

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi dan pertumbuhan penduduk yang kian hari kian meningkat, menuntut para anak muda untuk selalu meningkatkan kemampuan mereka dalam persaingan yang makin ketat. Persaingan yang semakin membludak dan meningkat di sejumlah bidang, termasuk yang berkaitan dengan kehidupan manusia, bidang sosial, budaya, dan ekonomi (Tasmuji & Khoirudin, 2022, h. 2). Salah satunya dalam kesehatan psikologis anak muda, khususnya mahasiswa tingkat akhir sangat terpengaruh dari isu ini. Salah satu gangguan psikologis yang sering dirasakan para mahasiswa tingkat akhir adalah kecemasan akan masa depan.

Bagi mahasiswa, karier merupakan salah satu sumber yang dapat menimbulkan kecemasan. Dalam menghadapi karier masa depan yang menjadi sumber kekhawatiran atau ketakutan bagi mahasiswa yaitu sempitnya lapangan kerja serta persaingan yang ketat dalam bidang pekerjaan. Kecemasan akan masa depan menimbulkan perasaan khawatir yang membuat perasaan menjadi tidak nyaman yang dapat ditandai dengan perasaan takut ataupun gelisah terhadap hal buruk yang akan terjadi menimpa dirinya dimasa mendatang (Adriansyah, 2015, h. 44).

Kecemasan terhadap masa depan (*anticipatory anxiety*) merupakan kombinasi yang rumit antara keadaan kognitif yang berorientasi pada masa depan dan pengaruh negatif. Lebih lanjut menurut Chua, dkk., (1998), kecemasan merupakan konseptualisasi atas keadaan kognitif-afektif-somatik yang berorientasi masa depan, fokus yang tidak dapat dikontrol pada kemungkinan atas ancaman yang ada dimasa depan, bahaya, atau hal lainnya yang dapat datang/terjadi. Kecemasan berhubungan dengan keadaan afektif negatif dari rasa takut dan ketidakberdayaan (Adriansyah, 2015, h. 44).

Menurut Zaleski, ciri dasar dari kecemasan masa depan adalah kepribadian yang menentukan cara dalam merespon ketakutan, pengalaman pribadi, dan peristiwa yang terjadi. Kecemasan masa depan mengacu pada aspek sikap terhadap

masa depan di mana proses kognitif dan emosional ke arah negatif lebih besar dari pada ke arah positif dan ketakutan lebih kuat dari pada harapan yang dimiliki. Perasaan cemas tersebut merupakan ketakutan akan kejadian dimasa depan dan perasaan bahwa perubahan bahaya atau merugikan dapat terjadi dimasa depan (Mujtahidah, 2018, h. 16).

Kecemasan masa depan yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir dapat ditimbulkan karena ketakutan akan tidak mendapatkan pekerjaan untuk memberikan kestabilan finansial mereka. Menurunnya jumlah prospek pekerjaan dan ketatnya persaingan di pasar tenaga kerja adalah hal-hal yang mengkhawatirkan atau menakut-nakuti para pelajar tentang pasar kerja di masa depan (Adriansyah, 2015, h. 49). Khawatir tentang sesuatu menimbulkan rasa tidak nyaman dan mungkin ditandai dengan perasaan takut atau cemas tentang hal-hal yang merugikan yang bisa terjadi di masa depan. Fortinash dan Worret dalam (Adriansyah, 2015) mengatakan bahwa kecemasan akan persaingan di masa depan dapat dilihat sebagai suatu jenis reaksi yang tidak menguntungkan yang melibatkan perasaan takut dan khawatir tentang ketersediaan pekerjaan dan dapat menghalangi pemenuhan tuntutan yang ditujukan untuk mengubah kehidupan dan kondisi menjadi lebih baik. Salah satu cara dalam mengurangi kecemasan dalam agama Islam ialah dengan berzikir.

Zikir secara umum mengacu pada mengagungkan nama Allah Swt., menghubungkan Dengan-Nya, Menyembah-Nya dengan segenap Kekuatan-Nya, dan Mengingat-Nya untuk mendekatkan diri Kepada-Nya (Al-Ghafuri, 2017, h. 14). Zikir adalah salah satu jenis ibadah manusia yang menurut penelitian Abdel Khalek dan Lester dalam (Mujtahidah, 2018), memiliki kekuatan untuk mengurangi kecemasan pada manusia, membuat mereka lebih bahagia dan lebih puas dengan kehidupannya. Bahkan penelitian Ismatun mengungkapkan perbedaan antara mereka yang menjalani pengobatan zikir dan yang tidak, dengan hasil akhir menemukan bahwa mereka yang melakukannya mengalami penurunan kecemasan. Ini menyiratkan bahwa melantunkan zikir akan membuat individu tidak terlalu khawatir (Ananda, 2022, h. 96).

Zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* merupakan salah satu zikir singkat yang begitu luar biasa pemaknaannya dan sangat dianjurkan bagi umat Islam (Lestari, 2020, h. 96). *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* mengandung arti bahwa cukuplah Allah Swt. sebagai pelindung kita. Lafal zikir ini juga merupakan bagian dari al-Qur'an ayat 173 dalam QS. Al-Imran, yang berbunyi sebagai berikut:

الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا ۗ وَقَالُوا حَسْبُنَا
اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ ۙ ١٧٣

“(Yaitu) orang-orang (yang menaati Allah Swt. dan Rasul) yang kepada mereka ada orang-orang yang mengatakan: "Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka", maka ucapan itu menambah keimanan mereka dan mereka menjawab: "Cukuplah Allah Swt. menjadi Penolong kami dan Allah Swt. adalah sebaik-baik Pelindung.”

Menurut tafsir dari ayat ini, sekelompok musyrik Quraisy telah mengumpulkan pasukan yang cukup besar untuk mempersiapkan serangan terhadap umat Islam (ada yang mengatakan bahwa musyrik berada di bawah komando Abu Sufyan). Umat Islam diimbau untuk berhati-hati. Keimanan umat Islam kepada Allah Swt. kemudian dikuatkan dengan komentar dan peringatan tersebut. Mereka berpikir bahwa kemenangan yang diramalkan Allah Swt. akan terjadi. Mereka kemudian mengambil keputusan untuk melanjutkan dengan mengucapkan kalimat "*Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*", yang secara harfiah diterjemahkan sebagai "*Cukuplah Allah Swt. sebagai pelindung kita*" (Hidayat, 2021, h. 23).

Untuk melihat gambaran mengenai kecemasan antisipatori serta zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung. Peneliti melakukan studi awal terhadap 6 subyek mahasiswa dengan menggunakan kuesioner, hasilnya menunjukkan bahwa 6 subyek di antaranya mengalami kecemasan antisipatori. Selain itu subyek sudah mengetahui tentang zikir tersebut dan selalu diucapkan *ba'da* shalat berjamaah di masjid Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung bahkan banyak yang sudah melafalkannya saat mengalami kecemasan antisipatori

ataupun tidak. Dari hasil pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* pada kecemasan antisipatori saat studi awal menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan serta mendapatkan dampak positif, yang mana subyek merasakan lebih tenang, rileks dan menjadi sarana untuk mengalihkan dari pikiran negatif menjadi positif. Sehingga peneliti menduga bahwa ada pengaruh yang luar biasa pada zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan antisipatori.

Bagi mahasiswa yang berada pada Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung sering melafalkan zikir, salah satunya tentang zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* yang kerap kali di ucapkan *ba'da* shalat serta tradisi zikir yang dilakukan, sehingga bukan lagi konsep baru bagi mereka dan juga permasalahan serta studi awal mengenai kecemasan masa depan sering kali dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang berada di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung.

Maka dari itu, yang menjadi subjek pada penelitian kali ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang berada di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung, sedangkan objek yang diteliti adalah pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan antisipatori mahasiswa itu sendiri. Maka, judul yang penulis pilih untuk penelitian ini adalah, **“PENGARUH ZIKIR *ḤASBUNALLĀH WANI'MAL WAKĪL* TERHADAP KECEMASAN ANTISIPATORI: (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung).”**

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang sudah yang dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat kecemasan antisipatori pada mahasiswa akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung?
2. Bagaimana gambaran tingkat zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* pada mahasiswa akhir Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung?

3. Apakah terdapat pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan Antisipatori pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini ditinjau dari rumusan masalah yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan antisipatori pada mahasiswa akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung
2. Untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* pada mahasiswa akhir Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan Antisipatori pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung

D. Manfaat Hasil Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis (*Theoretical Significance*)

Kegunaan teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan suatu informasi dan pengetahuan peran pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* saat mengalami kecemasan antisipatori. Selain itu, penelitian ini juga dapat dipakai sebagai bahan acuan atau rujukan dalam penelitian selanjutnya dengan bahasan yang serupa.

2. Secara Praktis (*Practical Significance*)

Selain itu, kegunaan praktis dalam penelitian ini adalah mampu memberi solusi bagi mahasiswa di luar sana khususnya yang beragama Islam untuk mengamalkan zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* saat mengalami kecemasan antisipatori sehingga memberikan dampak hati menjadi jauh lebih tenang serta

meningkatkan ketawakalan, selain itu juga untuk memberi informasi mengenai manfaat atau dampak positif mengamalkan zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*.

E. Kerangka Berpikir

Dalam menjalani kehidupan, sebagai makhluk yang diciptakan Allah Swt. paling sempurna, manusia hendaknya senantiasa untuk mengingat Allah Swt. Permasalahan kehidupan tentunya mewarnai setiap perjalanan kehidupan manusia, di antaranya kecemasan dalam menghadapi masa depan (Kecemasan Antisipatori). Segala hal yang menjadi ketakutan dan kegelisahan menjadi pengaruh yang akhirnya mempengaruhi dalam menjalani perjalanan menggapai masa depan.

Zikir merupakan tindakan ataupun kegiatan yang dilakukan dengan segenap hati dan pikiran untuk mengingat Allah Swt. Dengan berzikir manusia akan senantiasa mengusahakan untuk selalu berusaha namun dengan disandingkan bertawakal kepada Allah Swt. yang tentunya memberikan rasa tenang dan kepercayaan untuk menghadapi perjalanan lika-liku proses kehidupan (Al-Ghafuri, 2017, h. 34). Zikir dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti dengan mengucapkan kalimat-kalimat keagungan Allah Swt., membaca ayat-ayat Al-Qur'an, atau melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat menenangkan hati dan pikiran. Zikir merupakan salah satu cara untuk meningkatkan ketakwaan seseorang kepada Allah Swt. dan merupakan salah satu cara untuk mencapai kedekatan Dengan-Nya (Nasution, 2017, h. 43). Zikir merupakan salah satu cara untuk meningkatkan ketakwaan seseorang kepada Allah Swt. dan merupakan bentuk ibadah yang sangat dianjurkan dalam agama Islam. Yang tentunya banyak hal energi positif yang dapat diperoleh dari aktivitas melakukan zikir (Khoirudin, 2016, h. 23).

Salah satunya zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, merupakan zikir yang sering dibaca saat terjadi musibah. Zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* ini mengandung pernyataan bahwa kita tergantung kepada Allah Swt., meminta Perlindungan-Nya, dan menyerahkan semua masalah Kepada-Nya. Zikir ini sering digunakan dalam ibadah Islam dan sering diulang sebagai bentuk meditasi atau doa. Makna "*Ḥasbunallah*" berarti "*Allah Swt. cukup bagiku.*" Kata ini adalah

pernyataan kepercayaan pada Allah Swt. dan sebagai pengingat bahwa Allah Swt. adalah sumber dukungan dan perlindungan terakhir. Sedangkan makna dari "*Wani'mal Wakil*" berarti "*Dan Dia adalah penjaga terbaik*". Kata ini menekankan keyakinan bahwa Allah Swt. adalah penjaga dan pelindung terbaik, dan kita harus bergantung Pada-Nya dalam segala hal. Melakukan zikir ini dapat menjadi pengingat untuk bergantung pada Allah Swt. dalam waktu-waktu kesulitan dan mempercayai bimbingan dan Perlindungan-Nya. Zikir ini juga dapat membantu menumbuhkan rasa kepercayaan pada Allah Swt. dan rasa damai dan kepuasan (Bahri, 2013, h. 33).

Demikian terhadap kecemasan terhadap masa depan, tentunya zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* memiliki banyak manfaat bagi orang yang rutin mengamalkannya. Beberapa di antaranya adalah: meningkatkan iman dan kepercayaan kepada Allah Swt., menenangkan hati, menjauhkan diri dari kekafiran dan kemaksiatan, menjadi lebih bersikap optimis, menjadi lebih sabar (Bahri, 2013, h. 34).

Kecemasan antisipatori merupakan kecemasan masa depan pada cara individu merespon sebuah ketakutan, pengalaman pribadi, dan peristiwa yang pernah dialami. Kecemasan ini berlaku pada individu yang memiliki pandangan buruk pada dirinya di masa depan yang belum pasti). Indikatornya diadopsi dari *Future Anxiety Scale* yang dikembangkan oleh Zaleski adalah gelisah, rendah diri, tidak berdaya, tegang, kurang percaya diri, dan terancam.

Maka dari itu, adanya kerangka berpikir yang penulis paparkan di atas merupakan paparan yang disampaikan untuk mempermudah penelitian dalam menjawab terkait pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan masa depan. Setelah kita analisis dari berbagai penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator zikir yang diadopsi juga menurut Nurul Yaqien sebagai variabel X meliputi frekuensi atau intensitas zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, persistensi dalam melakukan zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, ketabahan dan kesabaran yang diperlihatkan saat berzikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, kedalaman penghayatan dalam menjalani zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, serta arah dan tujuan yang menjadi landasan sikap dalam melakukan zikir *Ḥasbunallāh*

Wani'mal Wakīl. Untuk indikator tingkat kecemasan sebagai variabel Y adalah gelisah, rendah diri, tidak berdaya, tegang, kurang percaya diri, dan terancam.

Dan apabila zikir ini diterapkan kepada mahasiswa tingkat akhir pada Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung yang mengalami kecemasan antisipatori sangatlah cocok di mana saat di tingkat mahasiswa akhir merupakan sekelompok mahasiswa yang mulai berpikir mengenai karir kedepannya setelah lulus nanti, bagaimana terkait masa depannya dan lain-lain. Sehingga dari zikir ini mereka akan menyadari bahwa ada pengaruh terhadap kecemasan masa depan yang mana nantinya zikir ini akan membantu untuk mengatasi permasalahan tersebut.



Gambar 1. 1. Kerangka Pemikiran

F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian ini, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha: Terdapat Pengaruh Zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap Kecemasan Antisipatori pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung

Ho: Tidak terdapat Pengaruh Zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap Kecemasan Antisipatori pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Tinjauan pustaka merupakan hasil ringkasan mengenai penelitian terdahulu atau sebelumnya tentang topik tertentu atau yang masih berkaitan dengan topik pembahasan yang menjadi acuan oleh peneliti. Sehingga menjadi sebuah perbandingan perbedaan dan pembaharuan dari penelitian sebelumnya. Untuk memudahkan penulis dalam melaksanakan penelitian nantinya, dapat diperoleh hasil dari tinjauan pustaka yang penulis baca dan pahami. Adapun beberapa hasil tinjauan pustaka saat ini yang penulis dapatkan adalah sebagai berikut:

Serupa dengan penelitian skripsi Agus Kurnia Hidayat, dengan judul *Terapi Amalan Zikir Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl dalam Mengatasi Stress*. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian ini juga meneliti tentang zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, akan tetapi variabel Y dalam penelitiannya lebih kepada stress, sementara itu subyek penelitian dari skripsi Agus yaitu mahasiswa akhir kelas XII serta variable X nya ialah terapi amalan zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* dan stres. Menurut temuan penelitiannya, zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* sangat efektif untuk menghilangkan stres dan dapat digunakan oleh mahasiswa akhir kelas XII. Skripsi ini memberikan gambaran tentang zikir bagi mahasiswa akhir kelas XII yang mengalami stres. Rasa percaya diri dan

ketenangan jiwa siswa dapat ditingkatkan dengan zikir sebagai hasilnya (Hidayat, 2019, h. 1-106).

Dalam skripsi penelitian menurut Devina Dwi Ananda dengan judul *Pengaruh Zikir Lisani dalam Menurunkan Kecemasan Mahasiswa Akhir di Majelis Ta'lim Mifathussa'adah, Kecamatan Tembilah Hulu*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, sementara itu subyek penelitian dari skripsi Devina Dwi Ananda yaitu *Mahasiswa Akhir di Majelis Ta'lim Mifathussa'adah* serta variabelnya ialah zikir lisani dan kecemasan. Temuan penelitiannya mengungkapkan bahwa zikir lisani memiliki dampak yang cukup besar dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir di majelis ta'lim Mifathussa'adah. Selain itu zikir lisani ini dapat membantu para individu menjadi lebih fokus dan dapat mengurangi kecemasan masa depan. Maka dari itu zikir lisani ini berpengaruh positif terhadap kecemasan masa depan mahasiswa tingkat akhir (Ananda, 2022, h. 1-71).

Dalam skripsi penelitian menurut Umi Mujtahidah dengan judul *Hubungan Zikir dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Tahun 2018*. Dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif, sementara itu subyek penelitian dari skripsi Umi Mujtahidah yaitu mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo tahun 2018 serta variabelnya ialah hubungan zikir dan kecemasan menghadapi masa depan. Menurut temuan studinya, zikir dan kecemasan masa depan memiliki asosiasi yang buruk, menunjukkan hubungan yang negatif. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bila individu sering melakukan zikir maka tingkat kecemasan masa depan akan semakin rendah, dan apabila individu yang jarang melakukan zikir maka tingkat kecemasan masa depannya sangat tinggi (Mujtahidah, 2022, h. 1-106).

Dalam skripsi penelitian menurut Sara Gusti Ningsih dengan judul *Zikir Laailahillallah Terhadap Tingkat Kecemasan (Studi Kasus Atlet Klub Panahan Padang Pariaman)*. Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif, sementara itu subyek penelitian dari skripsi Sara Gusti Ningsih yaitu anggota atlet klub panahan serta variabelnya ialah zikir *Laailahillallah* dan tingkat kecemasan. Menurut temuan penelitiannya didapatkan terdapat pada 35 subyek yang intens

melakukan zikir tersebut dan masing-masing memiliki tingkat kecemasan dan hasilnya terdapat pengaruh positif yang signifikan, dari hasil penelitian tersebut bahwa zikir tersebut harus ditanamkan dalam klub panahan khususnya untuk yang beragama Islam yang ada di Indonesia agar mengamalkan zikir tersebut untuk mengatasi kecemasan (Ningsih, 2023, h. 1-106).

Dalam skripsi Nurul Yaqien tahun 2018 dengan judul *Pengaruh Zikir Terhadap Perilaku Santri Di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Bandung*. Penelitian ini juga meneliti tentang zikir, akan tetapi variabel Y dalam penelitiannya lebih kepada perilaku atau tindakan seseorang dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang kemudian menjadi kebiasaan karena memiliki keyakinan atas hal tersebut yang berdampak pada keseharian santri di Pondok Pesantren Mahasiswa Universitas Bandung, dan yang menjadi latar belakang pada penelitian ini adalah pada zaman sekarang remaja kebanyakan hanya memikirkan kesenangan duniawi, hati sering merasa gelisah, sering sedih tidak menentu, namun lupa kepada Allah Swt. Penelitian ini menghasilkan adanya pengaruh zikir terhadap perilaku santri di pondok tersebut (Yaqien, 2018, h. 1-107).

Dalam penelitian skripsi oleh Abdullah Isnaini dengan judul *Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan (Studi Kuantitatif Santri/Santriwati di Pesantren Jamiathul Mukhlisin Padalarang)*. Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif, sementara itu subyek penelitian dari Abdullah yaitu santriwan dan santriwati yang mengalami kecemasan serta variabelnya ialah pengaruh zikir dan tingkat kecemasan dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa zikir mampu menurunkan tingkat kecemasan pada para santri/santriwati, maka dari itu zikir efektif dalam menurunkan skor tingkat kecemasan (Isnaini, 2023, p. 1-57).

Dalam penelitian skripsi oleh M. Sulthon Dzul Hilmi dengan judul *Dukungan Sosial Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Mahasiswa Disabilitas (Tuna Netra) di Kota Malang. Jurnal UIN Malang*. Penelitiannya menggunakan metode penelitian kuantitatif, sementara itu subyek penelitian dari M. Sulthon Dzul Hilmi yaitu mahasiswa disabilitas (Tuna Netra) yang mengalami kecemasan masa depan akibat penerimaan dirinya yang rendah serta variabelnya

ialah dukungan sosial penerimaan diri dan kecemasan masa depan, penelitian ini juga dilatarbelakangi oleh keadaan seseorang yang mengalami disabilitas merasa bahwa dirinya tidak mampu melakukan pekerjaan serta meningkatnya kecemasan akibat persaingan dunia kerja yang ketat serta terbatas, yang akhirnya membuat kecemasan ini menjadi sebuah aspek permasalahan pada mahasiswa. Hasil dari penelitiannya yaitu dukungan sosial yang dirasa diterima oleh mahasiswa disabilitas (Tuna Netra) di Malang terbilang cukup baik (Hilmi, 2017, h. 1-110).

Berdasarkan dari tinjauan pustaka di atas, terdapat berbagai literatur sebelumnya yang membahas dari segi konsep, tema dan subyek saling berkaitan. Selain itu, belum terdapat satu pun penelitian yang membahas pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan antisipatori atau yang biasa dikenal dengan istilah kecemasan akan masa depan pada mahasiswa tingkat akhir. Sehingga hal ini bisa menjadi penelitian atau literatur baru mengenai pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan akan masa depan yang mampu memberikan literasi baru.

Dari hasil penelitian terdahulu di atas, terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis. Dalam penelitian di atas juga ada yang sama-sama meneliti tentang zikir namun pada variabel Y berbeda dengan yang akan penulis teliti, perbedaan lain juga terdapat pada tempat observasinya ada juga yang sama, penulis memilih tempat di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung dikarenakan penulis sangat tertarik pada kebiasaan santri khususnya mahasiswa tingkat akhir yang berada di sana ini yang melakukan zikir ba'da shalat fardu dan tradisi yang dilaksanakan, setelah melakukan studi awal kepada beberapa mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kecemasan antisipatori beberapa dari mahasiswa tersebut melakukan zikir termasuk zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*. Yang membuat penulis penasaran akan pengaruh yang diberikan oleh kalimat zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada penelitian yang berjudul Pengaruh Zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap Kecemasan Antisipatori: (Studi Deskriptif

pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung) terdiri dari lima bab. Kelima bab tersebut saling berkaitan dengan susunan sebagai berikut:

Pada *bab pertama* terdapat pendahuluan dengan sub bab berisi latar belakang yang membahas dasar dari penelitian, terdapat juga rumusan dari masalah yang akan diteliti beserta tujuannya, kegunaan dari penelitian dan hipotesis atau gambaran dari pelaksanaan penelitian, metodologi penelitian, hasil penelitian terdahulu, konsep serta teori-teori penelitian yang disebut kerangka pemikiran, serta susunan dari bab satu sampai lima yang sering disebut dengan sistematika dari penulisan.

Pada *bab kedua* dalam penelitian ini terdapat kumpulan teori-teori yang menjadi landasan dalam penulisan yang disebut dengan kajian teoritis mengenai pengaruh zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* terhadap kecemasan antisipatori pada mahasiswa akhir. Kajian teoritis ini berisi tentang tinjauan terhadap pengaruh zikir pada umumnya dan spesifik pada zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl*, tinjauan tentang zikir *Ḥasbunallāh Wani'mal Wakīl* menurut para ulama tasawuf maupun tokoh Islam lainnya.

Pada *bab ketiga* ini membahas tentang cara dan ilmu memperoleh kebenaran dalam penelitian yang terdapat pada metodologi penelitian. Penulis akan melakukan tahapan-tahapan dalam penelitian yaitu yang pertama menentukan jenis penelitian yang akan digunakan, data yang didapatkan atau sumber data, cara atau teknik pengumpulan data, menentukan populasi, sampel, serta melakukan analisis hipotesis dan melakukan analisis data.

Pada *bab keempat* berisi tentang pembahasan dari penelitian serta hasil dari penelitian yang berisi tentang latar Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Cipadung Bandung, Sejarah singkat, gambaran tradisi serta zikir di pondok pesantren, serta berisi tentang sejauh mana kecermatan dan ketepatan alat ukur atau validitas serta hasil yang didapatkan dalam penelitian atau reliabilitas dan validitas, menganalisis hubungan variabel X dan Y, kenyataan dari pelaksanaan zikir pada mahasiswa tingkat akhir yang berada di Pondok Pesantren Mahasiswa Universal serta melakukan uji dari hipotesis dan seberapa kadar pengaruh zikir *Ḥasbunallāh*

Wani'mal Wakil atau variabel X terhadap tingkat kecemasan antisipatori atau variabel Y.

Pada *bab kelima* ini sebagai penutup ini berisi tentang kesimpulan dari hasil penelitian dan saran.

