

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### REPORTER TERAPI *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR* AKIDAH AKHLAK

##### A. Deskripsi Pustaka

###### 1. Terapi *Rational Emotive Behavior* Akidah Akhlak

Terapi *rational emotive behavior* adalah pemecahan masalah yang fokus pada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi-dimensi perasaan.<sup>1</sup>

Terapi *rational emotive behavior* adalah pemberian bantuan melalui pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Merut Ellis Rational yang dimaksud adalah kognisi atau proses berfikir yang efektif dalam hal membantu diri sendiri (self helping). Rationalitas individu bergantung pada penilaian individu berdasarkan keinginan atau berdasarkan emosi dan perasaannya.<sup>2</sup>

لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ  
اللَّهِ ۚ وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

Artinya: Kalau sekiranya kami turunkan Al Qur'an ini kepada sebuah gunung, pasti kamu akan melihatnya tunduk terpecah belah di sebabkan ketakutannya kepada Allah. Dan perumpamaan perumpamaan itu kami buat untuk manusia supaya mereka berfikir. (Al Qur'an surat al hashr ayat: 21)

Pendekatan konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dengan akal sehat,berperasaan dan berperilaku, serta

<http://eprints.stainkudus.ac.id>

<sup>1</sup>Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 1988),

<sup>2</sup>Gantin Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks,2011) hlm 202

menekankan pada perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku.<sup>3</sup>

Manusia memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rational dan irrational, dimana pemikiran yang irrational dapat menimbulkan gangguan emosi dan tingkah laku. Maka, terapi ini diarahkan pada modifikasi fungsi berfikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan peran otak dalam menganalisa, memutuskan, bertanya, berbuat, dan memutuskan kembali. Dengan mengubah status pikiran dan perasaannya, siwa diharapkan dapat merubah tingkah lakunya dari negatif menjadi positif.<sup>4</sup>

وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كَتَبْنَا مُؤَجَّلَاتٍ وَمَنْ يُرِدْ ثَوَابَ الدُّنْيَا نُؤْتِهِ مِنْهَا وَمَنْ يُرِدْ ثَوَابَ الآخِرَةِ نُؤْتِهِ مِنْهَا وَسَنَجْزِي الشَّاكِرِينَ ﴿١٤٥﴾

Artinya barang siapa menghendaki pahala dunia, niscaya Kami berikan kepadanya pahala dunia itu, dan barang siapa menghendaki pahala akhirat, Kami berikan (pula) kepadanya pahala akhirat. Dan Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang bersyukur.(Q.S.Ali Imran3: 145)

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan, bahwa terapi *rational emotive* merupakan terapi yang berusaha menghilangkan cara berpikir Peserta didik yang tidak logis, tidak rational dan menggantinya dengan sesuatu yang logis dan rational dengan cara mengonfrontasikan Peserta didik dengan keyakinan-keyakinan irrationalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan-keyakinan yang irrational.

﴿لَا يُحِبُّ اللَّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوِّءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا ﴿١٤٨﴾﴾

Artinya: Allah tidak menyukai ucapan buruk, (yang diucapkan) dengan terang kecuali oleh orang yang dianiaya. Allah adalah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. ( Q.S An-Nisa' ayat 148)

<sup>3</sup>W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: PT. Gramedia, 2007), hlm.364.

<sup>4</sup> A Kasandra Oemarjoedi, *Pendekatan cognitive Behavior Dalam Psikoterapi*, (Jakarta: creative Media, 2003), hlm 6

Konsep-konsep dasar terapi rational emotive ini mengikuti pola yang didasarkan pada teori A-B-C, yaitu:

A = *Activating Experience* (pengalaman aktif) ialah suatu keadaan, fakta peristiwa, atau *tingkah* laku yang dialami individu.

B = *Belief System* (*Cara* individu memandang suatu hal). Pandangan dan penghayatan individu terhadap A.

C = *Emotional Consequence* (akibat emosional). Akibat emosional atau reaksi individu positif atau negative.

Suatu perilaku dapat dimodifikasi dengan mempelajari kondisi dan pengalaman. Berdasarkan karakteristiknya. Pendekatan behavior secara konsisten menaruh perhatian pada perilaku yang tampak. Perilaku yang tidak tampak dan bersifat umum harus dirumuskan menjadi lebih spesifik.

Merut Dustin & George bahwa Pendekatan behavioristik dalam menjalankan fungsinya berdasarkan atas asumsi-asumsi bahwa.<sup>5</sup> Memandang manusia secara intrinsik bukan sebagai baik atau buruk, tetapi sebagai hasil dari pengalaman yang memiliki potensi untuk segala jenis perilaku. Manusia mampu untuk mengkonsepsikan dan mengendalikan perilakunya. Manusia mampu mendapatkan perilaku baru. Manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain sebagaimana perilakunya juga dipengaruhi orang lain. Kepribadian manusia itu hakikatnya adalah perilaku. Perilaku di bentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Tidak ada manusia yang sama, karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya.

Pendekatan behavioristik berpangkal pada beberapa keyakinan tentang martabat manusia, yang sebagian bersifat falsafah dan sebagian lagi bercorak psikologis bahwa.<sup>6</sup> Manusia pada dasarnya tidak berakhlak baik atau buruk. Manusia mempunyai potensi untuk bertingkah laku baik atau buruk, tepat atau salah. Manusia mampu berefleksi atas tingkah

<sup>5</sup>Latipun.. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press. 2010.hlm: 88

<sup>6</sup>Winkel&Hastuti.*Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta. 2004.hlm: 420

lakunya sendiri, menangkap apa yang dilakukannya, dan mengatur serta mengontrol perilakunya sendiri. Manusia mampu untuk memperoleh dan membentuk sendiri suatu pola tingkah laku yang baru melalui proses belajar. Manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh orang lain.

Dalam hal ini Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terdapat Ciri-ciri yang diuraikan sebagai berikut:

- 1) Dalam menelusuri masalah Peserta didik yang dibantunya, Guru berperan lebih aktif dibandingkan Peserta didik. Maksudnya adalah bahwasannya peran Guru disini harus bersikap efektif dan memiliki kapasitas untuk memecahkan masalah yang dihadapi Peserta didik dan bersungguh-sungguh dalam mengatasi masalah yang dihadapi, artinya Guru harus melibatkan diri dan berusaha menolong Peserta didiknya supaya dapat berkembang sesuai dengan keinginan dan disesuaikan dengan potensi yang dimilikinya.
- 2) Dalam proses hubungan konseling harus tetap diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan Peserta didik. Dengan sikap yang ramah dan hangat dari Guru akan mempunyai pengaruh yang penting demi suksesnya proses konseling sehingga dengan terciptanya proses yang akrab dan rasa nyaman ketika berhadapan dengan Peserta didik.
- 3) Tercipta dan terpeliharanya hubungan baik ini dipergunakan oleh Guru untuk membantu Peserta didik mengubah cara berfikirnya yang tidak rational menjadi rational.
- 4) Dalam proses hubungan konseling, Guru tidak banyak menelusuri masa lampau Peserta didik.<sup>7</sup>

Bertujuan memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola fikir yang irasional dan tidak logis menjadi rational dan lebih logis agar peserta didik dapat mengembangkan dirinya.

Menghilangkan gangguan emosional yang merusak. Untuk membangun *self interest, self direction, tolerance, acceptance of*

---

<sup>7</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling*, Ghlmia Indonesia: Jakarta.hlm.89.

*uncertainty, fleksibel, commitment, scientific thinking, risk Taking, dan self acceptance student.*<sup>8</sup>

Sedangkan Menurut Farid Mashudi, tujuan *rational emotive behavior therapy* adalah memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan, serta pandangan-pandangan klien yang irrational dan tidak logis menjadi pandangan yang rational dan logis. Demikian, klien dapat mengembangkan diri serta meningkatkan *self-actualization*-nya seoptimal mungkin melalui tingkah laku kognitif dan afektif yang positif.

*Rational Emotive Behavior Therapy* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, behavioral yang disesuaikan dengan kondisi Peserta didik. Teknik-teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut:

Teknik-teknik *kognitif*:

a) Tahap Pengajaran

Dalam *REBT*, Guru mengambil peranan lebih aktif dari pelajar. Tahap ini memberikan keleluasaan kepada Guru untuk berbicara serta menunjukkan sesuatu kepada Peserta didik, terutama menunjukkan bagaimana ketidak logikaan berfikir itu secara langsung menimbulkan gangguan emosi kepada Peserta didik tersebut .

b) Tahap *Persuasif*

Meyakinkan Peserta didik untuk mengubah pandangannya karena pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar . Dan Guru juga mencoba meyakinkan, berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh Peserta didik itu adalah tidak benar.

c) Tahap Konfrontasi

Guru mengubah ketidak logikaan berfikir Peserta didik dan membawa Peserta didik ke arah berfikir yang lebih logika.

<http://eprints.stainkudus.ac.id>

---

<sup>8</sup>Mohammad Surya, *Dasar-Dasar Konseling dan Pendidikan (Teori dan Konsep)*, Yogyakarta, Kota Kembang , hlm 189

d) Tahap Pemberian Tugas

Guru memberi tugas kepada Peserta didik untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Misalnya, megaskan Peserta didik bergaul dengan anggota masyarakat kalau mereka merasa dipencilkan dari pergaulan atau membaca buku untuk memperbaiki kekeliruan caranya berfikir.<sup>9</sup>

اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ  
الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِي  
ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٤٢﴾

Artinya: Allah memegang jiwa (orang) ketika matinya dan (memegang) jiwa (orang) yang belum mati di waktu tidurnya; maka Dia tahanlah jiwa (orang) yang telah Dia tetapkan kematiannya dan Dia melepaskan jiwa yang lain sampai waktu yang ditetapkan. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda kekuasaan Allah bagi kaum yang berfikir. (Al-Quran Surah Az-Zumar: 42)

Teknik-teknik *emotive* sebagai berikut:

a) Teknik *Sosiodrama*

Memberi peluang mengekspresikan berbagai perasaan yang menekan Peserta didik itu melalui suasana yang didramatisasikan sehingga Peserta didik dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan atau melalui gerakan dramatis.<sup>10</sup>

b) Teknik *Self Modelling*

Digunakan dengan meminta Peserta didik berjanji dengan Guru untuk menghilangkan perasaan yang menyimpannya. Dia diminta taat setia pada janjinya.

<sup>9</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling*. Ghlmia Indonesia: Jakarta, 1985, hlm.91-92.

<sup>10</sup>Rochman Natawidjaya, *Konseling Kelompok Konsep Dasar dan Pendekatan* (Bandung: Rizqi Press, 2009), hlm. 288

c) Teknik *Assertive Training*

Digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan Peserta didik dengan pola perilaku tertentu yang diinginkannya.

Beberapa teknik yang tergolong *behavioristik* adalah:

a) Teknik *reinforcement*

Teknik *reinforcement* (penguatan), yaitu: untuk mendorong Peserta didik ke arah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*). Teknik ini dimaksudkan untuk membongkar sistem nilai-nilai dan keyakinan yang irasional pada Peserta didik dan menggantinya dengan sistem nilai yang lebih positif.

b) Teknik *social modeling* (pemodelan sosial)

Teknik *social modeling* (pemodelan sosial), yaitu: teknik untuk membentuk perilaku-perilaku baru pada Peserta didik. Teknik ini dilakukan agar Peserta didik dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mutasi (meniru), mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dan menginternalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan Guru.

c) Teknik *livemodels*

Teknik *livemodels* (mode kehidupan nyata), yaitu teknik yang digunakan untuk menggambar perilaku-perilaku tertentu. Khususnya situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan-percakapan sosial, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.<sup>11</sup>

Untuk mencapai langkah-langkah konseling antara lainnya :

1) Langkah pertama

Guru akidah akhlak menunjukkan pada Peserta didik bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, menunjukkan bagaimana Peserta didik mengembangkan nilai-nilai sikapnya yang menunjukkan secara kognitif bahwa Peserta

<sup>11</sup>Muhammad Surya, *Teori-teori Konseling*. Bandung Pustaka Bani Quraisy, 2003, hlm18

didik telah memasukkan banyak keharusan, sebaiknya dan semestinya Peserta didik harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinannya yang rational (keyakinan yang tepat, masuk akal, dan bijaksana) dan keyakinan irrational (marah, was-was, berdosa) agar Peserta didik mencapai kesadaran.

2) Langkah kedua

Guru akidah akhlak membawa Peserta didik ketahapan kesadaran dengan menunjukan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berfikir secara tidak logis dan dengan mengulang-ulang dengan kalimat-kalimat yang mengalahkan diri dan mengabadikan masa kanak-kanak, tetapi tidak cukup hanya menunjukan pada Peserta didik bahwa Peserta didik memiliki proses-proses yang tidak logis.

3) Langkah ketiga

Berusaha agar Peserta didik memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan gagasan-gagasan irrational. Maksudnya adalah agar Peserta didik dapat berubah fikiran yang jelek atau negatif dan tidak masuk akal menjadi yang masuk akal.

4) Langkah keempat

Menantang Peserta didik untuk mengembangkan filosofis kehidupannya yang rational, dan menolak kehidupan yang irrational. Maksudnya adalah mencoba menolak fikiran-fikiran yang tidak logis untuk masuk dalam dirinya.<sup>12</sup>

Mata pelajaran Akidah Akhlak merupakan kegiatan dari mata pelajaran pendidikan yang memberikan bimbingan kepada peserta didik agar memahami, menghayati, meyakini kebenaran agama Islam, serta bersedia mengamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hal ini mengandung pengertian bahwa pelaksanaan mata pelajaran akidah akhlak di MTs dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) harus dilakukan dengan kesadaran dan tanggung jawab melalui kegiatan

---

<sup>12</sup>Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konselig.*, 246

bimbingan, pengajaran dan latihan agar peserta didik mampu meyakini, memahami dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan benar dan bersedia untuk mengamalkan ajaran agama Islam di dalam kehidupan sehari-hari.

#### 1) Akidah

Akidah merut etimologi adalah ikatan, sangkutan. Karena akidah mengikat atau menjadi sangkutan atau gantungan segala sesuatu. Secara teknis akidah berarti iman atau keyakinan.<sup>13</sup>

Adapun arti akidah secara terminologi ada beberapa pendapat tentang akidah oleh para ahli antara lain :

##### a) Ibnu Taimiyah

Akidah adalah sesuatu yang dibenarkan oleh hati dan hati menjadi tenang karenanya, sehingga menjadi keyakinan yang mantap, tidak tercampur oleh subyek prasangka dan tidak terpengaruh oleh keraguan”.<sup>14</sup>

##### b) Merut KH. Zaenal Arifin Jamaris, akidah ialah suatu yang dianutt manusia dan diyakininya. Akidah berwujud agama dan atau lainnya, demikian secara umum.<sup>15</sup>

Akidah merupakan fundasi ajaran islam yang sifat ajarannya pasti, mutlak kebenarannya, terperinci dan *monoteistis*, ajaran intinya adalah meng-Esa-kan Tuhan (tauhid).<sup>16</sup> Materi akidah akhlak dewasa ini telah terkemas dalam sebuah ilmu yang disebut ilmu tauhid.

Pendidikan akidah merupakan pendidikan paling mendasar, dengan pendidikan akidah ini pertama kali mengenal adanya Allah dan

<sup>13</sup>Muhammad Daud Ali, *Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), hlm.199.

<sup>14</sup>Ibnu Taimiyah, *al-Aqidatal-Wasitiyah*. Dar Al-Arabiyah, Beirut, hlm. 5

<sup>15</sup>Zanal Arifin Jamaris, *Islam Akidah dan Syariah*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996), hlm. 19

<sup>16</sup>Zaky Mubarak, *Akidah Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1998), hlm. 78

keyakinan bahwa tiada tuhan selain Allah. Sebagaimana dalam firman Allah dalam Qur'an surat Al- Ikhlas ayat 1- 4 sebagai berikut:<sup>17</sup>

REPOSITORI STAIN KUDUS

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝  
وَلَمْ يَكُن لَّهُ رُكُوعٌ

Artinya: Katakanlah: "Dia-lah Allah, Yang Maha Esa, Allah adalah Tuhan yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu, Dia tiada beranak dan tiada pula diperanakkan. (QS Al- Ikhlas: 1- 4)

Maksud ayat tersebut adalah tidak ada yang pantas disembah kecuali Allah dan tidak bisa disamakan sesuatu (yang akan membawa manusia kedalam kemusyrikan).

Pembahasan pokok akidah islam berkisar pada akidah yang terumuskan dalam rukun iman yang ada enam, yaitu:<sup>18</sup>

- a) Iman kepada Allah
- b) Iman kepada malaikat Allah
- c) Iman kepada kitab-kitab Allah
- d) Iman kepada Rosul
- e) Iman kepada hari akhir
- f) Iman kepada qodho' dan qodar

Dalam hal ini mata pelajaran akidah akhlak berisi tentang aspek pelajaran untuk menanamkan pemahaman dan keyakinan terhadap akidah islam sebagaimana yang terdapat dalam rukun iman.

Al-Ghazali memberi pengertian tentang akhlak-*alkhulq* (jamaknya al-akhlaq) ialah ibarat (sifat atau keadaan) dari pelaku yang konstan (tetap) dan meresap dalam jiwa, dari padanya tumbuh perbuatan dengan wajar dan mudah tanpa memerlukan pikiran dan pertimbangan.

Hakikat akhlak harus mencakup dua syarat:<sup>19</sup>

<sup>17</sup> Al Qur'an surat Al Qiyamah ayat 17-18, Yayasan Penyelenggara Penerjemah Penafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Depag. RI, (Bandung: CV. Diponegoro, 2000), hlm. 485

<sup>18</sup> Zaky Mubarak, *Op.cit*, hlm. 79

<sup>19</sup> Zaeddin dkk, *Seluk Beluk Pendidikan al-Ghazali*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1991), hlm. 102.

- a) Perbuatan itu harus konstan yaitu dilakukan berulang kali(contie) dalam bentuk yang sama sehingga dapat menjadi kebiasaan.
- b) Perbuatan konstan itu harus tumbuh dengan mudah sebagai wujud refleksi dari jiwanya tanpa pertimbangan dan pikiran, yakni bukan adanya tekanan atau paksaan dari orang lain.

Dari beberapa definisi akhlak di atas dapat dilihat ciri-ciri sebagai berikut:<sup>20</sup>

- a) Pertama, perbuatan akhlak adalah perbuatan yang telah tertanamkuat dalam diri seseorang sehingga telah menjadi kepribadiannya.
- b) Kedua, perbuatan akhlak adalah perbuatan yang dilakukan dengan mudah dan tanpa pemikiran. Ini tidak berarti bahwa pada saat melakukan suatu perbuatan yang bersangkutan dalam keadaan tidak sadar, tidur atau gila. Pada saat yang bersangkutan melakukan suatu perbuatan dalam keadaan sehat akal pikirannya.
- c) Ketiga, bahwa perbuatan akhlak adalah perbuatan yang timbul dari dalam diri orang yang mengerjakannya tanpa adanya paksaan atau tekanan dari orang, yakni atas kemauan pikiran atau keputusan dari yang bersangkutan.
- d) Keempat, bahwa perbuatan akhlak adalah perbuatan yang dilakukan sesungguhnya bukan main-main atau bukan karena sandiwara.
- e) Kelima, bahwa perbuatan yang dilakukan karena ikhlas sematamata karena Allah, bukan karena ingin dipuji-puji orang atau karena ingin mendapatkan suatu pujian.

Pada intinya akhlak adalah suatu kondisi atau sifat yang telah meresap dalam jiwa dan menjadi kepribadian, sehingga timbullah berbagai macam perbuatan dengan cara spontan dan mudah tanpa dibuat-buat dan tanpa melalui pemikiran.<sup>21</sup>

<sup>20</sup>Abudin Nata, *Akhlak Tasawuf*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002), hlm. 5

<sup>21</sup>Asmaraman AS, *Pengantar Studi Akhlak*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), hlm. 3.

Apabila antara dua term yaitu akidah Akhlak dikaitkan maka dapat dipahami bahwa keduanya merupakan satu kesatuan yang saling terkait. Akidah lebih menekankan pada keyakinan hati terhadap Allah SWT dan Akhlak merupakan suatu perbuatan dengan ajaran-ajaran yang diyakininya.

Pendidikan akhlak ini berkaitan dengan pendidikan akidah. Akidah berada dalam hati, tidak tampak tapi dapat dilihat dari orang itu bertindak atau berperilaku. Pembinaan akhlak dimulai sejak dini. Secara garis besar, ruang lingkup pelajaran Akidah Akhlak di Sekolah Tsanawiyah meliputi keserasian, kesetaraan dan keseimbangan yang bermateri pokok sebagai berikut:

- a) Hubungan manusia dengan Allah merupakan sebagai dimensi takwa pertama merut ajaran ketuhanan yang maha esa<sup>22</sup>

Hubungan ini dapat dikatakan hubungan vertikal mencakup dari segi akidah meliputi: keimanan terhadap Allah SWT, iman terhadap Malaikat-Malaikat-Nya, keimanan terhadap utusan-utusanNya, keimanan terhadap kitab-kitabNya, keimanan terhadap hari akhir dan keimanan terhadap qodho dan qodar-Nya. Dalam hubungan ini manusia menempati kedudukan sebagai makhluk (ciptaan) sedang Allah sebagai khaliknya (pencipta). Kedudukan ini memiliki konsekuensi adanya keharusan manusia untuk taat dan patuh terhadap penciptanya. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah SWT sebagai berikut:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya: “Dan tidak Aku ciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku” (Q.S. Adz-Dzariyat ayat 56).<sup>23</sup>

<http://eprints.stainkudus.ac.id>

<sup>22</sup>Muhammad Daud Ali, *Op.cit*, hlm. 367

<sup>23</sup>Al-Qur'an, Surat Adz-Dzariyat Ayat 56, Yayasan Penyelenggara Penerjemah Penafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Depag. RI, 2000, hlm. 417

## b) Hubungan Manusia dengan Manusia

Hubungan ini dapat dibina dan dipelihara yaitu dengan mengembangkan cara dan gaya hidup yang selaras dengan nilai-nilai norma yang disepakati bersama dalam masyarakat dan Negara sesuai dengan nilai dan norma agama.<sup>24</sup> Materi yang dipelajari meliputi Akhlak dalam pergaulan sehari-hari atau hidup dengan sesama dan kewajiban untuk membiasakan diri untuk berakhlak yang baik terhadap diri sendiri dan orang lain, serta menjauhi akhlak yang buruk. Berkaitan dengan hal tersebut di atas, Allah telah memerintahkan kepada manusia agar saling bersaudara. Dengan prinsip tersebut, maka kehidupan antar sesama muslim akan tercipta ukhuwah islamiyah yang dilandasi dengan taqwa kepada Allah SWT serta akan membukakan sikap toleransi terhadap sesama manusia karena persamaan derajat sesama hamba Allah, berdasarkan firman Allah SWT:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Artinya; “Sesungguhnya orang-orang mukmin adalah bersaudara karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu, dan bertaqwalah kepada Allah supaya kamu mendapat rahmat” (Q.S. Al-Hujurat ayat 10).<sup>25</sup>

## c) Hubungan Manusia dengan Lingkungan

Materi yang dipelajari meliputi Akhlak manusia terhadap lingkungannya, baik lingkungan dalam arti luas maupun makhluk hidup setara manusia yaitu hewan dan tumbuh-tumbuhan. Semuanya dapat dikembangkan dengan cara memelihara dan menyayangi.<sup>26</sup>

<sup>24</sup>Muhammad Daud Ali, *Op.cit*, hlm. 370

<sup>25</sup>Al-Qur'an Surat Al-Hujurat Ayat 10, Yayasan Penyelenggara Penerjemah Penafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Depag. RI, 2000, hlm. 412

<sup>26</sup>Muhammad Daud Ali, *Op.cit*, hlm. 371

Alam ini diciptakan Allah SWT memang untuk manusia, akan tetapi pemanfaatan alam yang berlebihan akan mengakibatkan rusaknya lingkungan tersebut. Kerusakan alam memang akibat dari perbuatan manusia itu sendiri dan akibatnya pun akan menimpadiriya sendiri. Allah memperingatkan manusia lewat wahyunyadalam Al-Qur'an, agar tidak berbuat kerusakan di muka bumi ini berdasarkan firman Allah SWT :

كُلُوا وَاشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ وَلَا تَعَثُوا فِي الْأَرْضِ مُمْسِدِينَ ﴿٦٠﴾

Artinya: “Makan dan minmlah rizqi (yang diberikan) Allah dan janganlahkamu berkeliaran di muka bumi dengan berbuat kerusakan” (Q.S.Al-Baqarah ayat 60).<sup>27</sup>

Akhlak berisi akhlak terpuji, akhlak tercela, kisah-kisah teladan para Rosul Allah, manusia dengan sesamanya dan manusia dan alam lingkungannya. Adapun fungsi akidah akhlak adalah sebagai Pengembangan, Perbaikan, Pencegahan dan Pengajaran.

- 1) Pengembangan, yaitu meningkatkan keimanan dan ketaqwaan peserta didik kepada Allah SWT yang telah ditanamkan di lingkungan, keluarga.
- 2) Perbaikan, yaitu memperbaiki kesalahan-kesalahan dalam keyakinan, pemahaman dan pengamalan ajaran agama islam dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Pencegahan, yaitu menyangkal hal-hal negatif dari lingkungan atau dari budaya lain yang menghambat perkembangan meju manusia Indonesia seutuhnya.
- 4) Pengajaran, yaitu menyampaikan ilmu pengetahuan tentang keimanan dan akhlak.

Segala usaha atau perbuatan yang dilakukan manusia selalu membutuhkan adanya dasar sebagai pijakan atau sandaran dalam

<http://eprints.stainkudus.ac.id>

<sup>27</sup>Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 60, Yayasan Penyelenggara Penerjemah Penafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Depag. RI, 2000, hlm. 8

melakukan suatu perbuatan tertentu. Adapun dasar-dasar atau landasan penyelenggaraan pembelajaran akidah akhlak. Sebagaimana kita ketahui bahwa mata pelajaran Akidah Akhlak adalah bagian dari mata pelajaran pendidikan agama islam, maka dasar atau landasan penyelenggaraannya dapat ditinjau dari beberapa aspek, yaitu: aspek normatif, aspek psikologis, aspek historis, aspek yuridis.<sup>28</sup>

#### 1) Aspek normatif

Al-Qur'an dan sunnah Nabi SAW adalah sumber dan dasar ajaran agama islam yang orisinal. Banyak ayat-ayat alQuran dan sunnah nabiyang secara langsung atau tidak langsung mewajibkan umat islam melaksanakan pendidikan, khususnya pelajaran agama islam yang didalamnya mencakup pendidikan akidah islamiyah dan akhlak, hal ini disebutkan dalam surat Lukman ayat 13 sebagai berikut:<sup>29</sup>

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ ﴿١٣﴾

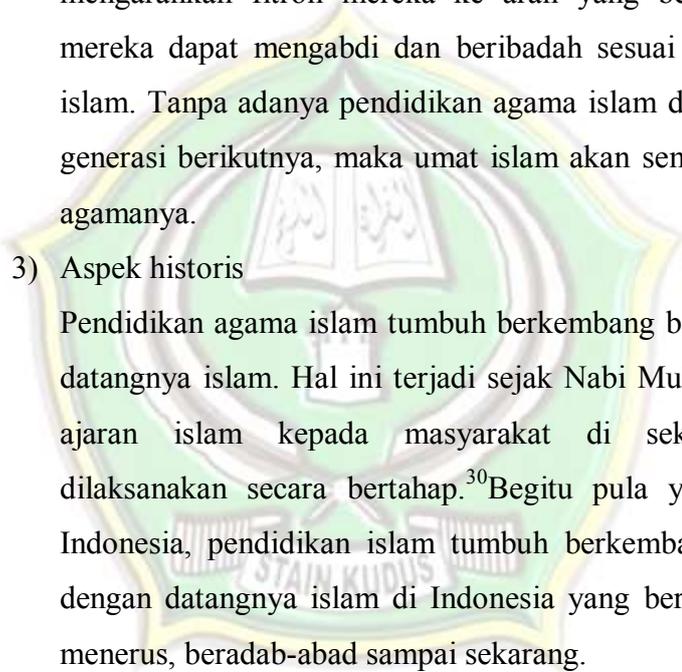
Artinya: dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, Sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar".(QS Lukman;13)

Ayat di atas memberikan pengertian bahwa ajaran agama islam mengandung perintah untuk mendidik anak. Baik pada keluarga maupun kepada orang lain sesuai dengan kemampuannya.

<sup>28</sup> HM. ChabibThoha dan Abdul Mukti, *PBM Pendidikan Agama Islam di sekolah. Fak. Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), hlm. 33

<sup>29</sup>Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 60, Yayasan Penyelenggara Penerjemah Penafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Depag. RI, 2000, hlm. 329

## 2) Aspek psikologis

REPOSITORI  Semua manusia dalam kehidupannya di dunia ini selalu membutuhkan adanya sesuatu pegangan hidup yang itu adalah agama. Agama merupakan fenomena kehidupan manusia. Oleh karena itu manusia akan selalu berusaha untuk mendekatkan diri kepada tuhan, hanya saja cara mereka mengabdikan dan mendekatkan diri kepada tuhan itu berbeda-beda sesuai dengan agamanya masing-masing, itulah sebabnya orang-orang muslim diperlukan adanya pendidikan agama islam, agar dapat mengarahkan fitroh mereka ke arah yang benar. Sehingga mereka dapat mengabdikan dan beribadah sesuai dengan ajaran islam. Tanpa adanya pendidikan agama islam dari generasi ke generasi berikutnya, maka umat islam akan semakin jauh dari agamanya.

## 3) Aspek historis

Pendidikan agama islam tumbuh berkembang bersama dengan datangnya islam. Hal ini terjadi sejak Nabi Muhammad SAW ajaran islam kepada masyarakat di sekitarnya yang dilaksanakan secara bertahap.<sup>30</sup> Begitu pula yang terjadi di Indonesia, pendidikan islam tumbuh berkembang bersamaan dengan datangnya islam di Indonesia yang berlangsung terus menerus, berabad-abad sampai sekarang.

## 4) Aspek yuridis

Yang dimaksud aspek yuridis di sini adalah kekuatan hukum dalam pelaksanaan pendidikan agama islam. Karena di Indonesia merupakan negara hukum, maka seluruh aspek kehidupan termasuk kegiatan pendidikan agama harus didasarkan pada hukum undang-undang yang berlaku untuk itu perlu ditinjau hal-hal yang berkaitan dengan hukum yang

---

<sup>30</sup>HM. ChabibThoha dan Abdul Mukti, *Op-Cit*, hlm. 47

melandasi pelaksanaan pendidikan agama.<sup>31</sup> Mata pelajaran akidah akhlak sebagai salah satu bagian dari matapelajaran pendidikan agama islam yang bertujuan memberikan kemampuan dasar pada siswa tentang akidah islam, untuk mengembangkan kehidupan beragama sehingga menjadi muslim yang beriman kepada Allah SWT serta berakhlak mulia, sebagai pribadi, anggota masyarakat dan warga negara.

Kemampuan-kemampuan dasar tersebut juga dipersiapkan untuk mengikuti pendidikan pada SLTP/MTs. Mata pelajaran Akidah Akhlak bertujuan untuk:<sup>32</sup>

- 5) Membuhkan kembangkan akidah melalui pemberian, pemupukan dan pengembangan pengetahuan, penghayatan, pengalaman, pembiasaan serta pengalaman peserta didik tentang akidah islam sehingga menjadi manusia muslim yang terus berkembang keimanan dan ketaqwaannya kepada Allah SWT.
- 6) Mewujudkan manusia Indonesia yang berakhlak mulia dan menghindari akhlak tercela dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam kehidupan individu maupun sosial, sebagai manifestasi dari ajaran dan nilai-nilai akidah islam. Pendidikan berkarakter dalam kurikulum 2013 bertujuan untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pendidikan, yang mengarah pada pembentukan budi pekerti dan akhlak mulia peserta didik secara utuh, terpadu dan seimbang sesuai dengan standar kompetensi lulusan pada setiap satuan pendidikan. Melalui kurikulum 2013 yang berbasis kompetensi sekaligus berbasis karakter, dengan pendekatan tematik dan kontekstual, diharapkan peserta didik mampu secara mandiri meningkatkan dan menggunakan pengetahuannya, mengkaji dan

<sup>31</sup>*Ibid*, hlm. 60

<sup>32</sup>Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2008 *Tentang Standar Kompetensi Lulusan dan standar Isi*, Pendidikan Agama Islam dan Bahasa Arab Di Madrasah

menginternalisasi nilai-nilai karakter dan akhlak mulia sehingga terwujud dalam perilaku sehari-hari.<sup>33</sup> Metode mendidik peserta didik dengan ceramah, tanya jawab, diskusi, mand mapping, memberi penugasan, latihan dan pembiasaan kemudian nasehat dan anjuran sebagai alat pendidik dalam rangka membina kepribadian anak sesuai dengan ajaran agama islam.<sup>34</sup> Sedangkan media pembelajaran merupakan segala bentuk perangsang dan alat yang disediakan guru untuk mendorong peserta didik belajar secara cepat, tepat, mudah, benar dan tidak terjadi verbalisme.<sup>35</sup> Secara umum setrategi mempunyai pengertian suatu garis-garishaluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. Setrategi belajar mengacu pada perilaku dan proses berfikir yang digunakan oleh peserta didik dalam mempengaruhi hal-hal yang dipelajari, termasuk proses memori dan metakognitif.<sup>36</sup>

Ketika seseorang berfikir rasional dan logis menggunakan akal sehat maka orang tersebut akan lebih toleransi, optimis, dapat mengelola emosinya. Serta menanamkan dalam dirinya keyakinan agama yang juga dapat mengontrol tingkah laku sesuai dengan syariat agama.

## B. Hasil Penelitian Terdahulu

Nama Lukman Hakim, judul “ Studi analisis pelaksanaan rational emotive behavior therapy (REBT) dalam mengatasi kecemasan peserta didik menghadapi UN di MA Mujahidin Bageng Gembong Pati tahun 2012/2013 “. Skripsi (tidak diterbitkan). Hasil penelitiannya adalah pelaksanaan (REBT)

<sup>33</sup> E. Mulyasa, *Pengembangan dan implementasi kurikulum 2013*, Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2014, hlm. 7

<sup>34</sup> Zainuddin dkk, *Seluk-Beluk Pendidikan Al Ghazali*, Jakarta, Bumi Aksara, 1991, hlm. 106

<sup>35</sup> Cucu Suhana, *Konsep Strategi Pembelajaran*, Bandung, PT Rafika Aditama, 2014, hlm. 61

<sup>36</sup> Trianto, *Model-Model Pembelajaran Inovatif berorientasi konstruktivistik*, Jakarta, Prestasi Pustaka Publisher, 2007, hlm. 85

dalam mengatasi kecemasan peserta didik menghadapi ujian nasional di MA Mujahidin Bageng Gembong pati yakni Bapak Ahid Nabhan selaku guru bimbingan dan konseling REBT cukup merasa kesulitan ketika menerapkan materi-materi pelajaran yang sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) bimbingan dan konseling.<sup>37</sup>

Nama Nur Jannah, judul “Implementasi model pembelajaran behavioristik (perilaku) daam mata pelajaran Akidah Akhlak di MA Al-Hidayah Getassrabi Gebong Kudus tahun pelajaran 2014/2015 “. Skripsi (tidak diterbitkan). Hasil penelitiannya adalah baik. Hal ini dibuktikan dengan sebagian besar pendidik yang teah menggunakannya dalam interaksi belajar mengajar.<sup>38</sup>

Nama Mufarichah, judul “ Pelaksanaan pendekatan rational emotive behavior pada pembelajaran akidah akhlaq di MTs Ibtidaul Falah Samirejo Dawe Kudus tahun 2014/2015 “. Skripsi (tidak diterbitkan). Hasil penelitiannya yaitu sudah memehi hasil yang diinginkan, dapat membantu pemikiran peserta didik yang tidak rational (Arogan, Egois dan Konsumtif/Boros) menjadi rational, dari hal yang bersifat kurang positif betubah lebih baik menjadi positif. Dan dalam pembelajaran akidah akhlak, dalam permasalahan yang dihadapi peserta didik yang kurang positif seperti yang bersifat argon yang asalnya merasa sok, merasa berkuasa dikelas kini mulai terlihat dapat mengurangi perilaku buruknya seperti mulai dapat berinteraksi baik dengan temanya, mulai menaati peraturan wali kelasnya. Peserta didik sudah menjukkan perubahn tingkah laku ke arah yang lebih baik.<sup>39</sup>

Pada penelitian penulis yang berjudul “implementasi terapi *rational emotive behavior* pada mata pelajaran akidah akhlak di MTs Darul Anwar Cranggang Dawe Kudus Tahun Pelajaran 2015/2016” peneliti lebih menfokuskan pada penerapan terapi *rational emotive behavior* pada mata pelajaran akidah akhlak.

<http://eprints.stainkudus.ac.id>

<sup>37</sup> Koleksi skripsi Mahapeserta didik STAIN Kudus di Perpustakaan STAIN Kudus.

<sup>38</sup> Koleksi skripsi Mahapeserta didik STAIN Kudus di Perpustakaan STAIN Kudus.

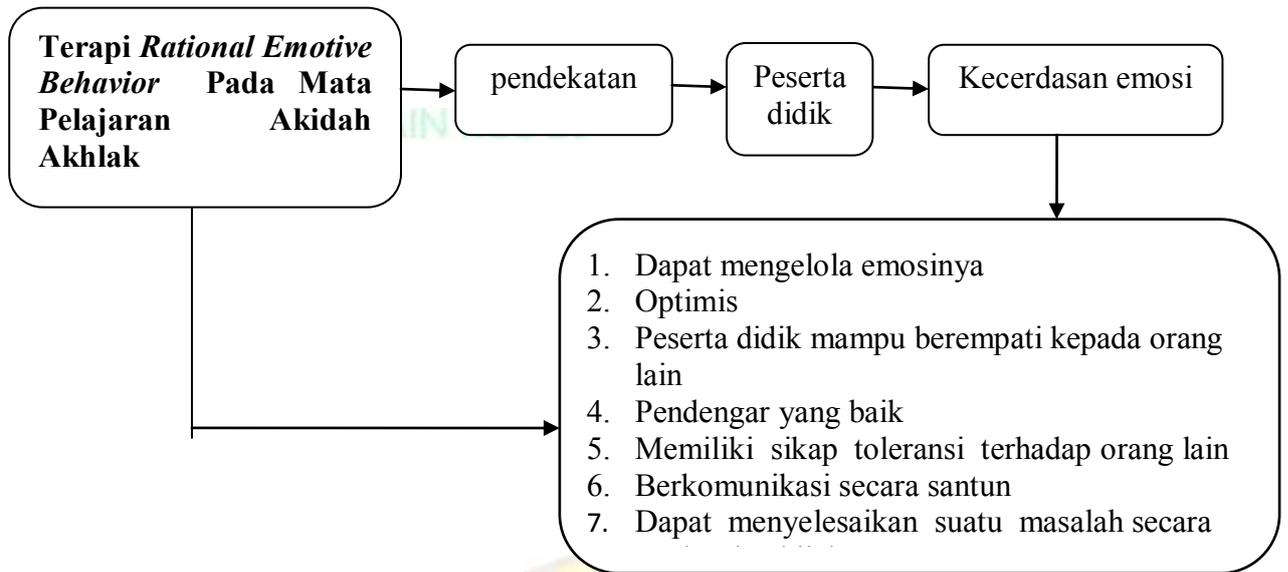
<sup>39</sup> Koleksi skripsi Mahapeserta didik STAIN Kudus di Perpustakaan STAIN Kudus.

Adapun persamaan hasil penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yakni sebagai sama-sama membahas mengenai terapi *rational emotive*. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yakni terletak pada fokus yang lebih membahas mengenai penerapan terapi *rational emotive behavior* pada mata pelajaran akidah akhlak. Sehingga hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya.

### C. Kerangka Berpikir

Terapi *rational emotive behavior* pada mata pelajaran akidah akhlak bertujuan memberikan kemampuan dasar pada peserta didik tentang akidah islam, untuk mengembangkan kehidupan beragama sehingga menjadi muslim yang beriman kepada Allah SWT serta berakhlak mulia, sebagai pribadi, anggota masyarakat dan warga negara, Menumbuh kembangkan akidah melalui pemberian, pemupukan dan pengembangan pengetahuan, penghayatan, pengalaman, pembiasaan serta pengalaman peserta didik tentang akidah islam sehingga menjadi manusia muslim yang terus berkembang keimanan dan ketaqwaannya kepada Allah SWT dan mewujudkan manusia Indonesia yang berakhlak mulia dan menghindari akhlak tercela dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam kehidupan individu maupun sosial, sebagai manifestasi dari ajaran dan nilai-nilai akidah islam.

Dalam hal ini Sekolah harus menciptakan rasa nyaman bagi peserta didik, yaitu atmosfer yang demokratis dan guru yang memahami kondisi peserta didik. Sekolah harus menciptakan *self efficacy* (rasa mampu melaksanakan tugas dari guru) kepada peserta didik, Guru harus dapat membantu peserta didik menyalurkan emosi mereka lewat kegiatan yang positif dan membangun. Mendidik anak agar memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dibutuhkan kesadaran diri, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kemudian upaya pendidikan lebih ditekankan pada pendidikan yang membebaskan peserta didik dalam mengembangkan emosionalnya secara arif dan bijaksana.



**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**

