

BAB I

PENDAHULUAN

A. PENEGASAN ISTILAH

Untuk dapat memahami dengan tepat dan menghindari adanya perbedaan pemahaman tentang judul skripsi ini, maka perlu kiranya penulis memberikan penjelasan beberapa istilah yang berhubungan dengan judul skripsi ini.

1. Hubungan

Hubungan adalah jaringan yang terwujud karena interaksi antara satuan-satuan yang aktif.¹

Dalam ilmu statistik terdapat istilah korelasi yang artinya ialah hubungan antara dua variabel atau lebih yang saling mempengaruhi². Dalam judul ini, hubungan yang dimaksud adalah korelasi antara pemahaman konsep tawakal (independent variabel, sebagai variabel yang mempengaruhi) dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau (dependent variabel sebagai variabel yang dipengaruhi)³.

2. Pengamalan tawakal

Pengamalan adalah perbuatan melaksanakan. Sedangkan pengamalan tawakal adalah perbuatan menyerahkan diri kepada Allah setelah berusaha sekuat tenaga dan fikiran dalam mencapai suatu tujuan

¹ Dept P dan K, *Kamus besar bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989) hal 313

² Anas Sudijono, *Statistik pendidikan suatu pengantar* (Jakarta: Rajawali Press, 1989) hal

³ *Ibid*, hal 168

dan selalu berpegang teguh kepada-Nya. Adapun yang akan dibahas dalam skripsi ini adalah pengamalan tawakal para istri untuk menghindari atau mengurangi rasa cemas karena ditinggal suami merantau.

3. Kecemasan

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan⁴. Adapun kecemasan yang dimaksud disini adalah perasaan was – was dan khawatir para istri yang ditinggal suaminya merantau.

4. Istri Yang Ditinggal Suaminya merantau

Istri adalah wanita yang telah menikah atau dinikahi oleh seorang laki-laki.⁵

Suami adalah laki-laki yang menikahi seorang perempuan.⁶

Adapun istri yang ditinggal suaminya merantau yang dimaksud disini adalah para istri yang ditinggalkan suaminya bekerja ditempat lain dalam rentang waktu yang cukup lama.

Adapun karakteristik para istri disini adalah beragama islam, menikah (masih bersuami), lamanya ditingggal, suaminya merantau.

B. LATAR BELAKANG MASALAH

Dalam sebuah komunitas masyarakat yang berbudaya dapat ditemukan di dalamnya adat kebiasaan tertentu yang terpelihara, termasuk di antaranya adat kebiasaan merantau. Menurut pengamatan penulis Adat kebiasaan

⁴ Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi* (Jakarta: FKUI, 2004) Hal 18

⁵ Yulius S, *Kamus Baru Bahasa Indonesia* (Surabaya: Usaha Nasional, 1948) Hal 81

⁶ *Ibid*, Hal 245

merantau sebagai produk budaya tentu saja dianggap baik dan layak untuk dipelihara dan dilestarikan, meskipun tidak tertutup kemungkinan timbulnya eksese negatif bagi pihak tertentu. Misalkan para istri yang ditinggalkan suaminya merantau. Kebiasaan merantau disebabkan oleh beberapa faktor. Di samping faktor adat kebiasaan, faktor lain yang menentukan adalah faktor ekonomi.

Pasca krisis multi dimensi yang melanda bangsa Indonesia mengakibatkan minimnya kesempatan kerja di kota dan di pedesaan baik di sektor formal maupun non formal yang mayoritas digeluti oleh tenaga kerja di pedesaan mengakibatkan tingginya tingkat persaingan kerja. Kondisi yang demikian mendorong tenaga kerja (baca: Suami) mencari pekerjaan di tempat lain atau merantau.

Di samping dampak positif yang ditimbulkan terdapat juga eksese negatif yang tidak dapat dihindarkan dari kebiasaan merantau utamanya dampak kecemasan yang dialami para istri yang ditinggalkan dalam rentang waktu yang cukup lama. Perasaan cemas biasanya muncul sebagai respon seseorang terhadap stresor psikososial yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan yang diduga akan merugikan atau akan mengancam jiwa manusia di mana manusia merasa tidak berdaya untuk menghadapinya. Pada gejala kecemasan, gejala yang dikeluarkan penderita dan didominasi oleh keluhan-keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran tetapi dapat pula disertai keluhan-keluhan fisik).

Dengan menempatkan Allah di hati dan di setiap tindakan, maka tidak ada alasan bagi manusia untuk merasa cemas, takut dan was-was terhadap akan apa yang akan terjadi. Penyebab dari perwujudan keimanan manusia terhadap sang Khaliq, Semakin tinggi keimanan seseorang semakin tinggi pula ikhtiar dan tawakalnya kepada Allah, demikian pula sebaliknya.

Bagi para istri yang tawakal dan kuat keimanannya, perilakunya cenderung pada arah kebaikan. Mereka dengan sabar menanti dan selalu berprasangka baik kepada suaminya menjadikan si istri lebih istiqomah dan kuat sehingga mereka bisa merawat anak-anaknya tanpa didampingi suami.

Dengan demikian tawakal itu sangat penting, karena tawakal adalah sikap pasrah kepada ketentuan Allah setelah melakukan usaha keras dan sungguh-sungguh dengan segala cara yang halal. Bila kita mengalami rintangan, cobaan dan kesulitan untuk memperoleh kehidupan (rezeki) sehingga hidup kita susah, hendaklah kita melakukan introspeksi, apakah kita memiliki jiwa dan semangat yang tangguh atautkah dalam kehidupan dengan keraguan dan kemalasan. Kalau memang faktor yang terakhir yang sering menghinggapi kita maka buang sifat buruk tersebut dan tetapkan dalam hati sejak dini dengan sikap tawakal niscaya kita akan menemukan peluang dan jalan pintu rezeki serta kelapangan hidup.

C. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas penulis mengambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengamalan tawakal para istri desa pamoyanan kecamatan kadipaten yang ditinggal suaminya merantau
2. Bagaimana tingkat kecemasan para istri?
3. Apakah ada hubungan antara pengamalan tawakal dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau ?

D. TUJUAN PENELITIAN

Dengan berdasarkan rumusan masalah penelitian, maka penelitian mempunyai tujuan sebagai berikut :

1. Ingin mengetahui pengamalan tawakal para istri yang ditinggal suaminya merantau
2. Ingin mengetahui tingkat kecemasan
3. Ingin mengetahui hubungan antara tawakal dengan kecemasan

E. KEGUNAAN PENELITIAN

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan sebagai sarana informasi ilmiah dan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu dakwah khususnya bidang bimbingan dan penyuluhan islam dalam membantu menyelesaikan masalah keluarga.

2. Secara Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi para da'i dan dai'yah khususnya konselor untuk membimbing para istri menjadi individu yang solehah.

F. KERANGKA TEORITIK

1. Tinjauan tentang tawakal

a. Pengertian Tawakal

Tawakal artinya berserah diri kepada Allah setelah berusaha sekuat tenaga dan fikiran dalam mencapai suatu tujuan⁷

Menurut Abu Ayyub tawakal ialah bersemangat dalam beribadah dan selalu menggantungkan hatinya kepada Allah, dan menerima atas segala pemberian Allah (merasa cukup dengan sesuatu yang dimilikinya)⁸

Tawakal bagi orang muslim yang meniti jalan kepada Allah merupakan kebutuhan pokok, terutama dalam masalah rezki, yang biasanya memasygulkan fikiran dan hati manusia. Membuat badan menjadi letih, jiwa menjadi kusut, gelisah pada waktu malam hari dan berpayah-payah pada waktu siang. Bahkan adakalanya di antara mereka ada yang mengorbankan jiwa dan menjual kehormatan dan membungkukkan kepala, hanya untuk mendapatkan sesuap kehidupan, yang dikira ada tangan makhluk lain seperti dirinya. Sehingga kalau

⁷ Ust Labib MZ, *Jalan Menuju Ma'rifat* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2003) Hal 71

⁸ *Ibid*, hal 74

berkenan dia bisa menahannya. Tidak dapat diragukan, masalah rezki ini telah membuat manusia menjadi gelisah dan cemas, namun orang-orang yang bertawakal kepada Allah telah melepaskan diri dari urusan ini. Mereka merasa tenang, karena rezki sudah ditetapkan menurut bagian masing-masing.

Bukan berarti mereka mengabaikan upaya mencari rezki. Mereka tetap berusaha dan mengeluarkan jerih-payahnya. Mereka merasa senang, karena tak seorangpun akan memakan bagian rezkinya, sebagaimana mereka tidak akan memakan bagian rezeki orang lain.

Tidak mengherankan jika al-Qur'an menaruh perhatian terhadap tawakal, ataupun berupa penjelasan tentang keutamaan dan pengaruhnya di dunia dan akhirat seperti firman-Nya dalam surat Hud 123:

وَلِلّٰهِ غَيْبُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَيْهِ يُرْجَعُ الْأَمْرُ كُلُّهُ فَاعْبُدْهُ وَتَوَكَّلْ عَلَيْهِ وَمَا رَبُّكَ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ {١٢٣}

Artinya: *“Dan kepunyaan Allahlah yang gaib di langit dan di bumi dan kepada-Nya lah dikembalikan urusan-urusan semuanya maka sembahlah dia dan bertawakallah kepada-Nya dan sekali-kali Rabbmu tidak lalai dari apa yang kalian kerjakan. “ (Hud :123)⁹*

Tawakal ialah menyerahkan diri kepada alloh dan berpegang teguh kepadanya.¹⁰

Syara membagi tawakal atas dua jenis yaitu:

⁹ DEPAG, *Alquran dan Terjemahannya* (Semarang: CV ALWAAH, 1993) Hal 346

¹⁰ Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddiki, *Al-Islam 1* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000) Hal 534

1. Menyerahkan kepada Allah pada pekerjaan-pekerjaan yang mempunyai sebab dan *illat*.
2. Menyerahkan diri kepada Allah pada pekerjaan-pekerjaan yang tidak mempunyai sebab dan *illat*.¹¹

Menyerahkan diri pada pekerjaan-pekerjaan yang mempunyai sebab-sebab adalah mengusahakan berhasil sebab-sebab itu dan mewujudkan illat-illatnya. Sesudah itu, barulah menyerahkan diri kepada Allah pada sebab yang tidak nyata atau kemungkinan datangnya halangan-halangan.¹²

Firman Allah

...وشاورهم في الأمر فإذا عزمت فتوكل على الله...

Artinya: ... Dan bermusyawarahlah dengan mereka pada setiap urusan, apabila engkau telah berketetapan hati, maka menyerah dirilah engkau kepada Allah... (QS. Ali Imran: 159)¹³

Pada ayat ini Allah meletakkan tawakal sesudah kita berembuk dengan luas dan dalam dengan semasak-masaknya, dalam memecahkan sesuatu urusan atau masalah dan telah mendapat kata sepakat untuk melaksanakannya, barulah kita bertawakal.

Ringkasnya tawakal diharuskan di ketika keadaan diluar kemampuan manusia untuk merubahnya dan tidak diharuskan semasih ada kemungkinan dan kemampuan untuk mengubahnya. Orang-orang yang

¹¹ *Ibid*, Hal 534

¹² *Ibid*, Hal 534

¹³ DEPAG, *Opcit*, Hal 103

pasrah dan tidak berusaha, hanya semata-mata mendakwa bertawakal kepada Alloh, adalah orang –orang yang dusta. Dengan demikian jelaslah bahwa tawakal tidak melahirkan sifat. Ia menggerakkan kemauan dan semangat untuk berupaya.

Oleh karena itulah, Alloh memerintahkan kita berikhtiar lebih dahulu kemudian barulah kita menyerahkan diri (bertawakal) kepadanya. Dengan cara inilah, Islam mengumpulkan maslahat jasmani dan maslahat rohani.

b. Hakekat tawakal

1) Hakekat tawakal menurut Al-Ghozaly

Al-Imam Al-Ghozali berkata dalam *Al-Ihya*, dalam menjalankan hakekat tauhid yang merupakan dasar tawakal, "Ketahuilah bahwa tawakal itu termasuk masalah iman. Sedangkan semua masalah iman tidak bisa tersusun kecuali dengan ilmu, keadaan dan amal. Tawakal juga bisa tersusun dari ilmu yang merupakan dasar, dan amal yang merupakan buah dan keadaan yang merupakan kehendak atas nama tawakal¹⁴

Jadi jelaslah bahwa tawakal meliputi tiga sisi yaitu sisi pengetahuan, sisi perasaan, dan sisi tentang perbuatan, yang disebut amal

¹⁴ Yusuf Al-Qaradhawi, *Tawakal* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1996) Hal 35

2) Hakekat tawakal menurut Ibnu Qoyyim dan tingkatan-tingkatannya

Pada hakekatnya tawakal adalah suatu keadaan yang tersusun dari beberapa hal, sehingga hakekat tawakal ini tidak bisa menjadi sempurna kecuali dengan susunan beberapa hal itu. Hal tersebut dinamakan tingkatan-tingkatan. Tingkatan-tingkatannya sebagai berikut:

- a) Mengetahui Rabb dengan segala sifat-sifat-Nya, seperti Ke-Esaan, Perlindungan, Kemandirian, kembali segala sesuatu kepada ilmu-Nya, dan lain-lainnya. Pengetahuan tentang hal ini merupakan tingkatan pertama yang diletakkan hamba sebagai pijakan kakinya dalam masalah tawakal.
- b) Kemantapan hati dalam masalah tauhid. Tawakal seseorang tidak baik kecuali jika tauhidnya benar. Bahkan hakekat tawakal adalah tauhid didalam hati. Selagi didalam hati ada belitan-belitan syirik, maka tawakalnya cacat dan ternoda. Seberapa jauh tauhidnya bersih, maka sejauh itu pula tawakalnya benar.
- c) Menyandarkan hati dan bergantung kepada Allah, sehingga tidak ada lagi kekhawatiran karena bisikan sebab di dalamnya, sebab penyandaran hati dan kebergantungannya kepada Allah mampu membentenginya dari ketakutan.
- d) Berbaik sangka kepada Allah, Se jauh mana baik sangkamu kepada Rabb dan harapanmu kepada-Nya, maka sejauh itu pula

tawakalmu kepada-Nya. Maka sebagian ulama menafsir tawakal dengan baik sangka kepada Allah.

- e) Menyerahkan hati kepada Allah
- f) Pasrah, yang merupakan ruh tawakal, inti dan hakekatnya. Maksudnya memasrahkan semua urusan kepada Allah tanpa ada tuntutan dan pilihan, tidak ada kebencian dan keterpaksaan.¹⁵

Hakekat tawakal menurut Imam Abul Qosyim Al-Junaedi Al-Baghdadi, Hakekat dari tawakal ialah merasa bahwa adanya dan tidak adanya sesuatu itu semata-mata merupakan kehendak dan kekuasaan Allah, dan hanya karena Allah lah adanya segala sesuatu¹⁶

c. Medan Tawakal dan hal-hal yang berkaitan dengannya.

Medan tawakal amat luas dan hal-hal yang berkaitan dengannya mencakup segala apapun yang dituntut manusia dan yang diinginkannya dari berbagai urusan dunia serta agama.

1) Tawakal dalam urusan rezeki

Jika disebutkan kata tawakal, tidak ada yang tidak terlintas dibenak kebanyakan orang kecuali rezeki. Dengan kata lain, dia bertawakal kepada Allah dalam masalah rezeki. Sebagaimana firman Allah dan hadits Nabi sebagai berikut :

¹⁵ *Ibid*, Hal 37-39

¹⁶ Ust Labib MZ, *Jalan Menuju Ma'rifat* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2003) Hal 74

وَمَآ مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا

Artinya: “Dan tidak ada suatu binatang melatapun dibumi melainkan Allahlah yang memberi rezekinya” (Hud: 6)¹⁷

لَوْ أَنْكُمْ تَتَوَكَّلُونَ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوَكُّلِهِ لَرِزَقَكُمْ كَمَا يُرْزَقُ الطَّيْرَ تَعْدُو خَمَاصًا وَتَرْوَحُ بِطَانًا.

Artinya: “Sekiranya kamu bertawakal(menyerahkan diri) kepada Allah dengan sebenar-benarnya tawakal, tentulah Allah akan merezekikan kamu, sebagaimana Allah telah merezekikan burung-burung, ia pergi dengan perut yang lapar dan pulang dengan perut yang kenyang” (HR: at Tarmuzi dan Ibnu Majah)¹⁸

Jadi jelaslah bahwa Islam dalam perintahnya agar umat

berusaha dan beramal di jalan yang diridhoi, Allah mewajibkan pula agar usaha dan amal itu dikerjakan sembari bertawakal kepada Allah SWT. Maksudnya agar orang yang berusaha dan beramal itu mempunyai harapan yang lebih besar mendorong semangat dan kemauan bekerja keras dan terhindar dari perasaan putus asa.

2) Tawakal dan masalah keduniaan yang lain.

Sekalipun rezeki merupakan masalah yang sangat urgen bagi kebanyakan orang, tetapi rezeki itu bukan segala-galanya dari urusan dunia yang dituntut manusia, sebab disana juga ada tuntutan terhadap istri, yang juga termasuk tuntutan keduniaan yang sangat urgen. Disebutkan dalam hadits shahih

¹⁷DEPAG, *Opcit*, Hal 327

¹⁸ Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddiqi, *Opcit*, Hal 540

الدنيا متاع وخير متاعها المرأة الصالحة (رواه احمد
ومسلم والنسائي)

Artinya: “Dunia ini adalah perhiasan, dan sebaik-baiknya perhiasan adalah wanita shalihah.” (HR Muslim, ahmad dan An-nasa’i)¹⁹

Adapula yang menuntut keturunan, yang juga termasuk kesenangan dan buah hati baginya, yang bisa mewarisi sepeninggalnya. Bahkan ini merupakan tuntutan yang di syari’atkan, diseru pada nabi dan orang-orang shaleh.

3) Tawakal dalam urusan Agama.

Tetapi disana ada yang lebih besar dari semua ini, yaitu siapa yang tawakal kepada Allah, hingga akhirnya Allah menuntun tangannya dan menolongnya untuk meniti jalan yang lurus, meneguhkannya dan menjadikannya termasuk orang-orang yang berkata, “Allah adalah Rabb kami”, lalu mereka istiqomah. Allah juga akan menyingkirkan perintang-perintang jalan yang berupa nafsu diri sendiri, syetan, keduniaan dan manusia. Sebagaimana dikatakan seseorang hamba yang shaleh, “aku diuji dengan empat perkara, yang melemparkan diriku layaknya anak panah yang lepas dari

¹⁹ Yusuf Al-Qaradhawi, *Opcit*, Hal 47

busurnya, yaitu iblis, keduniaan, nafsu diri sendiri dan makhluk. Ya Rabbi, hanya Engkau yang berkuasa membebaskan diriku.²⁰ Ada lagi kaitan-kaitan tawakal yang lebih tinggi dari kedudukan ini, yaitu kedudukan orang yang bertawakal kepada Allah dengan meninggikan kalimatnya, menolong dakwah, menguatkan sariat, menyampaikan risalah, berjihad menghadapi musuh Islam, menacapkan agama-Nya di bumi, sehingga yang benar menjadi benar, yang batil menjadi batil, keadilan menjadi tegak, kezaliman tersingkirkan, manusia keluar dari kegelapan menuju terang benderang.

d. Buah Tawakal Kepada Allah

a). Kesenangan dan ketentraman

Buah yang pertama adalah ketenangan jiwa dan ketentraman hati yang dirasakan orang yang bertawakal kepada Rabb-Nya.

b). Kekuatan

Diantara buah tawakal adalah kekuatan yang dirasakan orang yang bertawakal kepada Allah, yaitu berupa kekuatan spiritual dan jiwa.

c). Keperkasaan

Buah dari tawakal adalah keperkasaan, yang bisa dirasakan orang yang bertawakal kepada Allah.

²⁰ *Ibid*, Hal 49

d). Ridha

Buah tawakal kepada Allah adalah Ridha, yang dengannya dada dan hati menjadi lapang.

e). Harapan.

Diantara buah tawakal adalah harapan memperoleh keberuntungan yang diminta, keselamatan, keadilan, kemenangan kebenaran.²¹

e. Pendorong-pendorong tawakal

Setiap amal dari amal-amal hati mempunyai pendorong-pendorong yang memberinya sugesti dan mendukungnya. Diantara pendorong-pendorong tawakal dan yang membantunya adalah sebagai berikut:

1). Mengetahui Allah dengan Asmaul-Husna-Nya

Pendorong yang pertama adalah mengetahui Allah dengan baik dengan Asmaul Husna dan sifat-sifat-Nya yang tinggi. Barang siapa mengetahui Allah sebagai Rabb yang Pengasih dan Penyayang, yang perkasa, bijaksana, mendengar, mengetahui, dan sebagainya, tidak ada sesuatupun yang tersembunyi dari pengetahuan-Nya. Tidak ada sesuatupun yang membuat-Nya lemah, bisa berbuat apapun apa yang Dia inginkan dan kehendaki di masa lalu ataupun yang akan datang. Maka dia tentu merasa terdorong untuk bersandar dan bertawakal kepada-Nya.

²¹ *Ibid*, Hal 133-146

2). Percaya kepada Allah.

Percaya kepada Allah merupakan buah pengetahuan, jika seseorang mengetahui Allah dengan sebenar-benarnya, tentu dia akan percaya kepada-Nya secara utuh. Jiwanya menjadi tenang dan hatinya menjadi tentram

3). Mengetahui diri sendiri dan kelemahannya.

Faktor ketiga yang mendorong seseorang kepada tawakal adalah mengetahui kelemahan fitriyahnya, ketidakmampuan dirinya dan keterbatasan ilmu kehendak dan kekuasaannya.

4). Mengetahui keutamaan tawakal dan keadaan orang-orang yang bertawakal serta bergaul dengan mereka.

Diantara pendorong tawakal adalah mengetahui keutamaan tawakal, keutamaan orang-orang yang bertawakal, apa yang dikhususkan Allah dan Rosul-Nya kepada mereka berupa pujian yang baik, apa yang dijanjikan Allah kepada mereka berupa balasan yang baik didunia dan di akhirat. Buah-buah tawakal yang baik dalam kehidupan individu dan sosial sebagai kesudahan tawakal.²²

2). Tinjauan Tentang Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan

²² *Ibid*, Hal 151-162

berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh. Perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal.²³

Kecemasan adalah semacam rasa takut atau rasa khawatir yang sering timbul pada kebanyakan orang. Ketakutan dan kekhawatiran ini timbul biasanya karena menghadapi hal-hal yang belum diketahui atau belum dialami²⁴

Kecemasan dapat diartikan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustrasi) dan pertentangan (konflik). Lebih lanjut dikatakan bahwa kecemasan itu mempunyai segi yang disadari seperti: cemas, takut, terkejut, tidak berdaya, rasa berdosa atau bersalah, terancam, dan sebagainya. Adanya segi-segi yang terjadi diluar kesadaran atau tak jelas, seperti orang merasa takut tanpa mengetahui sebabnya ia menjadi cemas dan tidak bisa menghindari perasaan yang tidak menyenangkan.²⁵

Dari beberapa pendapat para ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari proses emosi yang bercampur baur ketika ia mengalami tekanan perasaan dan pertentangan. Dimana hal ini ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan

²³ Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi* (Jakarta: FKUI, 2004) Hal 18-

²⁴ Suardiman, *Menuju Ke Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Percetakan Studing, 1986) Hal 50

²⁵ Zakiyah Darajat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1976) Hal 27

akibat dari dorongan-dorongan dari dalam ataupun dari luar dan dikuasai oleh urat syaraf otonom.

Firman Alloh

أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفَ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ. الَّذِينَ ءَامَنُوا
وَكَانُوا يَتَّقُونَ

Artinya: *Ingatlah sesungguhnya wali-wali Alloh itu tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula mereka bersedih hati. (Yaitu) orang-orang yang beriman dan mereka selalu bertakwa. (Yunus: 62-63).*²⁶

Demikianlah pencerminan sikap para wali-wali Alloh, mereka adalah orang-orang yang beriman dan selalu bertakwa, dan mereka sungguh-sungguh bersemangat dalam beribadah dan bersungguh-sungguh pula dalam menyerahkan sepenuhnya kepada Alloh atas segala apa yang terjadi pada dirinya.

b. Jenis-jenis Kecemasan

Sigmund Freud membatasi jenis-jenis kecemasan yaitu sebagai berikut:

- 1). Realitas atau objektif disebabkan hubungan ego dan dunia eksternal artinya berhubungan dengan respon ego terhadap bahaya dari luar individu.

²⁶ DEPAG, *Opcit*, Hal 316

- 2). Neoritik bersumber pada hubungan ego dengan IQ artinya stimulus pemicu semua ekspresi dari kecemasan neoritik benar-benar dari dalam.
- 3). Moral bersumber pada hubungan ego dan super ego artinya sebagai perasaan bersalah atau malu dianggap sebagai rasa takut terhadap hukuman atau super ego untuk kegagalan mengikuti standar perilaku moral sesuai dengan ketentuan super ego.²⁷

c. Komponen Kecemasan

Kecemasan memiliki 4 komponen sebagaimana ketakutan yaitu sebagai berikut:

- 1). Kognitif menunjukkan kondisi terhadap objek yang akan mengena dirinya.
- 2). Somatik meliputi reaksi-reaksi tubuh terhadap obyek.
- 3). Emosional, meliputi perasaan cemas, tidak aman dan panik.
- 4). Motorik, menunjukkan pada dua tindakan umum yang dilakukan bila menghadapi kecemasan atau mencoba menghadapi dan mengatasinya.²⁸

2. Hal-hal yang menyebabkan kecemasan

Steiner dan Gebser menyatakan bahwa penyebab kecemasan itu bermacam-macam yaitu:

²⁷ G. Lindzey and Aronson, *The Handbook of Sosial Psycology, Volume one and five*, Skripsi Nunin Sugiarti Tidak Diterbitkan khusus UIN Sunan Kalijaga (New Delhi: Addison-Wesley Publishing Company, 1995) hal 21

²⁸ D.L. Rosenhan dan M.E.P Seligman, *Abnormal Psycology*, Skripsi Nunin Sugiarti Tidak Diterbitkan khusus UIN Sunan Kalijaga (New York: W.W Norton and Company, 1989) Hal 21

- 1). Takut menjadi sakit
- 2). Tua
- 3). Mati
- 4). Tidak mempunyai tempat tinggal
- 5). Kehilangan kekayaan
- 6). Krisis ekonomi dan politik.
- 7). Tidak mendapat penyaluran sosial, dan sebagainya.²⁹

Menurut Tillich obyek satu-satunya dari kecemasan adalah perasaan terancam itu adalah *nothingness*. Sesuatu yang tidak dikenal merupakan *non being* yang mempunyai lawan *being*³⁰.

Menurut Branca bahwa orang yang mengalami kecemasan akan merasa tidak bahagia, tegang, selalu khawatir, ketika menghadapi masalah tidak tahu apa yang harus dilakukan, takut terhadap masa yang akan datang, mengalami gangguan penyesuaian, melihat diri kurang mampu dibandingkan orang lain, meerasa kurang berharga dan merasa gagal sebelum melakukan sesuatu.³¹

Gebser dan Stainer berpendapat bahwa orang mengalami kecemasan merasa tidak mempunyai waktu hidupnya di batasi waktu

²⁹ Erina.S.Bidari, *Hubungan Antara Tingkat Solat Dengan Kecemasan Terhadap Neurotice Pada Remaja Yang Beragama Islam*, Skripsi (Yogyakarta: tidak Diterbitkan Khusus Fak Psikologi UGM, 1989) Hal 17

³⁰ Arif Wibisono Adi, *Hubungan Solat Dengan Kecemasan, cet 3* (Jakarta: Studio Press, 1994) Hal 33-34

³¹ Erina.S.Bidari, *Opcit*, Hal 19

mekanis sering mimpi buruk, kehilangan keseimbangan, perut kram, dan pusing.³²

Menurut Lazarus bahwa secara tradisional kecemasan mempunyai dua arti, yaitu:

1). Kecemasan daripadanya suatu respon

Kecemasan yang dipandang suatu respon merupakan semua respon atau reaksi terhadap pengalaman atau kondisi tertentu, yang diketahui dari apa yang dikatakan, bagaimana tingkahlaku atau perubahan fisiologisnya

2). Kecemasan daripadanya suatu intervening variabel

Kecemasan yang dianggap intervening variabel merupakan suatu reaksi hipotesis atau teoritis yang diakibatkan oleh beberapa stimulus dan mempunyai konsekuensi-konsekuensi tertentu atau dengan kata lain merupakan sesuatu yang mengantori antara stimulus dengan respon lainnya.³³

Menurut Gilmer kecemasan dibedakan menjadi dua, yaitu:

1) Kecemasan normal

Kecemasan normal adalah kecemasan yang derajatnya masih ringan, merupakan reaksi yang berperan sebagai pendorong ketika seseorang merasa tidak berdaya untuk memecahkan masalah.

³² *Ibid*, Hal 18

³³ *Ibid*, Hal 13

Kecemasan ini mendorong untuk belajar, untuk mengatasi masalah dan membantu seseorang untuk melawan dorongan hati yang ingin melarikan diri dari masalah.

2) Kecemasan abnormal

Kecemasan abnormal adalah kecemasan yang sudah kronis disebabkan oleh tekanan-tekanan karena adanya konflik internal. Berbagai macam tekanan tersebut membuat perasaan dan tingkah laku tidak berfungsi secara efisien dan selanjutnya menjadi panik.³⁴

Gejala kecemasan baik yang sifatnya akut maupun kronis merupakan komponen utama bagi hampir semua gangguan kejiwaan (psyciatrik disorder).

Secara klinis gejala kecemasan dibagi dalam beberapa kelompok yaitu:

- Gangguan cemas (anxiety disorder)
- Gangguan cemas menyeluruh (generalized anxiety disorder)
- Gangguan panik (panic disorder)
- Gangguan phobic (Phobic disorder)
- Gangguan obsesif kompulsif (Obsessive-compulsive disorder)³⁵

³⁴ *Ibid*, Hal 15

³⁵ Dadang Hawari, *Op cit*, Hal 63

Murray menerangkan bahwa tanda-tanda orang mengalami kecemasan yaitu gemetar, pucat, gagap, dan sering salah bicara.³⁶

3. Tipe kepribadian pencemas.

Seseorang akan menderita gangguan cemas manakala yang bersangkutan tidak mampu mengatasi Stressor psikososial yang dihadapinya. Tetapi pada orang-orang tertentu meskipun tidak ada stressor psikososial, yang bersangkutan menunjukkan kecemasan juga, yang ditandai dengan corak atau tipe kepribadian pencemas yaitu antara lain:

- a. Memandang masa depan dengan rasa was-was (khawatir)
- b. Kurang percaya diri, gugup apabila tampil dimuka umum.
- c. Sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain.
- d. Tidak mudah mengalah, suka ngotot
- e. Gerakan sering serba salah, tidak tenang bila duduk, gelisah.
- f. Sering mengeluh, khawatir berlebihan terhadap penyakit.
- g. Mudah tersinggung, suka membesar-besarkan masalah yang kecil
- h. Dalam mengambil keputusan sering diliputi rasa bimbang dan ragu
- i. Bila mengemukakan sesuatu atau bertanya seringkali diulang-ulang.
- j. Kalau sedang emosi sering kali bertindak histeris.³⁷

Menurut Cetel bahwa orang yang mengalami kecemasan merasa tidak dapat mengontrol dorongan, tidak menemukan kepuasan, merasa tidak

³⁶ Erina.S.Bidari, *Opcit*, Hal 18

³⁷ Dadang Hawari, *Opcit*, Hal 30

berdaya, kepribadian kurang terintegrasi, tidak yakin pada diri sendiri, menolak kritik dari oranglain, nilai moral tertanam tinggi.

4. Manifestasi Kecemasan

Hal yang dapat dipakai untuk mengukur atau mengidentifikasi adanya kecemasan yaitu dengan melihat beberapa bentuk manifestasi kecemasan yaitu sebagai berikut:

- a. Psikologis
- b. Fisiologis
- c. Sosial³⁸

Gilmer menguraikan bahwa individu yang mengalami kecemasan akan mengalami perubahan fisiologis, antara lain: sakit kepala, sakit punggung, sakit perut tidak dapat konsentrasi atau berpikir dan merasa lelah sepanjang waktu.³⁹

5. Kecemasan Para Istri

Kecemasan para istri merupakan suatu reaksi emosional yang mencakup perasaan subyektif dari ketidakenakan atau keprihatinan terhadap kosekuensi-konsekuensi yang mungkin terjadi akibat ditinggal suami merantau.

Masalah kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau perlu mendapat perhatian. Karena apabila dibiarkan dapat mempengaruhi tingklah laku seseorang. Setiap orang merindukan ketenangan dan kebahagiaan hidup.

³⁸ *Ibid*, Hal 30

³⁹ Erina.S.Bidari, *Opcit*, Hal 19

6. Hubungan antara Pemahaman Konsep Tawakal dengan Kecemasan para Istri yang ditinggal suaminya merantau.

Kecemasan seorang istri pada prinsipnya sama dengan kecemasan menghadapi musibah seperti bencana alam, menghadapi kematian yang bahwa keduanya mengandung rasa takut kehilangan kebahagiaan yang bersifat keduniaan.

Firman Alloh

وما نرسل المرسلين إلا مبشرين ومنذرين فمن آمن وأصلح فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون (٤٨)

Artinya: *Dan tidaklah kami mengutus para rasul itu melainkan untuk memberi kabar gembira dan memberi peringatan. Barangsiapa yang beriman dan mengadakan perbaikan maka tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.* (Al-Anam:48)⁴⁰

Hidup dengan berpegang teguh kepada aturan-aturan Allah dan dihayati oleh setiap individu akan memberikan kekuatan jiwa dalam dirinya dalam menghadapi cobaan dan tantangan hidup memberi bantuan moral dalam menghadapi krisis serta menumbuhkan sikap rela menerima kenyataan hidup sebagaimana telah ditakdirkan oleh Allah SWT, sehingga mendapat keseimbangan mental. Seperti para wali-wali Alloh yang mempunyai rasa tawakal yang telah mendarah daging dihati mereka yang menandakan kekuatan iman dan takwanya kepada

⁴⁰ DEPAG, *Opcit*, Hal 194

Alloh sehingga mereka bersungguh-sungguh beribadah dan berserah diri hanya kepada Alloh SWT.

Firman Alloh

...وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (٢٣)

Artinya: ... Dan hanya kepada Alloh Hendaknya kalian bertawakal, jika kalian benar-benar orang yang beriman.(Al-Maidah:23)⁴¹

Agama mampu memberikan rasa aman, rasa tidak takut atau cemas menghadapi persoalan hidup. Pemecahan masalah kehidupan melalui keagamaan akan meningkatkan kehidupan itu sendiri menuju nilai-nilai spiritual, sehingga individu akan memperoleh keseimbangan mental.

Seperti telah banyak disinggung diatas bahwa individu yang mengalami kecemasan akan merasa tidak bahagia, tegang, selalu khawatir ketika menghadapi masalah, tidak tahu apa yang harus dilakukan, takut terhadap masa yang akan datang sehingga individu yang mengalami kecemasan akan mengalami perubahan fisiologis. Berbeda dengan individu yang selalu bertawakal kepada Alloh, yang dirasakan hanyalah ketenangan dan ketentraman, mereka selalu bersemangat dalam beribadah dan selalu menggantungkan hatinya kepada Alloh, dan menerima atas segala pemberian Alloh.

⁴¹ *Ibid*, Hal 162

Salah satu cara Untuk mengatasi kecemasan adalah dengan terapi psikoreligius yaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan selalu melaksanakan sholat 5 waktu disertai dengan doa dan dzikir . Dengan ketaatan dan kekhusukan menjalankan perintah Allah akan menjadikan hati kita tenang, dan tentram serta merasa hidup ada artinya dengan dekat kepada Allah SWT.

G. HIPOTESIS

Dari paparan kerangka teoritik yang penulis kemukakan maka dapat dirumuskan hipotesa sebagai berikut: “ada hubungan negatif antara pengamalan tawakal dengan kecemasan para istri, dimana semakin tinggi pengamalan tawakal maka semakin rendah tingkat kecemasan para istri, semakin rendah atau kurang pengamalan tawakal maka semakin tinggi tingkat kecemasan para istri.

H. METODE PENELITIAN

1. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari subyek penelitian berupa daerah, manusia, gejala atau peristiwa.⁴²

Adapun yang menjadi populasi penelitian ini dapat dibedakan menjadi dua bagian yaitu:

⁴² Sutrisno Hadi, *Metode Penelitian Research, Jilid 1* (Yogyakarta: Andi Offset, 1987)

1) Populasi daerah

Populasi daerah yang dimaksud adalah seluruh wilayah Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten yang terdiri dari lima kampung, yaitu: Kampung Tagog, Pamoyanan, Cipanas, Pasung dan Tanjung.

2) Populasi Individu

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi individu adalah orang-orang yang memenuhi kriteria yaitu para istri yang ditinggal suaminya merantau, beragama islam, lamanya ditinggal (1 bulan, 2 bulan, > 3bulan).

Dalam hal ini penyusun merasa kesulitan untuk mendapatkan jumlah yang pasti dari populasi yang dimaksud. Dan tidak memungkinkan penyusun melakukan sensus. Berdasarkan monografi di kantor kepala desa pamoyanan terdiri dari 1758 kepala keluarga, sedangkan jumlah kepala keluarga yang merantau ada 105 kepala keluarga yang terdiri dari: kampung Cipanas 5 kk, kampung Pasung 24 kk, kampung Tanjung 30 kk, kampung Pamoyanan 19 kk, dan yang terakhir kampung Tagog ada 27 kk.

b. Sampel

Adapun yang menjadi sampel penelitian ini dapat dibedakan menjadi 2 bagian yaitu:

1) Sampel daerah

Dalam menentukan sampel daerah, digunakan metode area sampling, yakni menentukan sampel dengan menggunakan wilayah geografis sebagai titik tolak⁴³ Dari wilayah yang besar diambil sampel wilayah yang lebih kecil. Selanjutnya diambil lingkungan yang lebih kecil lagi, begitu selanjutnya.

Metode yang digunakan adalah dengan cara undian berdasarkan data monografi Desa Pamoyanan jumlah kepala keluarga yang merantau berjumlah 105 kepala keluarga, diambil 50% dan kampung yang terpilih adalah kampung Cipanas, Pasung, dan Pamoyanan.

2) Sampel Responden

Untuk menentukan sampel responden menurut Ari kunto dijelaskan bahwa:

“Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyek kurang dari 100 lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya apabila jumlah subyek besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih.”⁴⁴

Sampel responden diambil dari masing-masing kampung yang menjadi sampel daerah. Sampel dalam penelitian ini adalah para istri yang ditinggal suaminya merantau, beragama islam, dan lamanya ditinggal merantau. Sampel yang diambil dari 3 kampung

⁴³ Winarno Surahmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah* (Bandung: Tarsito, 1985) Hal 100

⁴⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1994) Hal 107

masing-masing adalah kampung Cipanas sebanyak 5 KK, kampung Pasung sebanyak 19 KK, dan kampung Pamoyanan sebanyak 24 KK semuanya berjumlah 48 responden.

2. Metode Pengumpulan Data

a. Angket

Angket digunakan untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian, dan untuk memperoleh informasi mengenai suatu masalah secara serentak.⁴⁵

Dalam penelitian ini menggunakan metode angket sebagai cara mengumpulkan data yaitu data mengenai hubungan antara pengamalan tawakal dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan angket tertutup atau pilihan dimana dalam angket tersebut telah disediakan jawabannya.

Skala atau angket ada 2 yaitu:

- * Skala pengamalan tawakal
- * Skala kecemasan apabila ditinggal suami merantau

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah penelitian terhadap benda-benda tertulis, atau dokumen. Analisa data merupakan hal yang penting dalam metode

⁴⁵ *Ibid*, Hal 14

ilmiah, karena dengan adanya analisa data tersebut akan memberi arti dan berguna untuk memecahkan masalah penelitian.

3. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Sebelum angket disebarkan kepada responden terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas dan uji reliabilitas ini dilakukan guna menyeleksi item-item yang layak untuk dijadikan sebagai alat pengukur dan diharapkan mampu mengungkap atau memberikan penjelasan terhadap masalah yang ingin diketahui.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen.⁴⁶ Uji validitas ini digunakan untuk mengetahui seberapa cermat suatu instrumen melakukan fungsi ukurnya. Instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi dan sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah.

Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur serta dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauhmana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud.

⁴⁶ *Ibid*, Hal 158

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan paket seri program statistik (SPS), modul psikometri 1, program analisis kesahihan butir, edisi Sutrisno Hadi dan Yuni Parmadiningsih, UGM, Yogyakarta, Versi IBM/Indonesia, dengan hak cipta © dilindungi UU.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.⁴⁷ Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.

Uji keterandalan instrumen dalam penelitian ini menggunakan paket SPS, modul psikometri 1, program uji keandalan teknik alpha croanbach, edisi Sutrisno Hadi dan Yuni Parmadiningsih, UGM, Yogyakarta, Versi IBM/Indonesia, dengan hak cipta © 1998 dilindungi UU.

4. Metode Analisa Data

Langkah-langkah yang penulis lakukan dalam menganalisa data adalah sebagai berikut:

⁴⁷ *Ibid*, Hal 168

a. Editing

Yaitu data-data yang telah terkumpul dikoreksi kembali dan dilengkapi apabila masih ada kekurangan atau keragu-raguan.

b. Scoring

Setelah data diedit yang dilakukan adalah memberi skor dari masing-masing jawaban dari item-item.

Adapun skor dari item-item yang favourable jawaban a= 3, b= 2, c= 1 dan d = 0. dan untuk Unfavourable jawaban a= 0, b= 1, c= 2, dan d = 3

c. Tabel frekuensi dan tabulasi silang

Selanjutnya data diolah dengan menggunakan tabel frekuensi dan tabulasi silang untuk variabel tingkat pemahaman konsep tawakal dan kecemasan para istri.

d. Analisa Kuantitatif Dengan Alat Statistik

Untuk menguji hipotesa dalam penelitian ini digunakan analisa statistik dengan “Product Moment” dari Pearson, sehingga akan diketahui antara variabel bebas dan variabel terikat.

Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N\sum x^2 - (\sum x)^2][N\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Angka indeks korelasi “r” Product Moment

N = Banyaknya subyek

Σxy = Jumlah hasil perkalian antara skor x dan y

Σx = jumlah seluruh skor x

Σy = Jumlah seluruh skor y

5. Variabel penelitian yang diajukan adalah :

- a. pemahaman konsep tawakal
- b. Tingkat kecemasan para istri

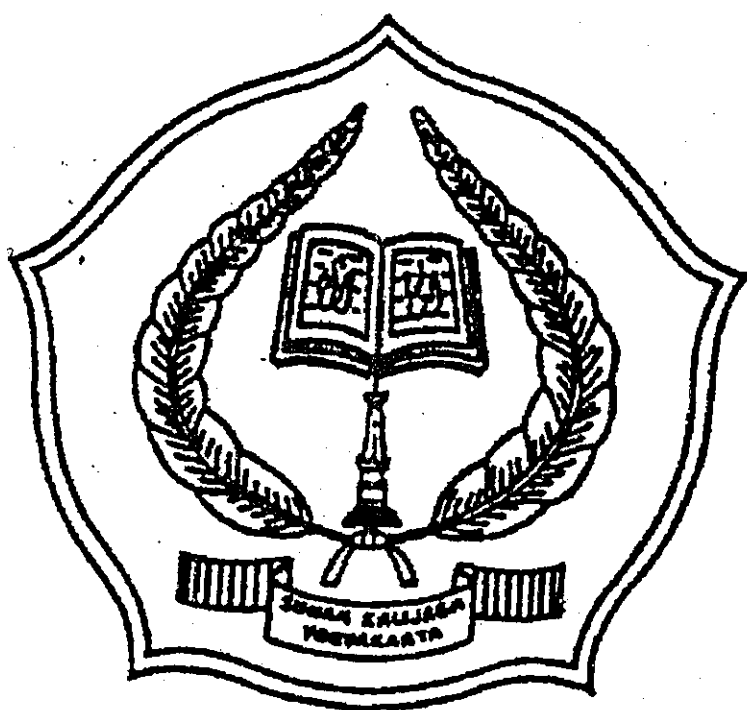
I. Sistematika Pembahasan

Bab I : Berisi Pendahuluan yang terdiri dari penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kerangka teoritik, hipotesis, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II: Berisi gambaran umum desa Pamoyanan yang terdiri dari letak geografis, keadaan penduduk, keadaan ekonomi, keadaan agama, keadaan sosial budaya.

Bab III: Berisi persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, gambaran Responden, hubungan antara pemahaman konsep tawakal dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau, dan pembahasan.

Bab IV: Berisi Kesimpulan dan saran-saran.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan selengkapnya dari uraian-uraian yang telah penulis kemukakan di atas adalah sebagai berikut :

1. Rata – rata pengamalan tawakal yang dimiliki para istri yang ditinggal suaminya merantau di Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten adalah sedang, karena antara yang tinggi dan rendah dengan yang sedang masih banyak yang sedang pengamalan tawakalnya.
2. Kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau di Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten adalah sedang, ini dapat dilihat dari semakin baiknya pengamalan tawakal para istri di wilayah tersebut.
3. Hubungan antara pengamalan tawakal dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau di Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten ada hubungan negatif signifikan, dimana semakin tinggi pengamalan tawakal maka semakin rendah kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau.

B. Saran-Saran

1. Bagi Lembaga Keagamaan
 - Kepada masyarakat Islam khususnya di Desa Pamoyanan hendaknya lebih meningkatkan kegiatan di bidang keagamaan, untuk lebih

memperbanyak kegiatan-kegiatan yang sifatnya mendorong masyarakat untuk selalu mendekatkan diri pada Allah SWT.

2. Bagi Masyarakat

- Kepada para istri di Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten agar supaya lebih meningkatkan ibadahnya karena dengan selalu mendekatkan diri kepada Allah SWT jiwanya akan tenang dan pasrah dalam menghadapi cobaan hidup apapun.
- Apabila Manusia selalu ingat kepada Alloh, segala sesuatunya diserahkan hanya kepada Alloh, hati dan jiwanya akan tenang dan tentram

3. Bagi peneliti selanjutnya

- Untuk penelitian selanjutnya dapat di pilih subjek penelitian yang lebih luas, misalnya pada kelompok lain untuk diperbandingkan hasilnya.
- Hendaknya terdapat penelitian yang tergerak hatinya untuk menyelidiki hubungan antara prinsip-prinsip agama dengan lainnya, seperti halnya tawakal dengan faktor-faktor psikologi lain di samping kecemasan.
- Hendaknya diadakan penelitian yang menyelidiki hubungan antara pengamalan tawakal dengan aspek-aspek yang lebih terperinci, misalnya dengan komponen-komponen kecemasan pada tes kecemasan yang sesuai dengan peraturan tes baku kecemasan. Dalam penelitian ini penulis hanya memperhatikan skor total yang secara umum dari pengukuran tes kecemasan, tidak ditinjau dari komponen-komponen secara detil.

C. Kata Penutup

Puji syukur yang penulis haturkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya karya tulis ilmiah ini dapat terwujud meski harus melalui liku-liku yang panjang serta menuntut keteguhan, kesabaran, dan ketegasan.

Penelitian skripsi dengan judul “Hubungan antara pengamalan tawakal dengan kecemasan para istri yang ditinggal suaminya merantau di Desa Pamoyanan Kecamatan Kadipaten Kabupaten Tasikmalaya” semata-mata hanya ingin mengetahui sejauhmana hubungan antara keduanya, jika diukur dengan subyek masyarakat di sana, dan selain itu juga hanya ingin mengetahui sejauhmana tingkat pengamalan tawakal mereka dan sejauhmana kecemasan ditinggal suami merantau yang mereka punyai, bukan untuk maksud lain.

Hampir dapat dipastikan bahwa apa yang penulis sajikan ini masih jauh dari sempurna. Demikian juga dengan skripsi ini tentu tidak akan luput dari kekurangan, dan kesalahan, maka kritik dan saran sangat penulis harakan dari semua pembaca.

Akhirnya, semoga karya tulis ilmiah ini, dapat membawa manfaat bagi penulis khususnya dan bagi perkembangan ilmu pengetahuan dibidang bimbingan dan penyuluhan Islam.

Amin

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono, *Statistik Pendidikan Suatu Pengantar*, Jakarta: Rajawali Press, 1989.
- Arif Wibisono Adi, *Hubungan Solat Dengan Kecemasan* Cet III, Jakarta Studio Press, 1994.
- D.L. Rosenhan dan M.E.P. Seligman, *Abnormal Psycology*, Skripsi, New York: W.W. Norton and Company, 1989
- Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*, Jakarta: FKUI, 2004.
- Dep P dan K, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1989.
- DEPAG, *Al Quran dan Terjemahannya*, Semarang: CV. ALWAAH, 1993.
- Erina. S. Bidari, *Hubungan Antara Tingkat Solat Dengan Kecemasan Terhadap Neurotic Pada Remaja yang Beragama Islam*, Skripsi, Tidak diterbitkan khusus Fak Psi UGM, 1989.
- G.Lindzay and E.Arnsen, *The Handbook of Social Psycology, Volume one and five*, Skripsi, New Delhi: Addison-Wesley Publishing Company, 1975.
- Hasan Shadily, *Ensiklopedi Indonesia 4*, Jakarta: Gramedia Printing Division, 1983.
- Lis Novitasari, *Hubungan Antara Tingkat Pengamalan Solat Dengan Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Bencana Gunung Merapi*, Skripsi, Tidak Diterbitkan Khusus Fakultas Dakwah, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2002.
- Nunin Sugiarti, *Hubungan Antara Tingkat Kedisiplinan Solat Dengan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Usia Lanjut (Lansia)*, Skripsi, Tidak Diterbitkan Khusus Fakultas Dakwah, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2003.
- Suardiman, *Menuju Ke Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Percetakan Studing, 1986.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Rineka Cipta, 1994.
- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* Jilid I, Jogjakarta: Andi offset, 1987.
- Tengku Muhammad hasbi As-Shidiqi, *Al Islam I*, Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2001.

Ust Labib MZ, *Jalan Menuju Ma'rifat*, Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2003.

Walgito Bimo, *Psikologi Sosial*, Yogyakarta: Andi Offset, 1994.

Winarno Surahmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Bandung: Tarsito, 1985

Yusuf Al-Qaradhawi, *Tawakal*, Jakarta: Pustaka Al Kautsar, 1996.

Zakiyah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976.

_____, *Kesehatan Mental* Cet 9, Jakarta: Gunung Agung, 1976.