahagiaan pada remaja
Fajrul Haq	Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan menghadapi Pernikahan  Penelitian merupakan studi lapangan yang menggunakan metode kuantitatif	Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta	Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan signifikan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi pernikahan

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah penulis meneliti tentang hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA N 3 Kota Magelang. Pada penelitian Ayu Khairunnisa meneliti tentang hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja di MAN 1 Samarinda. Pada penelitian Dea Febri Hapsari meneliti tentang Hubungan antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Siswa Siswi di SMA Muhammadiyah 1 Klaten. Pada penelitian Fajrul Haq meneliti tentang Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan menghadapi Pernikahan.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### 1.5.1. Manfaat Teoritis

Memperluas wacana ilmu pengetahuan khususnya ilmu kedokteran Islam dan ilmu kedokteran jiwa, dan untuk memberikan data ilmiah tentang hubungan antara religiusitas Islam dengan tingkat kecemasan pada usia remaja di SMA Negeri 3 Kota Magelang.

### 1.5.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi bagian dari bahan edukasi untuk remaja mengenai pencegahan dan penyembuhan gangguan kecemasan dengan religiusitas Islam berupa pendekatan dan penghayatan praktik keagamaan.

