

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Dari hasil penelitian yang didapat melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi mengenai “Strategi Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Di MTs Islamic Centre Kecamatan Bae Kabupaten Kudus Tahun Ajaran 2017/2018”, maka dapat pada bab akhir dalam penyusunan ini akan disampaikan kesimpulan, saran, dan penutup.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Aspek-aspek yang menjadi penyebab kecemasan belajar siswa dalam mengikuti pelajaran Aqidah Akhlak di MTs Islamic Centre ialah ketidakmampuan siswa dalam mengikuti pelajaran tersebut. Kecemasan belajar yang dialami siswa dilihat dari beberapa aspek atau gejala yang menjadi penyebab siswa merasa cemas dalam belajar. Aspek yang menjadi penyebab timbul kecemasan dapat berupa perasaan khawatir, gangguan emosional, dan ketidakmampuan siswa menyelesaikan tugasnya. Gejala yang ditimbulkan dari kecemasan dapat berupa gejala fisik (ditunjukkan dengan otot tegang, berkeringat dingin, sakit perut, dan lainnya) dan gejala psikologis (pemikiran yang cenderung lambat dalam merespon materi dibanding dengan teman yang lainnya, penakut, dan suasana hatinya tidak menentu antara takut, salah, dan malu).
2. Strategi yang dilakukan guru untuk mengatasai kecemasan belajar yaitu dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis. Teknik ini merupakan teknik konseling yang dapat membantu guru untuk menghilangkan kecemasan belajar yang timbul pada diri siswa, karena dalam teknik ini disertai dengan terapi rileksasi untuk menghilangkan kecemasan yang diperkuat secara negatif. Dalam pelaksanaan teknik ini guru juga menggunakan beberapa strategi. Diantara strategi tersebut adalah dengan menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan.

Pembelajaran yang menyenangkan dilakukan guru melalui beberapa metode, yaitu metode card short, metode mensortir, metode menjodohkan, dan metode talking stick (stik berjalan). Selain itu, guru juga memberikan lelucon yang sesuai dengan kode etik guru yang diselingkan guru dalam pembelajaran, dan terkadang juga melakukan pembelajaran di luar kelas agar siswa merasa lebih tenang dan rileks dalam menerima materi pelajaran Aqidah Akhlaq.

3. Kendala yang dihadapi guru dalam pelaksanaannya adalah tingkat kecerdasan atau pemahaman siswa yang berbeda. Selain tingkat kecerdasan yang berbeda, lingkungan keluarga yang merupakan faktor dari luar diri siswa juga menjadi kendala, sebab lingkungan keluarga inilah merupakan sesuatu yang sangat berpengaruh terhadap diri siswa. Untuk mengatasi kecemasan belajar siswa di sekolah, guru menciptakan suasana pembelajaran di kelas yang menyenangkan, dan berusaha tidak memojokkan siswa, agar kecemasan belajar yang ada pada diri siswa dapat hilang secara berangsur-angsur.

B. Saran

Tanpa mengurangi rasa hormat dari pihak manapun, peneliti memberikan saran yang semoga dapat bermanfaat dan dapat dijadikan masukan untuk perkembangan selanjutnya agar lebih baik. Saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Untuk guru mata pelajaran Aqidah Akhlaq MTs Islamic Centre Kecamatan Bae Kabupaten Kudus
 - a. Hendaknya lebih menggali lagi dan memahami mengenai sikap dan perilaku siswa saat mengikuti pembelajaran Aqidah Akhlaq, agar kecemasan belajar yang dialami oleh siswa tidak timbul kembali dan siswa lebih mudah dalam mengikuti pembelajaran.
 - b. Dapat meningkatkan lagi komunikasi antara guru dan siswa sebagai salah satu cara untuk mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh siswa.

- c. Hendaknya lebih memvariasi lagi mengenai pembelajaran yang dilakukan agar tercipta pembelajaran yang lebih aktif.
2. Untuk Siswa MTs Islamic Centre Kecamatan Bae Kabupaten Kudus
- a. Hendaknya lebih memperhatikan guru apabila guru mengajar di depan kelas, dan jika ada sesuatu yang mengganjal maka harus cepat ditanyakan dan tidak perlu sungkan.
 - b. Lebih semangat lagi dan antusias dalam mengikuti pembelajaran Aqidah Akhlak sebagai bekal untuk diri sendiri.
 - c. Apabila terjadi kesulitan ataupun kendala seperti kecemasan belajar segera minta bantuan guru agar guru bisa membantu menyelesaikannya

