

## **BAB II**

# **LANDASAN TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

### **A. Landasan Teoretis**

#### **1. Kecemasan**

##### **a. Pengertian kecemasan**

Kecemasan atau dalam bahasa Inggris “*anxiety*” berasal dari bahasa Latin “*angustus*” yang berarti kaku, dan “*ango, anci*” yang berarti mencekik.<sup>1</sup> Istilah kecemasan berasal dari kata *anxietas*, secara Bahasa berasal dari Bahasa Latin yaitu *ansxetas* diambil dari kata *angu* (sempit) yang menyerupai sesak nafas, kecemasan juga adalah gejala utama serangan kecemasan atau tersedak. Kecemasan adalah reaktivitas hiperemosional, depresi yang menumpulkan atau respons emosional yang sensitif terhadap konteks karier.

Cemas berasal dari bahasa Latin *anxiety* yang berarti kecemasan, merupakan suatu kata yang digunakan oleh Freud untuk menggambarkan suatu efek negatif dan keterangsangan.<sup>2</sup> Gejala awal *anxiety disorder* yang dirasakan penderita adalah perasaan gugup

---

<sup>1</sup> Gede Tresna, “Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian”, *Jurnal UPI* (online), 1 (2011), 93.

<sup>2</sup> Darmanto *kecemasan pada karir pendidikan* (Jatman:,2000), 37.

sehingga jantung berdegup kencang, kemudian tubuh dan pikiran seseorang akan sulit untuk di kendalikan emosi saat menghadapi suatu objek. Ketakutan dan kekhawatiran itu bisa membuat seseorang memiliki serangan panik (panic attack).

Kecemasan sebuah perasaan yang timbul ketika khawatir atau rasa takut pada sesuatu hal, rasa takut dan panik adalah hal yang manusiawi kecemasan semacam kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau kabur, dapat berupa perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa yang belum terjadi atau masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.<sup>3</sup> kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika 9 10 individu sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Berikut ini adalah pengertian kecemasan menurut para ahli :

- 1) Menurut Freud, “kecemasan adalah suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan

---

<sup>3</sup> Kartono, *Pathologi Sosial 2 “Kenakalan Remaja”*.( Jakarta: Raja Grafindo Persada. 1992,) 24

yang tidak menyenangkan ini sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan.”<sup>4</sup>

- 2) Menurut Nevid, “kecemasan (anxietas) adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.”<sup>5</sup>
- 3) Syamsu Yusuf dan Nurikhsan berpendapat bahwa “kecemasan pada dasarnya adalah suatu reaksi diri untuk menyadari suatu ancaman (threat) yang tidak menentu.”<sup>6</sup> Ancaman didefinisikan sebagai segala macam stimulus yang dapat menyebabkan otak memicu rasa takut, tidak percaya, gelisah atau ketidakberdayaan pada umumnya.<sup>7</sup>
- 4) Menurut Corey “kecemasan adalah keadaan tegang yang memotivasi kita untuk berbuat sesuatu.”<sup>8</sup>
- 5) Kecemasan merupakan suatu keadaan *aprehensi* atau keadaan khawatir yang di rasakan bahwa suatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak yang menimbulkan kecemasan, misalnya, ujian, kesehatan, relasi sosial, karakter, relasi internasional dan kondisi

---

<sup>4</sup> Anggota IKAPI, Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud (Yogyakarta: Kanisius, 2006),87.

<sup>5</sup> Jeffrey S. Nevid, Psikologi Abnormal, terj. Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia (Jakarta: Erlangga, 2005), 163.

<sup>6</sup> Syamsu Yusuf dan Juntika Nurikhsan, Landasan Bimbingan dan Konseling (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), 258

<sup>7</sup> Eric Jensen, Brain Based Learning *Pembelajaran Berbasis Kemampuan Otak* (Yogyakarta: pustaka Pelajar, 2008), 372

<sup>8</sup> Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, terj. E. Koeswara (T.t: PT Eresco, 1997), 17.

lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber be.ucap hidayat.

Dari beberapa pendapat diatas Kecemasan menurut Syamsulhadi adalah perasaan cemas yang sangat kurang menyenangkan yang bersifat difus, kadang-kadang samar-samar yang disertai satu atau lebih perasaan-perasaan di tubuh misalnya perasaan kosong di ulu hati, tertekan dada, jantung berdebar keras, berkeringat banyak, sakit kepala dan tiba-tiba terasa ingin buang air kecil, rasa tidak bisa istirahat dan keinginan untuk berpindah-pindah. Kecemasan yang dirasakan mempengaruhi kondisi fisik seseorang.

Kecemasan juga salah satu gangguan psikologis yang umum karena kompleks peran individu dan tanggung jawab yang beragam sehingga meningkatkan ketakutan pada kehidupan masa depan. Kecemasan emosional yang intensitasnya dikaitkan dengan pemikiran di masa depan, pekerjaan dan juga ketakutan terkait pekerjaan.<sup>9</sup>

Dari pengertian kecemasan dapat di simpulkan bahwa kecemasan terhadap karier masa depan mahasiswa adalah suatu keadaan emosional yang berefek pada kondisi psikologis seperti adanya perasan takut, tegang, kawatir, gelisah, dan keadaan yang tidak menyenangkan pada seorang individu dalam menata karir masa depan. Maka mereka

---

<sup>9</sup> Rifkatul Muqarrama, "Fenomena Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Era 4.0", *sultra educational (seduj)* Vol. II, No, 1, (april,2022), 28-33.

harus bisa menghilangkan kecemasan tersebut dan mulai mempersiapkan diri untuk menghadapi persaingan yang berat dalam dunia karir pendidikan dengan cara lebih mengasah kompetensi dan kepercayaan diri mereka. kecemasan merupakan perwujudan dari berbagai emosi yang terjadi karena seseorang mengalami tekanan perasaan dan tekanan batin. Kondisi tersebut membutuhkan penyelesaian yang tepat sehingga individu akan merasa aman.

Dalam perspektif Islam kecemasan ini muncul karena ketakutan akan suatu ujian yang diberikan oleh Allah SWT padahal dalam Al-Qur'an diterangkan bahwa Allah tidak akan memberikan ujian kepada manusia melebihi kemampuannya. Ketika individu sedang diuji dengan susahnyanya mendapatkan pekerjaan maka yang perlu dilakukan adalah berserah diri dan berusaha sesuai dengan kemampuan sebagaimana Allah SWT berfirman :

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ۖ ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ۗ فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَّمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا ۗ السُّفْلَىٰ ۗ وَكَلِمَةَ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ (التوبة : ١٧)

*Artinya: "Jikalau kamu tidak menolongnya (Muhammad) maka sesungguhnya Allah telah menolongnya (yaitu) ketika orang-orang kafir (musyrikin Mekah) mengeluarkannya (dari Mekah) sedang dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, di waktu dia berkata kepada temannya: "Janganlah kamu berduka cita, sesungguhnya Allah beserta kita". Maka Allah menurunkan keterangan-Nya kepada (Muhammad) dan membantunya dengan tentara yang kamu tidak melihatnya, dan Al-Quran menjadikan orang-orang kafir*

*itulah yang rendah. Dan kalimat Allah itulah yang tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.” (QS. At-Taubah (9):17)<sup>10</sup>*

Surat at-taubah adalah (surat ke-9) yang merupakan surat madaniyah yang diturunkan setelah Rasulullah Muhammad saw. Ayat diatas mengemukakan prinsip-prinsip yang harus diikuti oleh umat Islam dalam menanggapi orang-orang yang ingkar dan memusuhi Islam. Dijelaskan tafsir ibnu katsir dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Ayat ini berbicara tentang tanggung jawab umat Islam untuk menghadapi kaum musyrik yang memusuhi mereka. Jika umat Islam tidak berperang dan tidak berdebat dengan mereka yang memusuhi Islam, maka Allah akan menghukum mereka dan umat Islam juga. Oleh karena itu, umat Islam diperintahkan untuk menegur dengan tegas dan membela agamanya terhadap orang-orang yang melakukan pelanggaran. Selanjutnya Tafsir Al-Jalalayn: menjelaskan bahwa ayat ini menggaris bawahi perlunya umat Islam untuk memberikan peringatan dan nasehat kepada mereka yang mendustakan Islam. Jika umat Islam tidak melaksanakan kewajibannya untuk memberikan peringatan, maka mereka juga akan menerima hukuman dari Allah. Hal ini menunjukkan pentingnya berperan aktif dalam menyebarkan agama dan memerangi kekufuran.

---

<sup>10</sup> Kemenag, Al-Qur'an karim Transliterasi Latin perkata, (Jakarta: Lajnah Pentasifah Mushaf Al-Qur'an, 2021 at-taubah; 40).

## **b. Indikator Kecemasan**

Indikator persoalan pada kecemasan ialah faktor lingkungan dan peran keluarga. Ketika faktor lingkungan dan keluarga tidak mendukung maka akan memengaruhi kondisi psikolog individu terganggu dilihat dari hasil interaksi antara dirinya dengan lingkungan, maka perilaku harus dipelajari dari hubungan dengan lingkungannya sendiri, perilaku yang timbul dari persoalan indikator kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir yang membuat individu itu sendiri tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, terlebih akan merasa cemas dengan karier apa yang akan dijalani setelah lulus.

Pendapat Taylor yang menyatakan bahwa kecemasan ialah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum akan ketidakmampuan dalam menghadapi masalah, konflik atau ancaman. Kecemasan dapat dilihat dari tiga aspek reaksi, diantaranya: 1. Aspek fisiologis; seperti peningkatan denyut nadi dan tekanan darah, debar jantung dan nafas tidak beraturan, keringat dingin, nafsu makan hilang, dan lain sebagainya. 2. Aspek intelektual; seperti tidak mampu berkonsentrasi, sulit berpikir jernih, tidak mampu memecahkan masalah, dan penurunan prestasi. 3. Aspek emosional; seperti mudah merasa malu, mudah tersinggung, merasa tidak tenang, khawatir, tegang dan lain sebagainya.

Menurut Hamilton Anxiety Rating Scale kecemasan diukur melalui 14 indikator, yang meliputi: a. Perasaan cemas. Berupa cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, dan mudah tersinggung. b. Ketegangan. Merasa tegang, lesu, tidak dapat beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar dan gelisah. c. Ketakutan. Ketakutan pada gelap, ketakutan ditinggal sendiri, ketakutan pada binatang besar, ketakutan pada kerumunan orang banyak, ketakutan pada orang asing, ketakutan pada keramaian lalu lintas. d. Gangguan tidur. Sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidak tidur nyenyak mimpi buruk, mimpi yang menakutkan. e. Gangguan kecerdasan. Daya ingat buruk, sulit konsentrasi, sering bingung. f. Perasaan depresi. Kehilangan minat, sedih, bangun dini hari, kurang senang pada hobi perasaan yang berubah sepanjang hari. g. Gejala somatik. Nyeri pada otot, kaku, kedutan otot, gigi gemertak, suara berubah. h. Gejala sensorik. Telinga berdengung penglihatan kabur, merasa lemah, perasaan ditusuktusuk, muka merah dan pucat. i. Gejala kardiovaskuler. Berdebar-debar, nadi cepat, nyeri pada dada, denyut nadi mengerut, rasa lemah seperti mau pingsan, detak jantung hilang sekejap. j. Gejala pernafasan. Rasa tertekan pada dada, perasaan tercekik, merasa nafas pendek atau sesak, sering menarik nafas panjang. k. Gejala gastrointestinal. Saat menelan, mual, muntah, perut

melilit, gangguan pencernaan, nyeri lambung sebelum/sesudah makan, rasa panas pada perut, berat badan turun, sukar buang air besar, berat badan menurun. l. Gejala urogenital. Sering kencing, tidak dapat menahan kencing, anemorhea, menstruasi yang tidak teratur, frigiditas. m. Gejala otonom. Mulut kering, mudah berkeringat, pusing/sakit kepala, bulu roma berdiri, muka kering. n. Penampilan saat wawancara. Gelisah, tidak tenang, jari gemetar, mengerutkan dahi atau kening muka tegang, tonas otot meningkat, nafas pendek dan cepat, muka merah. Kecemasan diartikan sebagai pengalaman yang bersifat subjektif, tidak menyenangkan dan mengkhawatirkan akan adanya kemungkinan bahaya dan seringkali disertai oleh reaksi fisik tertentu akibat peningkatan aktifitas otonomik. Kecemasan dapat diukur menggunakan HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Simtom-simtom somatis yang dapat menunjukkan ciri-ciri kecemasan menurut Stern Trismiati adalah muntah-muntah, diare, denyut jantung yang bertambah keras, seringkali buang air, nafas sesak disertai tremor pada otot.

Kartono dan Trismiati, menyebutkan bahwa kecemasan ditandai dengan emosi yang tidak stabil, sangat mudah tersinggung dan marah, sering dalam keadaan excited atau gelisah. Daradjat dan Nugraheni, mengklasifikasikan gejala kecemasan sebagai berikut: a.

Gejala fisik (fisiologis) Kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejalagejala fisik, terutama pada fungsi sistem syaraf. Ciri-cirinya: ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, detak jantung cepat, keringat bercucuran, tekanan darah meningkat, tidur tidak nyenyak, nafsu makan menghilang, kepala pusing, nafas sesak. b. Gejala mental (psikologis) Kecemasan sebagai gejala-gejala kejiwaan. Ciri-cirinya: takut, tegang, bingung, khawatir, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak berdaya, rendah diri, tidak tentram, ingin lari dari kenyataan hidup, perubahan emosi, turunya kepercayaan diri, tidak ada motivasi.<sup>11</sup>

Berdasarkan uraian diatas gejala kecemasan merupakan hal-hal yang nampak sebagai tanda-tanda orang yang mengalami kecemasan baik dari dalam maupun dari luar, baik gejala fisik maupun gejala psikis. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa indikator kecemasan didapatkan dari tiga aspek kecemasan, yaitu aspek fisiologis seperti meningkatnya denyut nadi dan keringat dingin, aspek intelektual seperti tidak mampu berkonsentrasi dan juga aspek emosional yang cirinya mudah merasa malu, mudah tersinggung, merasa khawatir dan tegang.

---

<sup>11</sup> Kartono, K.. 2(001). Gangguan-gangguan psikis. Bandung: Mandar Maju

### c. Dampak Kecemasan

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi komitmen seseorang terhadap pilihan karirnya. Salah satu faktor kritis yang harus diperhatikan adalah kecemasan<sup>12</sup>. Ketika seseorang dihadapkan pada tugas perkembangan karir, maka tugas perkembangan tersebut dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman seperti cemas, bingung dan keraguan terhadap diri sendiri.<sup>13</sup> Rasa takut dan cemas dapat menetap bahkan meningkat meskipun situasi yang betul-betul mengancam tidak ada, dan ketika emosi-emosi ini tumbuh berlebihan dibandingkan dengan bahaya yang sesungguhnya, emosi ini menjadi tidak adaptif. Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakitpenyakit fisik. Pendapat Yustinus Semiun membagi beberapa dampak dari kecemasan kedalam beberapa simtom, antara lain: a. Simtom suasana hati Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui.<sup>14</sup> Orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur, dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah. b. Simtom

---

<sup>12</sup> Thai, M. (2014). *The development and validation of a scale of career anxiety*. Northwestern University. Diakses dari <http://www.undergraduatelibrary.org/2014/psychology/development-and-validation-scale-career-anxiety>

<sup>13</sup> Blustein, D. L., Ellis, M. V., & Devenis, L. E. (1989). *The development and validation of a two-dimensional model of the Commitment to Career Choice process*. *Journal of Vocational Behavior*, 35, h.342-378.

<sup>14</sup> Yustinus, Semiun. (2006). *Kesehatan Mental 3*. Yogyakarta: Kanisius

kognitif Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas. c. Simtom motor Orang-orang yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam. Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan ataupun tekanan jiwa.

## **2. Karier**

### **a. Pengertian Karier Mahasiswa**

Karier adalah salah satu aspek penting dalam kehidupan individu yang sudah dewasa. Karier lebih menunjuk pada jabatan atau pekerjaan yang ditekuni sebagai panggilan hidup yang meresapi seluruh alam pikiran dan perasaan seseorang serta mewarnai gaya

hidupnya. Karier dapat menjadi wahana untuk mengaktualisasikan segala potensi yang dimiliki individu.<sup>15</sup>

Menurut Winkel dan Hastuti karier merupakan aspek bahwa seseorang memandang pekerjaannya sebagai panggilan hidup yang meresapi seluruh alam pikiran dan perasaan serta mewarnai seluruh gaya hidupnya (*life style*).<sup>16</sup> Berdasarkan definisi tersebut, dapat dijelaskan bahwa karier adalah suatu pekerjaan, profesi sebagai panggilan hidup seseorang sebagai ketertarikan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Tiga alasan utama mengapa pemberian informasi perlu diselenggarakan. *Pertama*, membekali individu dengan berbagai pengetahuan tentang lingkungan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi berkenaan dengan lingkungan sekitar, pendidikan, jabatan, maupun sosial budaya.

*Kedua*, memungkinkan individu dapat menentukan arah hidupnya kemana dia ingin pergi. *Ketiga*, setiap individu adalah unik. Keunikan itu akan membawakan pola-pola pengambilan keputusan dan bertindak berbeda-beda disesuaikan dengan aspek-aspek kepribadian masing-masing individu.

---

<sup>15</sup>Ardiantna Wahyu, Sinta Saraswati dan Kusnarto, Survei Faktor-Faktor Penghambat Perencanaan Karir Siswa, “*Indonesia Journal of Guidance and Counseling*”, 2014, Vol.3, No.2, 58.

<sup>16</sup> Winkel, Hastuti, “*tingkat kematangan karier mahasiswa SMK*” 2016 623

## **b. Aspek Kecemasan Karier**

Kecemasan karier menjadi permasalahan yang sering dialami oleh individu terutama individu dibangku perkuliahan. Hal tersebut dikarenakan mereka dituntut untuk dapat memperoleh pekerjaan setelah lulus. Adapun aspek kecemasan karier menurut Greenberger & Padesky, yaitu:<sup>17</sup>

### 1) Reaksi Fisik

Reaksi fisik atau hal yang timbul pada orang yang cemas meliputi telapak tangan berkeringat, otot tegang, jantung berdebar-debar, pipi memerah dan pusing. Kondisi ini bisa terjadi pada saat seseorang menghadapi atau melihat suatu kejadian yang membahayakan dirinya sehingga ia merasakan hal seperti itu.

### 2) Pemikiran

Orang yang merasa cemas biasanya memikirkan bahaya secara berlebihan atau bahkan menganggap dirinya tidak akan mampu mengatasi masalah yang dialaminya, tidak menganggap penting bantuan yang ada serta terlalu khawatir dan sering memikirkan hal yang buruk. Hal ini akan menetap cukup lama jika tidak ada usaha dari individu tersebut untuk mengubah pemikirannya sehingga akan tetap seperti itu.

---

<sup>17</sup> Ristian, T., Rahmadani, N., & Hidayat, D. R. (2020). *Studi Literature: Pendekatan Teori Trait and Factor Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa SMA*. Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, 11(1).

### 3) Perilaku

Individu yang cemas akan berusaha untuk berperilaku menghindari situasi ketika kecemasan muncul, berusaha meninggalkan keadaan atau situasi saat kecemasan mulai terjadi dan mencoba serta berusaha melakukan upaya atau hal secara sempurna serta mencoba mencegah bahaya.

### 4) Suasana Hati

Individu yang memiliki suasana hati yang cemas meliputi perasaan gugup, jengkel, cemas dan panik. Suasana hati juga dapat berubah secara tiba-tiba ketika dihadapkan pada kondisi yang memunculkan kecemasan tersebut. Sehingga perasaan gugup dan panik dapat menimbulkan atau timbulnya berbagai kesulitan dalam menentukan sesuatu. Seperti keinginan dan minat yang diinginkan.

## **c. Tujuan Karier**

Tujuan karier adalah rencana matang secara sadar mengenai karier seseorang selama beberapa waktu kedepan. Tujuan karier membantu individu dalam pemahaman diri dan lingkungan, pengambilan keputusan, perencanaan dan pengarahan pemikiran atau rencana terhadap karier di masa depan. Tujuan karier pada mahasiswa dapat menumbuhkan profesionalisme dan kemandirian pada mahasiswa, serta

menumbuhkan jiwa kewirausahaan didalam perguruan tinggi sebagai pilar ekonomi nasional.

#### 1) Tujuan karier jangka pendek

Idealnya, tujuan karir jangka pendek akan membantu individu mencapai gambaran besar tujuan jangka panjang. Tetapi jika seseorang belum tahu secara spesifik, untuk dapat menetapkan tujuan jangka pendek yang hebat (yang dapat diselesaikan dalam enam bulan hingga tiga tahun) yang akan membantu individu memajukan karir. Terdapat beberapa contoh: seperti mendapatkan gaji; perjelas apa yang ingin dilakukan dalam jangka panjang; mendapatkan pendidikan, pelatihan atau sertifikasi; dan mendapatkan jenjang karier.

#### 2) Tujuan karir jangka panjang

Ada berbagai macam tujuan karir jangka panjang, dari menjadi CEO hingga dikenal sebagai ahli di bidang yang sedang dikerjakan. semua itu tergantung pada apa yang mahasiswa inginkan untuk karier selanjutnya.

### **d. Kecemasan Karier Mahasiswa**

Kecemasan adalah hal yang umum terjadi dalam bidang pendidikan. Setiap mahasiswa pastinya pernah merasa cemas ketika mereka berada dalam kondisi tingkat akhir. Akan tetapi, bagi mahasiswa tertentu, kecemasan dapat menghambat pembelajaran dan

tingkat fokus mahasiswa. khususnya ketika menghadapi karier selama menjadi mahasiswa tingkat akhir. Kecemasan adalah hal yang normal di dalam kehidupan, karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka dari itu kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang disebut sebagai gangguan kecemasan. Kecemasan juga merupakan gangguan psikologis yang banyak dialami oleh sebagian manusia, termasuk mahasiswa di kampus.

Kecemasan karier yang dialami jelas terjadi terhadap mahasiswa-mahasiswi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2017-2019 mengalami kecemasan dalam memutuskan dan memilih kariernya. Para mahasiswa tersebut terlihat cemas dan khawatir dalam memikirkan masa depannya. Mereka kerap mengalami perasaan bingung dan ragu untuk melanjutkan karier yang tepat. mahasiswa seringkali menemukan berbagai permasalahan dalam pemilihan karier mereka. Permasalahan-permasalahan yang dihadapi akan menghambat mereka dalam mencapai pemilihan karier yang optimal. Kecemasan tersebutlah yang membuat seseorang menjadi tertekan dan akibatnya seseorang takut untuk menatap masa depan secara optimis, akan lebih fatalnya lagi seseorang tersebut akan hilang

semangat belajarnya, putus kuliah atau tidak ingin melanjutkan jenjang perguruan tinggi yang jelas-jelas merupakan jembatan menuju masa depan yang lebih cerah demi mencari pekerjaan, dikarenakan kurangnya pemahaman individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri. Hal ini sangat perlu mendapat perhatian khusus terutama oleh dosen Bimbingan Konseling di kampus, karena gangguan kecemasan terhadap karier bisa sangat merugikan individu terutama masa depannya apabila tidak dapat dikurangi atau dituntaskan.

Mahasiswa jurusan pendidikan agama islam sebagai seorang remaja hendaknya sudah mempersiapkan diri untuk mampu memiliki karier yang sesuai dengan bakat dan minatnya sehingga mampu mewujudkan kematangan dalam karier. Kematangan karier tersebut perlu dipersiapkan semenjak masa perkuliahan melalui perencanaan karier yang optimal. Namun data di lapangan berdasarkan wawancara dan observasi diketahui bahwa ada beberapa mahasiswa PAI yang masih memiliki kecemasan karier seperti meragukan akan mendapat pekerjaan di masa depan, kurang percaya diri terhadap potensi diri, ketakutan bersaing di masa depan, dan lain sebagainya. Hal ini sejalan dengan survei kesehatan mental yang dilakukan oleh Pew Research Center pada tahun 2018 dimana mengungkapkan bahwa sekitar 70%

mahasiswa atau individu yang sedang menempuh perguruan tinggi mengatakan kecemasan dan depresi adalah masalah utama bagi mereka, serta hanya 26% yang menyatakan bahwa kecemasan adalah masalah kecil.

Disamping itu, berdasarkan data statistik pendidikan perguruan tinggi di Indonesia setiap tahunnya Indonesia menghasilkan kurang lebih sekitar 1.7 juta sarjana muda. Namun pertumbuhan yang cukup pesat terhadap sarjana baru masih belum bisa diiringi dengan kemampuan atau skill yang dibutuhkan oleh perusahaan atau penyedia lapangan kerja di era 5.0 ini. Jumlah pengangguran yang terus meningkat sehingga tak terhindarkan disebabkan karena efek pandemi. Pada tahun 2021 tercatat jumlah pengangguran yang ada di Indonesia sebanyak 8 juta dari sarjana meningkat 26,3% dibandingkan tahun 2020. Kurangnya keterampilan serta skill yang dibutuhkan menjadi salah satu masalah yang dimiliki oleh para sarjana sehingga faktor tersebut memunculkan peningkatan pengangguran dari sarjana baru, dari semua kasus yang dipaparkan tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak pengangguran yang berasal dari sarjana baru yang masih belum memenuhi kriteria sesuai dengan kebutuhan di lapangan kerja. Ketidakseimbangan antara jumlah angkatan kerja dengan peluang kerja yang didapatkan akan

menjadi suatu kecemasan bagi mahasiswa tingkat akhir karena dengan industri yang sedang menurun membuat lapangan kerja semakin sempit, termasuk mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam FTK UIN SMH Banten.

Keadaan tersebut membuat munculnya perasaan cemas yang pada akhirnya menimbulkan perasaan cemas yang tidak terkontrol yang ditandai dengan perasaan tegang, khawatir akan masa depan, dan kegagalan karir di masa depan. Menurut penelitian Noviyanti, A. Mengungkapkan bahwa mahasiswa yang cemas ditandai dengan mahasiswa yang tidak yakin akan kemampuannya sehingga mereka merasa tidak mampu melakukan tugas dengan baik, kurang menghargai diri sendiri dan merasa tidak mampu menyelesaikan tugas atau permasalahan yang diberikan atau dirasakan.

Menyikapi hal tersebut perlu dirumuskan upaya pengurangan kecemasan karier tersebut melalui bantuan layanan bimbingan dan konseling. Prayitno menyatakan bahwa “konseling untuk semua” mengarah kepada semua sasaran layanan dan enam bidang layanan. Pelayanan bimbingan dan konseling mengarah kepada enam bidang pelayanan, diantaranya bidang karier, sosial, belajar, pribadi, keberagamaan dan keluarga.

Sebagai salah satu bidang pelayanan dalam bimbingan dan konseling, konselor dituntut mampu memberikan pelayanan dalam bidang karier untuk semua individu termasuk usia remaja seperti mahasiswa PAI. Terkait kecemasan karier, tenaga bimbingan dan konseling perlu memberikan pelayanan upaya preventif dan kuratif. Upaya preventif untuk mencegah munculnya kecemasan karier serta upaya kuratif untuk mengurangi kecemasan karier pada mahasiswa PAI.

Terkait bidang karier dalam upaya preventif dan kuratif, seorang konselor bisa memberikan beberapa pelayanan bimbingan dan konseling. Pelayanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan pada mahasiswa PAI terkait upaya preventif dan kuratif kecemasan karier adalah: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, dan layanan konsultasi.

### **3. Pendidikan Agama Islam**

#### **a. Pengertian Pendidikan Agama Islam**

Pendidikan Agama Islam dibangun oleh dua makna esensial yakni “pendidikan” dan “agama Islam”. Salah satu pengertian pendidikan menurut Plato adalah mengembangkan potensi siswa,

sehingga moral dan intelektual mereka berkembang sehingga menemukan kebenaran sejati, dan guru menempati posisi penting dalam memotivasi dan menciptakan lingkungannya. Dalam etiknya Aristoteles, pendidikan diartikan mendidik manusia untuk memiliki sikap yang pantas dalam segala perbuatan.<sup>18</sup>

Pendidikan Agama Islam adalah usaha dan proses penanaman sesuatu (pendidikan) secara continue antara guru dengan siswa, dengan akhlakul karimah sebagai tujuan akhir. Penanaman nilai-nilai Islam dalam jiwa, rasa, dan pikir; serta keserasian dan keseimbangan adalah karaktersitik utamanya. Karaktersitik utama itu dalam pandangan Muhaimin sudah menjadi way of life (pandangan dan sikap hidup seseorang).

Zuhairimi mengartikan Pendidikan Agama Islam sebagai asuhan-asuhan secara sistematis dalam membentuk anak didik supaya mereka hidup sesuai dengan ajaran Islam.<sup>19</sup> Menurut Zakiah Daradjat pendidikan agama Islam adalah suatu usaha dan asuhan terhadap anak didik agar nantinya setelah selesai dari pendidikan dapat memahami apa yang terkandung didalam Islam secara keseluruhan, menghayati makna dan maksud serta tujuannya dan pada akhirnya dapat

---

<sup>18</sup> Bunyamin, B. (2018). Konsep pendidikan akhlak menurut Ibn Miskawaih dan Aristoteles (Studi Komparatif). *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol.9 NO.2, 127-142.

<sup>19</sup> Zuhairimi, *Metodik Khusus Pendidikan Agama*, Surabaya: Usaha Offset Printing, 1981, 25.

mengamalkannya serta menjadikan ajaran-ajaran agama Islam yang telah dianutnya itu sebagai pandangan hidupnya sehingga dapat mendatangkankeselamatan dunia dan akhirat kelak.<sup>20</sup>

### **b. Fungsi Pendidikan Agama Islam**

Terdapat tujuh fungsi dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Ketujuh fungsi itu adalah pengembangan, penanaman nilai, penyesuaian mental, perbaikan, pencegahan, pengajaran, dan penyaluran.<sup>21</sup> Fungsi pengembangan berkaitan dengan keimanan dan ketakwaan siswa kepada Allah Swt. yang telah ditanamkan dalam lingkungan keluarga. Fungsi penanaman nilai diartikan sebagai pedoman hidup Pendidikan Agama Islam untuk mencari kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Prinsip penyesuaian mental maksudnya berkemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, dan dapat mengubah lingkungannya sesuai dengan ajaran agama Islam. Fungsi perbaikan mengandung maksud memperbaiki kesalahankesalahan siswa dalam keyakinan, pemahaman, dan pengalaman ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari.<sup>22</sup>

---

<sup>20</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2000), 38.

<sup>21</sup> Majid, A., & Andayani, D. (2004). Pendidikan agama Islam berbasis kompetensi: konsep dan implementasi kurikulum 2004: Remaja Rosdakarya.

<sup>22</sup> Firmansyah, "Pendidikan Agama Islam: Pengertian, Tujuan, Dasar, dan Fungsi," *Jurnal Pendidikan Agama Islam -Ta'lim* Vol. 17 No. 2 – 2019: 79-90

### c. Tujuan Pendidikan Agama Islam

Tujuan utama Pendidikan Agama Islam adalah untuk membimbing, mendidik, mengarahkan seorang muslim untuk memahami ajaran agama Islam secara utuh (yakin, taat, dan berakhlak). Hasan Basri mengemukakan bahwa; Apabila dibicarakan soal ilmu pendidikan Agama Islam, karena Islam sebagai agama yang tertulis dalam kitab suci al-Qur'an dan as-Sunnah, ilmu pendidikan Islam adalah kumpulan pengetahuan yang bersumber dari al-Qur'an dan as-Sunnah yang dijadikan landasan kependidikan. Secara aplikatif, pendidikan Agama Islam artinya mentransformasikan nilai-nilai Islam terhadap anak didik dan lingkungan sekolah, lingkungan keluarga dan masyarakat. Ilmu pendidikan Islam adalah akumulasi pengetahuan yang bersumber dari al-Qur'an dan as-Sunnah yang diajarkan, dibinakan dan dibimbingkan kepada manusia sebagai peserta didik dengan menerapkan metode dan pendekatan Islami yang bertujuan membentuk peserta didik yang berkepribadian muslim.<sup>23</sup>

Tujuan Pendidikan Agama Islam menurut Ramayulis secara umum adalah untuk meningkatkan keimanan, pemahaman, penghayatan dan pengamalan peserta didik tentang agama Islam, sehingga menjadi manusia muslim yang beriman dan bertakwa kepada

---

<sup>23</sup> Hasan Basri, *Filsafat Pendidikan Islam*, ( Bandung: Pustaka Setia, 2009 ), 11.'

Allah SWT serta berakhlak mulia dalam kehidupan pribadi, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.<sup>24</sup> Tujuan pendidikan dapat dibagi menjadi tujuh tahapan sebagai berikut:

1.) Tujuan pendidikan Islam secara Universal

Rumusan tujuan pendidikan yang bersifat universal dapat dirujuk pada hasil kongres sedunia tentang pendidikan Islam yang dirumuskan dari berbagai pendapat para pakar pendidikan seperti al-Attas, Athiyah, al-Abrasy, Munir, Mursi, Ahmad D. Marimba, Muhammad Fadhil al-Jamali Mukhtar Yahya, Muhammad Quthb, dan sebagainya. Rumusan tujuan pendidikan tersebut adalah sebagai berikut: Pendidikan harus ditujukan untuk menciptakan keseimbangan pertumbuhan keperibadian manusia secara menyeluruh, dengan cara melatih jiwa, akal pikiran, perasaan, dan fisik manusia. Dengan demikian, pendidikan harus mengupayakan tumbuhnya seluruh potensi manusia, baik yang bersifat spiritual, intelektual, daya khayal, fisik, ilmu pengetahuan, maupun bahasa, baik secara perorangan maupun kelompok, dan mendorong tumbuhnya seluruh aspek tersebut agar mencapai kebaikan dan kesempurnaan. Tujuan akhir pendidikan terletak pada terlaksananya pengabdian yang penuh kepada Allah,

---

<sup>24</sup> Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2008), 22.'

pada tingkat perorangan, kelompok maupun kemanusiaan dalam arti yang seluas-luasnya.<sup>25</sup>

## 2.) Tujuan Pendidikan Islam secara Nasional

Yang dimaksud dengan tujuan pendidikan Islam nasional ini adalah tujuan pendidikan Islam yang dirumuskan oleh setiap Negara Islam. Dalam hal ini maka setiap Negara Islam merumuskan tujuan pendidikannya dalam mengacu kepada tujuan universal. Tujuan pendidikan Islam secara nasional di Indonesia, secara eksplisit belum dirumuskan, karena Indonesia bukanlah negara Islam. Dengan demikian tujuan pendidikan Islam nasional dirujuk kepada tujuan pendidikan nasional yang terdapat dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional sebagai berikut: Mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.<sup>26</sup>

## 3.) Tujuan Pendidikan Islam secara Institusional

Yang dimaksud dengan tujuan pendidikan Islam secara institusional adalah tujuan pendidikan yang dirumuskan oleh masing-masing

---

<sup>25</sup> Abuddin Nata, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kencana, 2010), 61-62.'

<sup>26</sup> Abd.Rozak, Fauzan, dan Ali Nurdin, *Kompilasi Undang-undang & Peraturan Bidang Pendidikan*, (Jakarta: FITK PRESS Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, 2010), 6.'

lembaga pendidikan Islam, mulai dari tingkat taman kanak-kanak, samapi dengan perguruan tinggi.<sup>9</sup> Pada tujuan instruksional ini bentuk insan kamil dengan pola takwa sudah kelihatan meskipun dalam ukuran sederhana, pola takwa itu harus kelihatan dalam semua tingkat pendidikan Islam. Karena itu setiap lembaga pendidikan Islam harus dapat merumuskan tujuan pendidikan Islam sesuai dengan tingkatan jenis pendidikannya.

#### 4.) Tujuan Pendidikan Islam pada Tingkat program Studi (kurikulum)

Tujuan Pendidikan Islam pada tingkat program studi adalah tujuan pendidikan yang disesuaikan dengan program studi. Rumusan tujuan pendidikan Islam pada tingkat kurikulum ini mengandung pengertian bahwa proses pendidikan agama Islam yang dilalui dan dialami oleh siswa di sekolah, dimulai dari tahapan kognisi, yakni pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap ajaran dan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran Islam, untuk selanjutnya menuju ke tahapan afeksi, yakni terjadinya proses internalisasi ajaran dan nilai agama ke dalam diri siswa, dalam arti menghayati dan meyakini.

#### 5.) Tujuan Pendidikan Islam pada Tingkat Mata Pelajaran

Tujuan pendidikan Islam pada tingkat mata pelajaran yaitu tujuan pendidikan yang didasarkan pada tercapainya pemahaman, penghayatan, dan pengalaman ajaran Islam yang terdapat pada bidang

studi atau mata pelajaran tertentu. misalnya tujuan mata pelajaran tafsir yaitu peserta didik dapat memahami, menghayati, dan mengamalkan ayat-ayat al-Qur'an secara benar, mendalam dan komprehensif.

#### 6.) Tujuan pendidikan Islam pada Tingkat Pokok Bahasan

Tujuan pendidikan Islam pada tingkat pokok bahasan adalah tujuan pendidikan yang didasarkan pada tercapainya kecakapan (kompetensi) utama dan kompetensi dasar yang terdapat pada pokok bahasan tersebut.

#### 7.) Tujuan Pendidikan Islam pada Tingkat Sub Pokok Bahasan

Tujuan pendidikan Islam pada tingkat sub pokok bahasan adalah tujuan yang didasarkan pada tercapainya kecakapan yang terlihat pada indikator- indikatornya secara terukur.

Dari ketujuh tahapan tentang tujuan pendidikan agama Islam dapat disimpulkan bahwa tujuan utama pendidikan agama Islam adalah menanamkan nilai-nilai keagamaan agar siswa mempunyai kecakapan dalam bersikap dan bertindak, menjadi manusia yang bertakwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, serta mengamalkan ajaran agama.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Agama Islam bertujuan untuk menumbuhkan dan meningkatkan keimanan melalui pemberian dan pempukan

pengetahuan, pemahaman, penghayatan dan pengalaman peserta didik tentang agama Islam, sehingga menjadi manusia muslim yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT serta berakhlak mulia dalam kehidupan pribadi, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Untuk mencapai tujuan tersebut peserta didik sangat memerlukan sosok yang bisa membimbing mereka dalam memahami secara keseluruhan tentang agama Islam, sosok yang sangat mereka perlukan adalah orangtua atau keluarga yang dapat memberikan mereka pendidikan di rumah dan guru yang dapat memberikan pendidikan di sekolah.

#### **d. Manfaat Pendidikan Agama Islam**

Manfaat pendidikan islam untuk masa yang akan datang, yaitu dapat menambah atau memperluas pengetahuan seseorang muslim dalam mengenai penciptanya Allah SWT dan ciptaan-Nya. Dalam manfaat pendidikan agama islam mampu menguatkan dan menambah keimanan serta memberikan tuntunan dan ajaran hidup, dapat mengenal aman yang baik dan mana yang buruk. Manfaat pendidikan agama islam ialah ketika seseorang rutin beribadah sesuai kepercayaanya juga akan merasa lebih nyaman, damai, tenang tentram bahagia, serta di penuh rasa kasih sayan dari dan terhadap oarang-orang sekitar.

#### **e. Ruang Lingkup Pendidikan Agama Islam**

Ramayulis dalam bukunya Metodologi Pendidikan Agama

Islam mengungkapkan bahwa orientasi pendidikan agama Islam diarahkan kepada tiga ranah (domain) yang meliputi: ranah kognitif, afektif dan psikomotoris.<sup>27</sup> Ketiga ranah tersebut mempunyai garapan masing-masing penilaian dalam pendidikan agama Islam, yakni nilai-nilai yang akan diinternalisasikan itu meliputi nilai Alqur'an, akidah, syariah, akhlak, dan tarikh. . Ruang lingkup PAI di sekolah umum meliputi aspek-aspek yaitu: Al-Qur'an dan Hadis, Aqidah Akhlak, Fiqih dan Tarikh Kebudayaan Islam. Berikutnya PAI dilaksanakan sesuai dengan tingkat perkembangan fisik dan psikologis peserta didik serta menekankan keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara hubungan manusia dengan Allah.

Eneng muslihah dalam bukunya ilmu pendidikan islam mengungkapkan bahwa ruang lingkup pendidikan islam yaitu kegiatan-kegiatan yang dilakukan secara konsisten dan berkesinambungan dilakukan dalam lapangan hidup manusia yang meliputi:<sup>28</sup>

- 1) Lapangan hidup keagamaan agar perkembangan pribadi manusia sesuai dengan norma-norma ajaran islam.
- 2) Lapangan hidup berkeluarga agar berkembang menjadi keluarga yang sejahtera.

---

<sup>27</sup> Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, ( Jakarta: Paramadina,1996), 23.

<sup>28</sup> Eneng Muslihah, *ilmu pendidikan islam*, (jakarta: diadit madia, 2016), 18.

- 3) Lapangan hidup ekonomi, agar dapat berkembang menjadi sistem kehidupan yang bebas dari penghisapan manusia dengan manusia.
- 4) Lapangan hidup bermasyarakat, agar terbina masyarakat yang adil dan makmur dibawah ridha dan ampun Allah SWT.
- 5) Lapangan hidup politik, agar terciptanya sistem demokrasi yang sehat dan dinamis sesuai ajaran islam.
- 6) Lapangan hidup seni budaya, agar menjadikan hidup manusia penuh keindahan dan kegairahan yang tidak gersang dari nilai moral agama.
- 7) Lapangan hidup ilmu pengetahuan, agar berkembang menjadi alat untuk mencapai kesejahteraan hidup umat manusia yang dikendalikan oleh iman.

Mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti mencakup aspek yang sangat luas, yaitu aspek kognitif (pengetahuan), aspek afektif dan aspek psikomotorik. Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam adalah untuk mewujudkan keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara: (a) hubungan manusia dengan Allah SWT; (b) hubungan manusia dengan dirinya sendiri; (c) hubungan manusia dengan sesama manusia; (d) dan hubungan manusia dengan makhluk lain dan lingkungan alamnya.<sup>15</sup> Pada saat diberlakukan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk mata pelajaran pendidikan agama disebut dengan Pendidikan Agama Islam, kemudian sejak diberlakukannya

Kurikulum 2013 untuk mata pelajaran pendidikan agama disebut dengan Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti. Sebagian sekolah masih ada yang menerapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan sebagiannya sudah menerapkan Kurikulum 2013.

- 1.) Al-Quran Hadis; menekankan pada kemampuan membaca, menulis dan menterjemahkan dengan baik dan benar.
- 2.) Aqidah atau keimanan; menekankan pada kemampuan memahami dan mempertahankan keyakinan, serta menghayati dan mengamalkan nilai- nilai asmaul husna sesuai dengan kemampuan peserta didik;
- 3.) Akhlak; menekankan pada pengalaman sikap terpuji dan menghindari akhlak tercela;
- 4.) Fiqih/ibadah; menekankan pada acara melakukan ibadah dan mu'amalah yang baik dan benar; dan
- 5.) Tarikh dan Kebudayaan Islam; menekankan pada kemampuan mengambil pelajaran (ibrah) dari peristiwa-peristiwa bersejarah (Islam), meneladani tokoh-tokoh muslim yang berprestasi, dan mengaitkannya dengan fenomena-fenomena sosial, untuk melestarikan dan mengembangkan kebudayaan dan peradaban Islam.

Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam untuk mewujudkan

keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara empat hubungan yaitu hubungan manusia dengan Allah SWT, dirinya sendiri, sesama manusia, dan makhluk lain serta lingkungan alamnya. Pendidikan Agama Islam tercakup dalam pengelompokan kompetensi dasar kurikulum PAI dan Budi Pekerti yang tersusun dalam beberapa materi pelajaran baik Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah dan Sekolah Menengah Kejuruan/Madrasah Aliyah Kejuruan yang meliputi Al-Qur'an Hadis, Aqidah, Akhlak, Fiqih, serta Tarikh dan Kebudayaan Islam. Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam menurut Zakiah Darajat dalam buku Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam adalah:

a. Pengajaran Keimanan

Pengajaran keimanan berarti proses belajar mengajar tentang berbagai aspek kepercayaan menurut ajaran Islam. Dalam hal keimanan inti pembicarannya adalah tentang keesaan Allah.

Karena itu ilmu tentang keimanan ini disebut juga "Tauhid" ruang lingkup pengajaran keimanan ini meliputi rukun iman yang enam. Yang perlu digaris bawahi dalam pengajaran keimanan ini guru tidak boleh melupakan bahwa pengajaran keimanan banyak berhubungan dengan aspek kejiwaan dan perasaan. Nilai pembentukan yang diutamakan dalam mengajar ialah keaktifan fungsi- fungsi jiwa. Yang terpenting adalah anak diajarkan supaya

menjadi orang beriman, bukan ahli pengetahuan keimanan.<sup>17</sup>

#### b. Pengajaran Akhlak

Pengajaran akhlak berarti pengajaran tentang bentuk batin seseorang yang kelihatan pada tindak-tanduknya (tingkah lakunya). Dalam pelaksanaannya, pengajaran ini berarti proses kegiatan belajar mengajar dalam mencapai tujuan supaya yang diajar berakhlak baik. Pengajaran akhlak membicarakan nilai sesuatu perbuatan menurut ajaran agama, membicarakan sifat-sifat terpuji dan tercela menurut ajaran agama, membicarakan berbagai hal yang langsung ikut mempengaruhi pembentukan sifat-sifat itu pada diri seseorang secara umum.

Ruang lingkup akhlak secara umum meliputi berbagai macam aspek yang menentukan dan menilai bentuk batin seseorang.<sup>18</sup>

#### c. Pengajaran Ibadah

Hal terpenting dalam pengajaran ibadah adalah pembelajaran ini merupakan kegiatan yang mendorong supaya yang diajar terampil membuat pekerjaan ibadah itu, baik dari segi kegiatan anggota badan, ataupun dari segi bacaan. Dengan kata lain yang diajar itu dapat melakukan ibadah dengan mudah, dan selanjutnya akan mendorong ia senang melakukan ibadah tersebut.

#### d. Pengajaran Fiqih

Fiqih ialah ilmu pengetahuan yang membicarakan/ membahas/ memuat hukum-hukum Islam yang bersumber pada al-Qur'an, Sunnah dan dalil-dalil Syar'i yang lain.

#### e. Pengajaran Qira'at Qur'an

Yang terpenting dalam pengajaran ini adalah keterampilan membaca al- Qur'an yang baik sesuai dengan kaidah yang disusun dalam ilmu tajwid. Pengajaran al-Qur'an pada tingkat pertama berisi pengenalan huruf hijaiyah dan kalimah (kata), selanjutnya diteruskan dengan memperkenalkan tanda-tanda baca. Melatih membiasakan mengucapkan huruf Arab dengan makhrajnya yang benar pada tingkat permulaan, akan membantu dan mempermudah mengajarkan tajwid dan lagu pada tingkat membaca dengan irama.

#### f. Pengajaran Tarikh Islam

Pengajaran tarikh Islam adalah pengajaran sejarah yang berhubungan dengan pertumbuhan dan perkembangan umat Islam. Tujuan belajar sejarah Islam adalah agar mengetahui dan mengerti pertumbuhan dan perkembangan umat Islam. Hal ini bertujuan untuk mengenal dan mencintai Islam sebagai agama dan pegangan hidup.

Berdasarkan paparan di atas dapat dilihat bebarapa ruang lingkup pendidikan agama Islam yang diajarkan di Sekolah, baik di

Madrasah maupun di Sekolah umum, jika di madrasah ruang lingkup tersebut menjadi mata pelajaran yang berdiri sendiri, sedangkan di Sekolah umum semua menjadi satu kesatuan dalam mata pelajaran pendidikan agama Islam.

Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam untuk mewujudkan keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara empat hubungan yang telah disebut di atas, tercakup dalam pengelompokan kompetensi dasar kurikulum PAI dan Budi Pekerti yang tersusun dalam beberapa materi pelajaran baik Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah dan Sekolah Menengah Kejuruan/Madrasah Aliyah Kejuruan. Adapun materi atau mata pelajaran tersebut adalah :

Ruang lingkup pendidikan agama islam dalam mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti mencakup aspek yang sangat luas, yaitu aspek kognitif (pengetahuan), aspek apektif dan aspek psikomotorik. Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam adalah untuk mewujudkan keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara: (1) hubungan manusia dengan Allah SWT; (2) hubungan manusia dengan dirinya sendiri; (3) hubungan manusia dengan sesama manusia; (4) dan hubungan manusia dengan makhluk lain dan lingkungan alamnya.<sup>15</sup> Pada saat diberlakukan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk mata pelajaran pendidikan agama disebut dengan Pendidikan

Agama Islam, kemudian sejak diberlakukannya Kurikulum 2013 untuk mata pelajaran pendidikan agama disebut dengan Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti. Sebagian sekolah masih ada yang menerapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan sebagiannya sudah menerapkan Kurikulum 2013. Ruang lingkup Pendidikan Agama Islam untuk mewujudkan keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara empat hubungan yang telah disebut di atas.

4. Karakteristik mahasiswa secara umum yaitu stabilitas dalam kepribadian yang mulai meningkat, karena berkurangnya gejala-gejala yang ada didalam perasaan. Mereka cenderung memantapkan dan berpikir dengan matang terhadap sesuatu yang akan diraihinya, sehingga mereka memiliki pandangan yang realistik tentang diri sendiri dan lingkungannya. Karakteristik mahasiswa yang paling menonjol adalah mereka mandiri, dan memiliki prakiraan di masa depan, baik dalam hal karir maupun hubungan percintaan. Tingkat kematangan berpikir dan kesiapan mental dari seorang individu juga memiliki pengaruh terhadap kesiapan mereka memasuki dunia kerja.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Greta Vidya Paramita, Studi Kasus Perbedaan Karakteristik Mahasiswa Diuniversitas Indonesia, “*Indonesia Jurnal Of Bina Nusantara University*”, 2010, Vol.1, No.2,629.

## **B. Tinjauan Pustaka Terdahulu**

Penelitian terdahulu bertujuan untuk mengungkap teori-teori yang relevan dengan masalah yang akan diteliti sebagai kajian pustaka untuk menghindari kesamaan dari penelitian sebelumnya. Untuk memudahkan penyusunan skripsi ini, maka peneliti akan membandingkan beberapa karya yang ada relevansinya dengan judul proposal ini.

*Pertama:* Penelitian yang dilakukan oleh Arista Noviyanti (2021) dengan judul *Dinamika Kecemasan Karir di Tahun Akhir Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan karir sering dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Gejala yang ditunjukkan oleh siswa bervariasi, seperti gejala fisik dan psikologis. Kesamaan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian Arista Noviyanti adalah sama-sama meneliti kecemasan karir mahasiswa. Sedangkan perbedaannya adalah dari segi metodologi, dimana peneliti menggunakan metodologi kuantitatif untuk mengumpulkan banyak data, sedangkan Arista Noviyanti menggunakan metodologi kualitatif. Riset Arista Noviyanti menjadi dasar bahwa carter anxiety merupakan fenomena yang perlu dicermati secara seksama pada diri mahasiswa, termasuk mahasiswa calon guru seperti di FTK UIN Banten.*

*Kedua:* Penelitian yang berjudul “Deskripsi Tingkat Kecemasan Karir Mahasiswa S1 dan Program Profesi pada Tahun Terakhir Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran” yang dilakukan oleh Rachel. (2021)

Berdasarkan penelitian ini, data mengungkapkan bahwa dibandingkan dengan mahasiswa program profesional, mahasiswa tingkat akhir memiliki kecenderungan untuk lebih cemas. Berdasarkan nilai mata kuliah, mahasiswa yang memiliki IPK tinggi cenderung memiliki kecemasan yang lebih rendah. variabel dan objek penelitian adalah untuk menguji kecemasan karir pada tingkat mahasiswa. Namun perbedaannya terletak pada lokasi dan bidang ilmunya, dimana penelitian Rachel dkk melakukan penelitian di Fakultas Keperawatan sedangkan peneliti melakukan penelitian di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Sehingga hasil penelitian terkait kecemasan karir mahasiswa dapat berbeda karena perbedaan pekerjaan yang tersedia.

*Ketiga* : Penelitian yang dilakukan oleh Putri. (2021) dengan judul “Pendekatan Sifat dan Faktor dalam Mengatasi Kecemasan Karir Pada Siswa SMA. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa kecemasan karir muncul karena adanya keraguan, ketakutan dan tidak mengenali kemampuannya dengan baik. Selanjutnya, layanan konseling diberikan dengan menggunakan pendekatan sifat dan faktor sehingga siswa dapat menentukan pilihan karir mereka tanpa periode kecemasan lagi. Kesamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Putri dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sama-sama membahas tingkat kecemasan karir dari kecemasan karir.

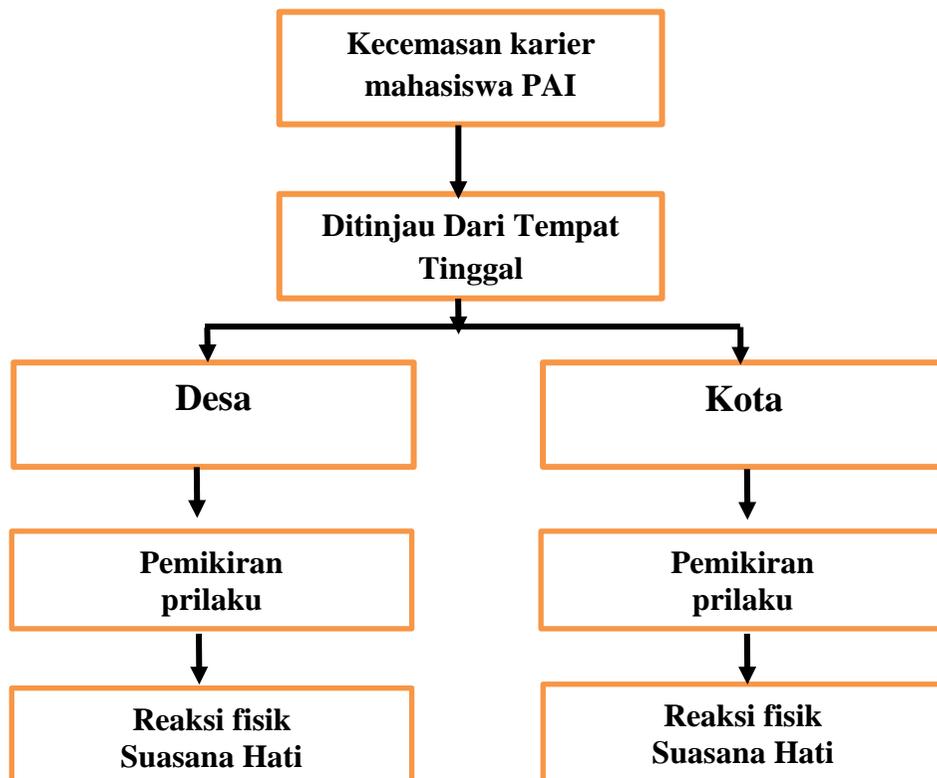
### **C. Kerangka Berpikir**

Kerangka berpikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut Sugiono “kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang dideskripsikan.” Kerangka berpikir dalam penelitian ini yaitu analisis kecemasan karier mahasiswa PAI untuk meningkatkan perencanaan karier adalah bentuk penyampaian atau penyajian dalam bentuk media cetak maupun media elektronik seputar karier, sedangkan perencanaan karier merupakan salah satu proses layanan yang bertujuan membantu siswa dalam proses pemahaman diri, pemahaman nilai-nilai, pengenalan lingkungan, hambatan dan cara mengatasinya serta perencanaan masa depan. Berikut kerangka berpikir dalam penelitian ini

Pemahaman tentang perencanaan karier sangat dibutuhkan bagi remaja yang sedang berkembang, seperti sebelumnya peserta didik atau seorang pelajar tidak memahami bahwa pentingnya sebuah karier agar peserta didik bisa menentukan karier apa yang akan di ambil setelah lulus. Maka setelah mendapatkan layanan informasi karier untuk meningkatkan perencanaan karier. Sehingga dengan demikian peserta didik menjadi pribadi yang dapat menentukan karier apa yang akan di pilih.

Penelitian ini melihat bagaimana tingkatan kecemasan karier Mahasiswa Tingkat Akhir Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan

Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Kecemasan karier yang dilihat ditinjau dari empat indikator diantaranya reaksi fisik, pemikiran, perilaku dan suasana hati. Data kecemasan karier tersebut dikumpulkan dengan instrumen penelitian SKKM untuk mengetahui tingkatan kecemasan karier Mahasiswa tersebut. Selanjutnya data dianalisis dengan uji untuk melihat perbedaan tingkatan kecemasan karier antara Mahasiswa yang berasal dari desa dan kota. Setelah data dianalisis, selanjutnya dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menentukan pelayanan bimbingan dan konseling yang cocok sebagai upaya untuk mengurangi kecemasan karier Mahasiswa Tingkat Akhir Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN SMH Banten tersebut.



#### D. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.<sup>30</sup> Menurut Abdulrohman Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya harus diuji empiris. Dengan demikian penulis berpandangan perlu untuk memberikan gambaran jawaban sementara terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_o$ ) sementara yang dimaksud hipotesis alternatif ( $H_a$ ) adalah menyatakan saling berhubungan antara dua variabel atau lebih, atau menyatakan adanya perbedaan dalam hal tertentu pada kelompok-kelompok yang dibedakan. Sementara yang dimaksud hipotesis nol ( $H_o$ ) adalah hipotesis yang menunjukkan tidak adanya saling hubungan antara kelompok yang satu dengan kelompok yang lain.<sup>31</sup>

Rumus uji hipotesis statistik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

$$H_o : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

Ket :

---

<sup>30</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R& D*, (Bandung, Alfabeta, 2017), 63.

<sup>31</sup> Abdurrahman Fatoni, *Metode Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*, ( Jakarta : Rineka Cipta, 2011), 20.

H<sub>0</sub> : Analisis kecemasan karier mahasiswa akhir Pendidikan Agama Islam tidak dapat ditinjau dari tempat tinggal

H<sub>a</sub> : Analisis kecemasan karier mahasiswa akhir Pendidikan Agama Islam dapat ditinjau dari tempat tinggal

$\mu_1$  : kecemasan karier mahasiswa Pendidikan Agama Islam sebelum di analisis tingkat kecemasannya.

$\mu_2$  : kecemasan karier mahasiswa Pendidikan Agama Islam setelah dianalisis tingkat kecemasannya.

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis statistik penelitian ini adalah kecemasan karier mahasiswa tingkat akhir Pendidikan Agama Islam fakultas tarbiyah dan keguruan UIN SMH Banten dapat di tinjau analisis dari tempat tinggal

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H<sub>0</sub>: Tidak Terdapat Perbedaan Kecemasan Karier Mahasiswa tingkat akhir pendidikan agama islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten Ditinjau dari tempat tinggal.

H<sub>i</sub>: Terdapat Perbedaan Kecemasan Karier Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten Ditinjau dari tempat tinggal.