



BAB 1

PENDAHULUAN



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan kecemasan merupakan satu dari sekian banyak gangguan mental yang paling banyak di temui pada kalangan masyarakat. Kecemasan merupakan gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan tertekan atau tidak tenang, kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan serta berpikiran kacau dengan disertai penyesalan (Indriyati *et al.*, 2021). Umumnya kecemasan banyak dialami pada masa remaja, sehingga apabila permasalahan gangguan kecemasan terus menerus dianggap hal yang tidak penting dan enggan untuk diatasi maka dikhawatirkan bisa menjadi masalah yang lebih serius seperti depresi, kesulitan dalam belajar, hingga bunuh diri (Mar'ati and Chaer, 2017). Badan kesehatan dunia atau *world health organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2020 penduduk dunia mengalami gangguan kesehatan akibat dari kecemasan sebanyak 450 juta. Diperkirakan 150 juta jiwa dari 450 juta merupakan populasi dewasa muda yang disebabkan oleh beban tugas saat menempuh suatu pendidikan (*World Health Organization*, 2019).

Di Indonesia tingkat kecemasan usia dewasa muda mencapai angka 6 juta jiwa, yang disebabkan oleh faktor sosial. Khususnya pada mahasiswa yang mengambil program profesi dokter merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan atau bahkan sering mengalami gangguan kecemasan, hal tersebut disebabkan karena faktor sosial meliputi tekanan tugas akademis yang menumpuk, jadwal ujian yang signifikan, kekurangan tidur, keterbatasan finansial (Yadav, Gupta and Malhotra, 2016). Prevalensi gejala cemas yang dialami juga tergantung

pada gender, pada wanita yaitu dengan prevalensi 18,5% sedangkan 10,4% pada laki-laki (Chandratika and Purnawati, 2013).

Terdapat dua cara dalam pengelolaan kecemasan yakni dengan farmakologis dan non-farmakologis, contoh dari obat farmakologis yang digunakan sebagai pengobatan dalam mengurangi kecemasan adalah obat intervensi seperti selective serotonin reuptake inhibitors(SSRIs). Baru-baru ini telah banyak metode non-farmakologis sebagai pengurangan kecemasan, seperti aromaterapi, terapi pijat, teknik relaksasi dan terapi musik, serta metode dengan pendekatan spiritual yakni dengan dzikrullah atau mengingat Allah. Seperti yang sudah di tuliskan di dalam Al-Qur'an pada surah Ar-Ra'd ayat 28 yang artinya, “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Menurut ulama mengingat Allah adalah dengan mengerjakan sholat, membaca ayat-ayat Al-Qur'an serta menyebut kalimat tahlil. Pembacaan Al-Qur'an banyak mempunyai peran positif dalam penanganan kesehatan mental, dan pembacaan Al-Qur'an adalah suatu bentuk dari musik religi yang memiliki kontribusi terhadap pelepasan endorphin dengan cara menstimulasi gelombang otak sehingga hal tersebut dapat meningkatkan *streshold*, serta menghilangkan emosi negatif dan membentuk perasaan nyaman (Ghiasi and Keramat, 2018).

Intensitas membaca Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 7, memiliki hubungan yang signifikan yaitu penurunan tingkat kecemasan. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut apakah dari beberapa hasil penelitian terdahulu dapat diaplikasikan pada mahasiswa semester 7 Universitas Muhammadiyah Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui intensitas membaca Al-Qur'an pada mahasiswa semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa semester 7 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Untuk menganalisis hubungan membaca Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan.

- b. Bagi mahasiswa

Untuk mengetahui salah satu cara terhadap pengurangan tingkat kecemasan yakni dengan membaca Al-Qur'an.

- c. Bagi pelayanan Kesehatan

Bisa menjadi masukan bahwa penanganan medis terhadap pasien gangguan kecemasan salah satunya yakni dengan membaca Al-Qur'an.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Sebagai penambah informasi bahwa penanganan pengurangan kecemasan penting untuk diperhatikan.
2. Untuk menambah wawasan masyarakat khususnya mahasiswa agar dapat meningkatkan intensitas dalam membaca Al-Quran sebagai salah satu metode pengurangan kecemasan.

