

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk-makhluk yang lainnya. Manusia sebagai kholifah di bumi kelak dimintai pertanggungjawaban di akherat.¹ Pendidikan merupakan sarana mutlak yang dipergunakan untuk mewujudkan masyarakat madani yang mampu menguasai, mengembangkan, mengendalikan dan memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sebagian manusia, ada yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Ada yang memiliki sikap selalu tenang, nyaman, percaya diri dan ada juga yang merasa kurang tenang, khawatir, cemas, takut dalam melaksanakan tugas. Dalam proses belajar mengajar dapat dikatakan berhasil atau lebih baik, manakala ada tantangan atau hambatan yang harus dihadapi. Tantangan atau hambatan dalam melaksanakan kegiatan pendidikan banyak ditemukan masalah-masalah yang berkaitan dengan interaksi sosial.

Kegiatan pembelajaran yang terprogram akan berpengaruh terhadap tujuan yang hendak dicapai. Selain itu, berpengaruh terhadap keberhasilan peserta didik. Hal ini karena di dalamnya terdapat proses interaksi antara pendidik dan peserta didik. Oleh karena itu, keduanya harus terlibat dalam pembelajaran sehingga akan tercapai tujuan pendidikan yang diharapkan. Tujuan pendidikan nasional yang berfungsi mengembangkan kemampuan dan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan anak bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah Swt, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.²

¹Nur Uhbiati, Abu Ahmadi, *Ilmu Pendidikan Islam*, Pustaka Setia, Bandung, 1997, hlm. 108.

²Undang-undang RI No.20, *Tentang System Pendidikan Nasional*, Citra Umbara, Bandung, 2003, hlm. 7.

Dalam setiap materi pelajaran dengan tingkat kesukaran yang tinggi sangat sulit dipahami oleh siswa. Penjelasan guru atau pendidik yang bersifat verbal menyebabkan mereka semakin tidak mengerti akan materi pelajaran yang dipelajari dan sering kali mengakibatkan kebosanan siswa serta dapat menimbulkan tidak tenang, cemas untuk menyampaikan atau mempraktikkan hasil belajar. Oleh karena itu, dibutuhkan pembelajaran yang efektif untuk membantu siswa lebih mudah mencerna dan menyampaikan materi pelajaran secara optimal jika diperintah untuk menyampaikan atau mempraktikkan hasil dari pembelajaran tersebut dengan tenang dan percaya diri.

Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Di masa perkembangannya, siswa mengalami banyak gejolak. Sehingga siswa tidak bisa langsung berinteraksi dengan baik, maka siswa akan mengalami suatu permasalahan yang nantinya dapat mengganggu proses perkembangannya dengan semestinya dan baik.³Pada dasarnya setiap manusia memiliki kecenderungan untuk berpikir kurang nyaman dan percaya diri. Dalam hal ini, siswa diharapkan mampu memiliki keyakinan yang dapat menumbuhkan sikap baik seperti rasa percaya diri, bahagia, tenang, kompeten dan mampu mengembangkan diri dengan baik serta dapat berinteraksi tanpa mengalami gangguan dalam belajar khususnya pada pembelajaran Fiqih.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang penulis lakukan, dalam kenyataannya siswa dan siswi di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus pada saat pembelajaran Fiqih berlangsung ditemukan masih ada siswa yang merasa tidak tenang dan nyaman ketika mendapatkan materi tertentu. Hal ini disebabkan karena siswa memiliki sikap tidak baik seperti gemetar, gelisah, cemas, dan kurang percaya diri.⁴Dengan demikian, penulis akan melakukan penelitian mengenai metode yang digunakan Guru Fiqih dengan teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih untuk mengatasi kecemasan siswa kurang percaya diri dan sebagainya.

³Moh. Ali, M. Asrori, *Psikologo Remaja Perkembangan Peserta Didik*, Bumi Aksara, Jakarta, 2005, hlm. 9.

⁴Hasil Observasi di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus, Rabu 17 Mei 2017.

Kecemasan adalah keadaan suasana perasaan (*mood*) yang ditandai dengan gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Kecemasan bisa jadi berupa perasaan gelisah, yang bersifat *subjectif*, sejumlah perilaku (khawatir, gelisah dan panik) atau respon fisiologis yang bersumber di otak dan tercermin dalam bentuk denyut jantung yang meningkat dan otot menegang.⁵ Kecemasan merupakan salah satu emosi paling menimbulkan stres yang dirasakan oleh banyak orang, kadang-kadang menyebut kecemasan sebuah respon yang negatif seperti gugup atau perasaan ketakutan. Kata “Kecemasan” menggambarkan sejumlah masalah *fobia* (takut akan hal-hal atau situasi tertentu), perasaan panik, (perasaan rasa cemas yang intensi saat orang sering kali merasa akan mati atau gila), gangguan pasca trauma (ingatan akan trauma yang parah dengan stress tinggi dan terjadi berulang-ulang), dan gangguan kecemasan secara umum (gabungan antara khawatir dan gejala-gejala kecemasan yang terjadi hampir setiap hari).

Dapat dipahami bahwa kecemasan adalah suasana hati yang ditandai oleh aspek negatif dan gejala-gejala ketegangan jasmaniah di mana seseorang mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan di masa yang akan datang dengan perasaan khawatir, cemas dan kurang percaya diri dalam melakukan tugas atau kegiatan.

Teknik desensitisasi sistematis yang dikembangkan oleh Josep Wolpe adalah suatu proses pemberian bantuan kepada siswa guna memperbaiki pola tingkah lakunya dengan melakukan desensitisasi atau gerak-gerak relaksasi yang menyenangkan dan digunakan untuk menurunkan kecemasan serta meningkatkan motivasi belajar siswa.⁶

Pembelajaran dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis terdiri dengan tiga komponen yaitu, *Pertama*, klien diajari sebuah teknik relaksasi (ambil nafas dalam-dalam), *Kedua*, menggambarkan sebuah hirarki

⁵V.Mark Durand & David H. Barlow, *Intisari Psikologi Abnormal*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2006, hlm. 158.

⁶Bradley T.Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2016, hlm. 302.

kecemasan dibuat, *Ketiga*, menyajikan stimuli yang dapat membangkitkan kecemasan selama relaksasi.⁷

Teknik Relaksasi yang dikembangkan Jacobson dan Wolpe adalah suatu teknik dalam teori terapi perilaku untuk mengatasi ketegangan dan kecemasan.⁸ Dengan teknik relaksasi, siswa dilatih untuk tenang sehingga kecemasan yang dialaminya sedikit demi sedikit dihilangkan seiring dengan kondisi rileks yang diciptakan siswa, serta dilatih menghilangkan ketegangan dan kecemasan. Gerakan relaksasi ini memungkinkan siswa untuk tenang dan nyaman pada pembelajaran Fiqih. Desensitisasi sistematis pada dasarnya digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif, dan menyertakan pemunculan tingkah laku dan respon yang berlawanan dengan tingkah laku yang hendak dihapus.

Kegiatan pembelajaran dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis dapat digunakan sebagai alternatif pada pembelajaran Fiqih, sebab dalam setiap tahapan dapat memfasilitasi guru dan siswa untuk menciptakan kegiatan pembelajaran yang mengutamakan perubahan konseptual pada siswa. Salah satu upaya untuk mengubah perilaku siswa tidak baik yang dapat mengakibatkan kondisi tidak tenang, nyaman dalam menyampaikan pendapat maupun mendemonstrasikan atau mempraktikkan pelajaran di dalam kelas dengan keadaan tenang, nyaman, dan percaya diri dihadapan teman-temannya atas hasil belajar yang telah disampaikan oleh pendidik dengan penggunaan teknik desensitisasi sistematis.

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan seperti diatas tentang penggunaan teknik desensitisasi sistematis, penulis merasa tertarik karena teknik tersebut memiliki ciri khas yang berbeda dan keunikan tersendiri dengan yang lain untuk mengangkat penelitian dengan judul **“Implementasi Teknik Desensitisasi Sistematis Pada Pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018”**.

⁷*Ibid*, hlm. 303.

⁸Zainur Anwar, *Psikologi*, CV. Andi Offset, Yogyakarta, 2012, hlm. 254.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah implementasi teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus. Teknik ini diterapkan guru Fiqih yang awalnya melihat beberapa siswanya mengalami respon tidak baik berupa rasa khawatir, cemas, gelisah dan agak panik, gugup, dan takut saat pembelajaran Fiqih berlangsung terutama pada siswa kelas VII. Oleh karena itu, teknik desensitisasi sistematis ini diterapkan guru Fiqih untuk mengatasi dan mengurangi hal tersebut. Penerapan teknik ini dilakukan pada saat proses pembelajaran Fiqih langsung, agar siswa dapat merasa tenang, nyaman, percaya diri tanpa ada rasa cemas, gelisah dan takut pada saat belajar Fiqih di dalam kelas.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah yang diuraikan di atas, maka peneliti melakukan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018?
2. Bagaimana implementasi teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dari Implementasi teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah diatas adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui proses pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018.

2. Untuk Mengetahui proses implementasi teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018.
3. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat implementasi teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih di MTs NU Nurussalam Besito Gebog Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini meliputi manfaat teoritis dan secara praktis yaitu:

1. Manfaat Teoritis
 - a) Memberikan kontribusi pemikiran dan memperluas wacana keilmuan tentang teknik desensitisasi sistematis pada pembelajaran Fiqih.
 - b) Memberikan pengetahuan dan pemahaman yang cukup luas pada setiap pelajaran yang disampaikan pendidik kepada peserta didik untuk lebih mengerti dan memahami khususnya pada pembelajaran Fiqih.
2. Secara Praktis :
 - a) Guru
Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan proses pembelajaran dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis untuk mengatasi kecemasan siswa saat melakukan presentasi
 - b) Peserta Didik
Dapat menghilangkan respon tidak baik dalam pembelajaran Fiqih berlangsung serta menciptakan suasana pembelajaran di dalam kelas menjadi lebih efektif, kondusif dan menyenangkan.