

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa dapat mengambil bagian dalam berbagai kegiatan di luar bidang akademik sesuai dengan minat mereka. Salah satu kegiatan di bidang kesenian, yaitu paduan suara yang memiliki tujuan untuk menyalurkan bakat dan minat mahasiswa dalam bernyanyi dan bermain music. Paduan suara juga merupakan bagian dari salah satu bidang kesenian, yaitu di bidang seni musik vocal, suara Fokus pada modal dan dilakukan secara berkelompok. Menurut Simanungkalit (2008:4) mengatakan :”musik vocal merupakan music yang dapat dibawakan oleh penyanyi atau sekumpulan orang yang berasal dari suara manusia. Di bagian refrein atau ada berbagai jenis suara di dalam paduan suara. Adapun berbagai jenis nada atau ambitude yang umum untuk diketahui oleh semua kalangan anggota paduan suara. Ada ambitude seperti Soprano, Mezzo-soprrano, alto, tenor,baritone dan Bass, ini merupakan jenis-jenis dari ambitude paduan suara.

Paduan suara di tingkat mahasiswa juga merupakan sebuah UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) yang memiliki tujuan diantaranya agar dapat mengembangkan kompetensi dan untuk menambah atau memperluas pengetahuan mengenai keterampilan pada mahasiswa, untuk membimbing minat bakat mahasiswa, serta untuk kepentingan dan perkembangan seutuhnya. Kegiatan paduan suara inipun dapat dimulai secara teratur atau pada waktu yang sudah ditentukan saja. UKM ini tetap berjalan sesuai rencana Bertekad untuk mendukung pencapaian tujuan kursus. Adapun job yang sering diisi oleh anggota paduan suara mahasiswa ini yaitu seperti acara wisuda, PESONA, ataupun pelantikan-pelantikan yang diadakan oleh pihak kampus ataupun diluar kampus. Dengan seringnya anggota paduan suara ini mengisi acara-acara tersebut sering pula mereka merasa cemas dengan apa yang akan mereka tampilkan untuk penonton nantinya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan ketika pra penelitian terhadap pengurus Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dapat menambah informasi bahwasanya persoalan yang dihadapi anggota paduan suara dari waktu itu untuk melawan rasa cemasnya ketika akan tampil agar sebisa mungkin tampil dengan maksimal. Wawancara dilakukan N sebagai pengurus UKM PSM UIN Sunan Gunung Djati Bandung bahwasanya hampir semua anggota PSM mengalami detak jantung yang lebih tinggi baik sebelum maupun sesudah mereka berada diatas panggung. Mereka mengeluh tentang kurangnya persiapan, rasa tidak yakin terhadap kemampuan mereka, dan kadang-kadang berkeringat dingin sebelum tampil (wawancara,2023).

Fakta diatas juga diperkuat oleh Ketua umum PSM UIN Sunan Gunung Djati Bandung mengatakan bahwasanya kecemasan yang dialami oleh anggotanya ketika akan tampil itu seperti keringat berlebih, tangan dingin, dan gemetar. Ketua Umum PSM juga menyatakan bahwa kebanyakan dari mereka melakukan penampilan yang menurun karena kurang yakin dengan kemampuan mereka meskipun sebenarnya anggotanya itu memiliki kemampuan yang luar biasa. Hasil audisi menentukan tingkat kemampuan musisi yang diperlukan untuk layak tampil, karena tidak semua peserta audisi bisa lolos dan menjadi anggota UKM PSM UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dan apabila para anggota mengalami MPA yang berlebih bisa salah satu diantara mereka lupa akan nada dari masing-masing ambitude, sehingga ketika sedang performance membuat anggotanya semakin cemas akan nada yang beda dari teman satu ambitudanya (wawancara,2023).

Pemusik terutama penyanyi, biasanya melakukan penampilan di depan umum, menganggapnya sebagai pekerjaan mereka. Dalam sebuah grup music, penyanyi adalah pusat perhatian. Oleh karena itu, tidak dapat dipungkiri bahwa bernyanyi di depan banyak orang menimbulkan tekanan yang signifikan. Penyanyi harus memiliki mental yang stabil untuk dapat mengalahkan segala kecemasan yang terjadi saat tampil. Salah satu faktor

psikis yang mempengaruhi paduan suara saat akan tampil adalah level kecemasan. (Komarudin, 2015:2)

Ketika seorang musisi berada diatas panggung, dia mengalami ketakutan, yang biasa atau disebut demam panggung (*Stage Fright*) atau kecemasan penampilan music/MPA (jika berkaitan dengan music). Salmon mengatakan bahwa kecemasan terkait kemampuan music, latihan, dan persiapan individu didefinisikan sebagai pengalaman dari kegelisahan, kesedihan, atau gangguan yang terus-menerus atau gangguan tampil di depan umum sampai pada tingkat yang tidak ditentukan (Salmon, 1990:11).

Musisi *local* dan kelas atas memiliki fenomena MPA. Hal ini sebanding dengan pengalaman pemain gitar George Harrison, yang bergabung dalam *Band the Baeatles* dan diduga mengalami MPA dalam dirinya. Dalam biografinya, dia mengatakan bahwa dia takut untuk tampil secara langsung di tempat acara BBC karena takut membuat kesalahan pada permainan gitarnya. Sebelum penampilannya, dia meminta cameramen untuk tidak memfokuskan kamera pada dirinya karena dia benar-benar tidak yakin untuk melakukan penampilan music di depan umum.

Kecemasan merupakan sebuah masalah yang sering sekali dirasakan oleh kalangan Mahasiswa ataupun masyarakat lainnya, karena kecemasan merupakan sebuah pengalaman yang universal. Menurut Freud kecemasan didefinisikan sebagai situasi emosional setelah kesenangan adalah perasaan tubuh memperingatkan bahwa akan ada perasaan atau keadaan yang akan terjadi pada dirinya sendiri. Perasaan itu tidak menyenangkan yang tidak jelas serta tidak bisa dibedakan , tapi selalu dirasakan.

Dalam literatur psikologi, kecemasan pertunjukkan dibahas sebagai faktor penelitian penting untuk berbagai situasi social yang membutuhkan interaksi interpersonal. Selain itu, dasar teoritis untuk penelitian kecemasan telah berubah sesuai dengan perubahan dalam definisi DSM-III, yang diterbitkan oleh APA pada tahun 1980. Melakukan perbedaan kecemasan dari depresi dan membaginya menjadi subkategori, seperti gangguan kecemasan, gangguan kecemasan umum, gangguan kecemasan social,

serangan panik, dll. Telah menarik banyak perhatian di beberapa kalangan. Dengan perubahan ini, kecemasan pertunjukkan biasanya ditangani bersama kecemasan social. Namun, karena dapat dipengaruhi oleh kecemasan social umum, tingkatnya dan prosesnya sendiri, kecemasan pertunjukkan harus dipelajari secara terpisah dari kecemasan social. Fakta bahwa perspektif ini meningkatkan peluang untuk membangun intervensi yang lebih hemat biaya dan efektif.

Ketika seseorang mengalami kecemasan saat akan tampil di depan umum, hal itu dapat mengganggu penampilan mereka, yang seharusnya melibatkan perasaan tenang dan suara serta koreografi yang lancar (Parncutt Richard & McPherson, 2002). Wolman dan Stiker (1994) menyatakan bahwa kecemasan tidak hanya dapat berdampak pada kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu, tetapi juga dapat berdampak pada kemampuan intelektual mereka, khususnya memori dan kemampuan berbicara. Semua pemain, terlepas dari apakah mereka adalah actor, musisi, penyanyi, presenter, instruktur upacara, atau siapa pun yang beraksi di depan penonton, mengalami perasaan ini secara alami.

Studi yang dilakukan oleh Plaut (dalam Parncutt dan McPherson, 2002) menemukan bahwa 80% orang mengalami kecemasan saat mereka berada di tengah perhatian orang lain. Studi tahun 1999 di Amerika Serikat oleh Marchant-Haycox dan Wilson (dalam Parncutt dan McPherson, 2002) menemukan bahwa penyanyi mengalami kecemasan terkait penampilan sebanyak 38%, penari sebanyak 35%, dan actor sebanyak 33%. Survei terhadap 178 siswa drama senior pada satu waktu di enam perguruan tinggi London menemukan bahwa 36,7% dari mereka menganggap kecemasan terkait prestasi sebagai masalah sedang, dan 9,6% menganggapnya sebagai masalah berat.

Penelitian yang dilakukan oleh Akbar Lindo yang berjudul yang menunjukkan hasil sebagian besar anggota Paduan Suara Gema Gita Bahana UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat kecemasan atas penampilan music yaitu pada tingkat sedang. Hasil pengkategorisan

menunjukkan bahwa dari 50 subjek yang di survey, sebagian besar anggota paduan suara berada dalam kategori sedang dengan persentase 73,5% , tiga subjek berada dalam kategori rendah dengan persentase 4,4%, dan 15 subjek lainnya berada dalam kategori tinggi dengan persentase 22,1%. Hasil ini menunjukkan bahwa anggota Paduan Suara Mahasiswa cenderung merasakan kecemasan namun dalam taraf sedang atau normal. Sehubungan dengan data diatas, musisi biasanya mengalami demam panggung atau ketakutan panggung saat konser music (Febianti,2015:54). Anggota Paduan Suara Mahasiswa Gema Gita Bahana masih mengalami kecemasan terkait penampilan music, yang dianggap sebagai hal yang normal bagi seorang musisi.

Khawatir akan perfoma jelas merupakan masalah besar yang harus ditangani karena dapat mengganggu pekerjaan seniman dan penyanyi. Rappoport (1989) menambahkan bahwa kecemasan yang berlebihan tentang kinerja dapat mengganggu kinerja seseorang saat tampil. Hal ini dapat membahayakan diri sendiri dan rekan satu acara.

Setiap orang yang akan tampil dihadapan umum mengharapkan hal-hal baik saja tanpa masalah atau bahaya yang menyebabkan kualitas performanya turun. Namun, tanpa bantuan Allah SWT, harapan itu hanyalah harapan belaka. Orang yang beriman akan percaya bahwa Allah Subhanahu Wa Ta'ala akan membantunya. Mereka menyerahkan semua harapan mereka kepada-Nya, termasuk ketenangan hati mereka. Apabila manusia takut menghadapi kesulitan maka jawabannya yaitu mereka harus bertawakal kepada Allah, bukan untuk menyerah, tetapi untuk melihatnya sebagai ujian untuk meningkatkan kapasitas mereka sebagai manusia.

Sikap tasawuf membantu menyeimbangkan kondisi mental dan fisik yang tidak terkendali ini dengan meningkatkan rasa tawakal kepada Allah SWT atas apa yang terjadi. Tawakal adalah tujuan akhir dari upaya seorang hamba setelah berjuang semaksimal mungkin, sesuai dengan apa yang Allah katakana dalam surah Ali-Imran ayat 159

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ

وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

“Maka berkat rahmat Allah, engkau (Nabi Muhammad) bersikap ramah terhadap mereka. Jika anda keras dan berhati-hati, mereka akan menjauh dari anda. Oleh karena itu, maafkan mereka, mohon ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam hal apapun yang penting bagi anda. Selanjutnya, bertawakallah kepada Allah setelah membuat keputusan yang salah. Allah mencintai orang yang bertawakal.”.

Sesungguhnya mengingat Allah saat beribadah kepada-Nya dan juga saat tidak beribadah dapat menumbuhkan rasa dekat dengan-Nya dalam hati seseorang sehingga mereka selalu bertawakal kepada-Nya. Inilah yang benar-benar membuat seseorang merasa aman dan kuat di dunia ini. Berdoa, mengingat Allah, dan bertakwa kepada-Nya akan meningkatkan hubungannya dengan Allah SWT dan membuatnya merasa aman dan kuat. Selain itu, dengan seizin Allah, orang yang bertawakal dapat melepaskan diri dari semua sumber ketakutan, kesedihan dan kecemasan.

Maka kita sebagai seorang muslim bertawakal kepada-Nya, dan tidak akan merasakan kecemasan, ketakutan, atau takut akan hasil dari masalah yang dihadapinya karena Allah Subhanu Wa Ta'ala lebih mengetahui apa yang terbaik untuk umatnya. Dengan demikian, saya selaku peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “**Pengaruh Sikap Tawakal Terhadap MPA (Music Performance Anxiety)**”. Penelitian ini dilakukan kepada Anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Peneliti ini berupaya untuk mengkaji mengenai tawakal terhadap kelancaran performa dari segi mental dan dikaitkan dengan sudut pandang Tasawuf yaitu mengenai tawakal terhadap kecemasan MPA (*Music Performance Anxiety*).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dicantumkan diatas, rumusan masalah utama adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran MPA (*Music Performance Anxiety*) pada anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

2. Bagaimana gambaran sikap tawakal pada anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?
3. Bagaimana pengaruh sikap tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*) pada UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran MPA (*Music Performance Anxiety*) pada Anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran sikap tawakal pada anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Untuk mengetahui pengaruh sikap tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*) pada Anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan oleh seorang peneliti pasti memiliki manfaatnya sendiri. Beberapa di antara manfaat tersebut adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritisnya adalah, penelitian yang diambil ialah untuk meningkatkan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang tasawuf juga penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi organisasi itu, wabil khusus bagi jurusan Tasawuf Psikoterapi sendiri, umumnya bagi bidang keilmuan lainnya,

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktisnya ialah, khususnya bagi saya selaku penulis yaitu dapat menambahkan wawasan keilmuan bagi penulis agar dapat mengembangkan bagaimana dan seperti apa pengaruh sikap tawakal yang ditanamkan dalam diri anggota UKM Paduan Suara Mahasiswa

UIN Sunan Gunung Djati Bandung terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*). Adapun juga bagi UKM Paduan Suara Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai masukan upaya memajukan kualitas anggotanya saat akan tampil.

E. Kerangka Berpikir

Kecemasan adalah sesuatu yang dapat dialami oleh semua orang, tetapi mengalaminya secara berlebihan akan menjadi tantangan bagi kehidupan seseorang. Sebagaimana dinyatakan oleh Kaplan, Sadock, dan Grebb, kecemasan adalah reaksi terhadap situasi tertentu yang mengancam. Menemukan arti hidup dan identitas diri serta mengalami kemajuan, perubahan, dan pengalaman baru adalah hal yang normal (Jeffrey, 2003:162).

Teori kecemasan menyatakan bahwa, kecemasan adalah penyebab utama dari berbagai jenis gangguan kejiwaan. Freud menggambarkan kecemasan sebagai kondisi yang tidak menyenangkan, emosional, dan kuat disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang sedang terjadi. Ketakutan adalah respons yang tepat terhadap ancaman. Namun, jika tingkat kecemasan tidak sebanding dengan ancaman atau jika muncul tanpa alasan yang jelas, tingkat kecemasan dapat menjadi abnormal. Jika kecemasan terlalu tinggi, itu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari kita. Selain itu, ketakutan dapat berubah menjadi stress (Milla Haidarotul, 2015:24).

Freud mengatakan kecemasan terdiri dari perasaan yang tidak menyenangkan dan reaksi fisik dan mental. Gejala psikologis mungkin termasuk takut dan khawatir yang tidak terkendali, merasa tertekan, merasa tidak mudah menghadapi sesuatu yang buruk yang akan terjadi, terus menerus mengomel tentang perasaan takut terhadap apa yang akan terjadi dimasa yang akan datang, atau percaya bahwa sesuatu yang menakutkan akan terjadi dimasa yang akan datang. Namun, gejala fisiologis adalah gejala kesehatan fisik, terutama yang terkait dengan fungsi system syaraf,

seperti gemetar, pucat, perut mual, keringat berlebihan, sulit bicara, nafas pendek, jantung berdebar-debar, lemas, tangan dingin dan sering buang air kecil.

Kecemasan pertunjukkan music (MPA) (*Music Performance Anxiety*) adalah perasaan yang terlalu cemas dan stress secara terus menerus dengan aspek kognitif, afektif, somatic, dan perilaku saat melakukan pertunjukkan music. MPA dapat terjadi pada tingkat yang lebih intens. Pada dasarnya talent dapat mengalami kecemasan sebelum tampil di depan umum dalam sehari, beberapa hari, atau bahkan beberapa jam sebelum pementasan. Kecemasan sendiri dapat berasal dari kurangnya persiapan atau latihan dan ada juga kecemasan yang disebabkan oleh pemikiran yang terjadi beberapa saat sebelum pementasan (Kenny, 2008:176).

Kenny mengatakan bahwa ada 3 dimensi mengamati fenomena MPA yang dialami oleh para musisi remaja. Dalam tiga faktor, yaitu aspek somatic dan kognitif, performance context, dan performance evaluation. Dimensi ini digunakan untuk mengidentifikasi faktor multi dimensi yang menyebabkan kecemasan saat tampil (Kenny, 2011:203).

Meningkatnya kecemasan sebelum pertunjukkan sangatlah tinggi. Dalam situasi, proses kognitif seperti focus dan perhatian juga terpengaruh oleh gemetar, berkeringat, dan stress. Misalnya ketika seseorang khawatir tentang pertunjukkan, bahkan realitas dapat berubah. Sebagian besar musisi pernah mengalami kesmutan, kedinginan, atau keringat ditangan selama atau sebelum tampil, mulut kering, sensasi seperti sakit perut, atau benjolan ditenggorokan saat menelan. Indra ini biasanya merupakan tanda kecemasan pertunjukkan(Kirchner J.M, 2003:78).

Jika seseorang mengatakan bahwa mereka khawatir tentang pertunjukkan, hal pertama yang terlintas di benak mereka adalah ketakutan terhadap penampilannya. Kecemasan pertunjukkan dan demam panggung dapat digunakan sebagai pengganti satu sama lain, menurut penelitian psikologi. Kecemasan yang terkait dengan pertunjukkan khususnya MPA adalah ketakutan musisi bahwa mereka akan gagal atau bahwa masalah

yang mungkin terjadi selama pertunjukkan akan dianggap buruk oleh penonton. Misalnya, mengantisipasi konser, audisi, atau pertunjukkan dapat membuat anda takut. Sayangnya, banyak musisi memiliki pengalaman yang buruk yang membuat mereka percaya bahwa mereka tidak dapat memanfaatkan sepenuhnya potensi mereka. Akibatnya, tingkat kecemasan mereka meningkat sehingga mereka tidak dapat melakukan tindakan motoric otomatis (Allen, 2010:56).

Sebagai orang yang beriman, aspek spiritual harus dilihat lebih dalam. Untuk meredam segala gejala bathiniyyah, termasuk kecemasan, ilmu tasawuf mengajarkan sikap Tawakal. Menurut Imam Al-Ghazali, tawakal berarti menyerahkan pengendalian hati kepada Allah SWT karena ilmu dan kekuatan-Nya tidak pernah menyimpang, dan tidak ada yang lain selain-Nya yang dapat membahayakan atau membantu manusia jika tidak sesuai atas izin-Nya (Al-Ghazali Imam, 1995:290).

Para sufi mengatakan bahwa setiap tindakan seseorang bergantung pada keadaan jiwanya. Tasawuf lebih banyak berbicara tentang cara membersihkan jiwa seseorang untuk mendekati diri kepada Tuhan melalui ibadah, tetapi nilai-nilainya yang ada kandungannya dalam tasawuf salah satunya adalah sikap tawakal, dapat digunakan sebagai psikoterapi untuk mengendalikan tubuh anda saat mengalami kecemasan, yang menghasilkan kestabilan fisik dan mental (Andini, 2019:12).

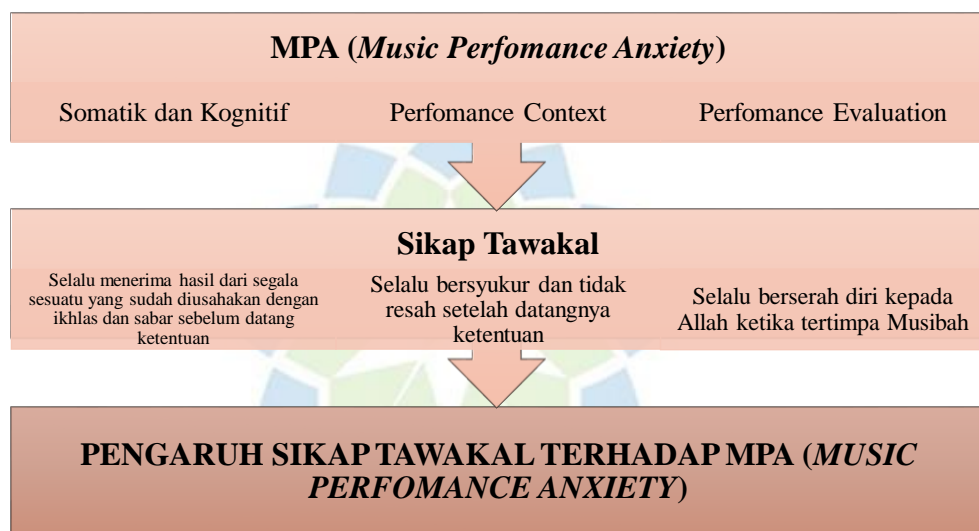
Jika iman dan tawakal kepada Allah SWT diterapkan dengan benar, itu akan sangat membantu kesehatan fisik dan mental seseorang. Orang-orang yang beriman dan tawakal kepada Allah SWT akan mencapai hasil sebagai berikut :

1. Tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.
2. Menumbuhkan keberanian
3. Menenangkan hati dan Jiwa (Muhammad Chirzin, 2004:45).

Karena itu, sikap Tawakal merupakan bagian ibadah yang paling penting. Sikap tawakal dilakukan dengan mengokohkan keimanan kepada Allah SWT. Sikap tawakal akan menumbuhkan rasa percaya kepada Allah,

dengan adanya rasa percaya ini, orang hidup dengan tenang dan nyaman. Sikap tawakal juga akan menunjukkan perbuatan baik, meningkatkan tauhid dalam diri, dan membuat orang bersikap tawakal terbebas dari kecemasan karena mereka tidak tahu apa yang akan terjadi kepadanya (Syaikh Abdul Qadir Isa, n.d.).

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir

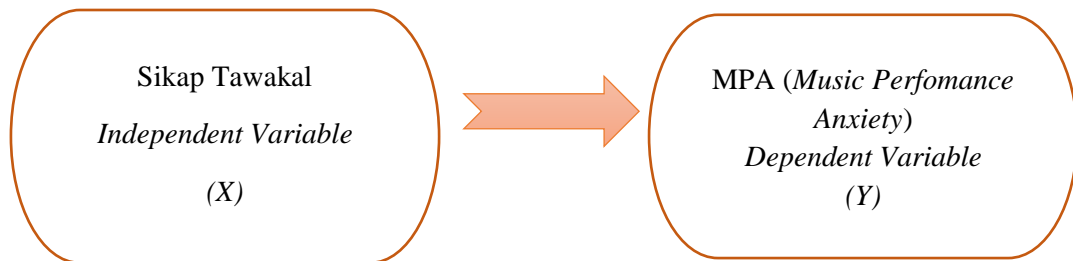


F. Hipotesis

Setelah memberikan teori, dan kerangka berpikir, langkah ketiga dalam penelitian adalah penciptaan hipotesis. Namun, perlu diingat bahwa penelitian eksploratif dan deskriptif seringkali tidak perlu merumuskan hipotesis.

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, yang ditulis dalam bentuk kalimat pertanyaan. Sementaraitu, jawaban yang diberikan belum didasarkan pada fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data, tetapi didasarkan pada teori yang relevan. Oleh karena itu, hipotesis juga dianggap sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian daripada jawaban empiric. Penelitian kuantitatif tidak merumuskan hipotesis, tetapi mengharapkan hipotesis ditemukan (Prof. Dr. Sugiyono, 2017:332).

Gambar 1. 2 Variabel Penelitian



Ha : Ada pengaruh sikap Tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*)

H0 : Tidak ada pengaruh sikap Tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*)

Maka dari itu, berdasarkan dengan penelitian hipotesis yang diperoleh yaitu :

1. Terdapat pengaruh sikap tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*)
2. Tidak terdapat pengaruh sikap tawakal terhadap MPA (*Music Performance Anxiety*)

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Untuk mendapatkan informasi dan teori yang relevan dalam penelitian ini, penulis mengumpulkan informasi dari berbagai literatur, seperti jurnal dan skripsi. Tujuan dari melakukan ini adalah untuk memudahkan penulis untuk menyampaikan informasi yang relevan. Di antara literatur yang digunakan sebagai bahan rujukan adalah literatur yang memiliki kolerasi yang berkaitan dengan judul penelitian ini, termasuk :

1. Skripsi, Hairadatul Mila dengan judul “ *Hubungan Tawakal dengan Kecemasan pada Jama’ah Pengajian Al-Iman Stasiun Jerakah Semarang*” Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, tahun 2015. Menurut skripsi ini, ketika jiwa seseorang terganggu, mereka sangat menyadari. Mengatasi masalah tersebut telah dicoba pada masalah

dengan menggunakan pendekatan psikologi, baik rasional, konsepsional, mistik, atau ilmiah. Namun upaya religious spiritual tasawuf dan akhlak lebih menarik bagi masyarakat Islam. Akibatnya, sikap tawakal merupakan salah satu cara untuk mengatasi kegelisahan jiwa manusia.

2. Skripsi, Nuraini Indrawati dengan judul “*Pengaruh Sikap Tawakal Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil*” Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung tahun 2021. Menurut skripsi ini, perubahan fisik dan mental yang terjadi selama kehamilan menyebabkan peningkatan kecemasan, yang terlihat terutama selama trimester ketiga kehamilan. Semua ibu mengharapkan kehamilan dan kelahiran yang normal tanpa komplikasi. Namun, seringkali proses penghambaan kepada Allah SWT kurang dalam bertawakal, meskipun bertawakkal menghasilkan banyak energi positif seperti mengurangi kecemasan dan membuatnya merasa senang dengan semua takdir yang diberikan oleh Allah SWT. Maka peneliti ini tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh sikap tawakkal terhadap kecemasan ibu hamil.
3. Jurnal, Mutiara Wulandari, Basti, dan Ahmad Yaseer Mansyur yang berjudul “ *Pengaruh Sikap Tawakal Terhadap Stress Akademik pada Mahasiswa*” pada Mahasiswa Universitas Negeri Makassar. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa tawakal memiliki pengaruh negative terhadap stress akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Makassar, dengan kata lain tawakal berdampak pada penurunan stress akademik mahasiswa. Hasil dari Husnar dkk tahun 2017, Ekwonye dkk tahun 2020 , Fatimah dan Hawadi tahun 2020, Mosher dan Handal tahun 1997, Bataineh tahun 2013 dan Javamard tahun 2013 sejalan dengan penelitian tersebut. Salah satu bentuk coping religious adalah keterlibatan tawakal dalam usaha individu. Ini juga menurunkan tingkat stress. Individu menggambarkan kembali objek stress melalui penggunaan ajaran agama untuk mengurangi sumber stress, sehingga

agama dapat berfungsi sebagai dukungan emosional dan sarana reinterpretasi positif dari sumber stress

4. Skripsi, Khairunnisa Putri dengan judul “ *Tingkat Kecemasan Performa Musik pada Mahasiswa Musik di Institut Seni Indonesia Yogyakarta*”. Institute Seni Indonesia Yogyakarta tahun 2023. Hasil dari penelitian ini yaitu seorang seniman pertunjukkan pasti pernah mengalami fenomena kecemasan ketika mereka menghadiri suatu pertunjukkan music, ini terjadi ketika mereka merasa takut, atau cemas. Kecemasan ini dapat mempengaruhi performa penampilan secara negative jika tidak dikelola dengan baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa Musik ISI Yogyakarta saat bermain music. Selain itu juga, penelitian ini juga menyelidiki bagaimana tingkat kecemasan tersebut ditinjau berdasarkan perubahan jenis instrument siswa, jenis kelamin, dan lamanya mereka bermain music. Penelitian ini melibatkan 133 mahasiswa aktif dari empat jurusan music di ISI Yogyakarta, yang digunakan sebagai metode kuantitatif deskriptif non-eksperimental.
5. Skripsi, Akbar Lindo yang berjudul “ *Pengaruh Efikasi Diri dan Regulasi Emosi Terhadap Music Performance Anxiety pada anggota Paduan Suara Mahasiswa Gema Gita Bahana UIN Maulana Malik Ibrahim*” yang menunjukkan hasil sebagian besar anggota Paduan Suara Gema Gita Bahana UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat kecemasan atas penampilan music yaitu pada tingkat sedang. Hasil pengkategorisasian menunjukkan bahwa dari 50 subjek yang di survey, sebagian besar anggota paduan suara berada dalam kategori sedang dengan persentase 73,5% , tiga subjek berada dalam kategori rendah dengan persentase 4,4%, dan 15 subjek lainnya berada dalam kategori tinggi dengan persentase 22,1%. Hasil ini menunjukkan bahwa anggota Paduan Suara Mahasiswa cenderung merasakan kecemasan namun dalam taraf sedang atau normal. Sehubungan dengan data diatas, musisi biasanya mengalami demam panggung atau ketakutan panggung

saat konser music (Febianti 2015). Anggota Paduan Suara Mahasiswa Gema Gita Bahana masih mengalami kecemasan terkait penampilan music, yang dianggap sebagai hal yang normal bagi seorang musisi.

6. Jurnal, Ade Syarifa dengan judul “ *Hubungan Antara Perfeksionisme dan Music Performance Anxiety pada Mahasiswa Pemain Orkestra*”. Universitas Diponegoro tahun 2020. Kecemasan yang dirasakan individu secara terus-menerus yang disebabkan oleh performa musical dan muncul dalam suatu pengalaman pengkondisian tertentu, dikenal sebagai music performance anxiety (MPA) . MPA ditandai dengan kombinasi gejala afektif, kognitif, somatic dan perilaku. Perfeksionisme yang dapat dikombinasikan dengan kecemasan tentang kinerja , adalah karakteristik kepribadian yang penting dalam MPA. Perfeksionisme adalah sifat kepribadian yang ditunjukkan oleh upaya keras seseorang untuk menetapkan standar kinerja yang sangat tinggi dikombinasikan dengan evaluasi diri yang terlalu kritis. Studi ini menyelidiki hubungan antara perfeksionisme dan MPA pada mahasiswa yang bermain orchestra.

