

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Sebagaimana yang telah peneliti jelaskan pada rumusan masalah, bahwa penelitian yang berjudul “ Peran Guru Akidah Akhlak dalam Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menjelang Ujian Nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati Tahun 2018/2019” ini, bertujuan untuk mengetahui bentuk, jenis kecemasan yang dialami peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, kemudian untuk mengetahui tingkat kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, dan juga untuk mengetahui peran guru akidah akhlak dalam mengatasi kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati.

Adapun untuk memperoleh data guna menjawab permasalahan tersebut, peneliti melakukan wawancara dan observasi kepada informan. Adapun informan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX, kemudian Bapak Solihin, S.Pd.I selaku guru akidah akhlak kelas IX dan juga Bapak Muqadir, S.Pd.I selaku guru mapel ujian nasional. Data yang diperoleh peneliti juga dilengkapi dengan data berupa foto wawancara dengan informan. Adapun data hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti yakni sebagai berikut :

#### 1. Jenis kecemasan yang dialami peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati Tahun 2018/2019

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang dapat dialami oleh setiap individu, akibat individu tersebut mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan, karena individu tersebut mengalami kehilangan kendali, terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurut kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain tidak ada, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan dapat terjadi di beberapa kalangan, tidak terkecuali di kalangan peserta didik. Hal ini juga terjadi oleh peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati terutama pada peserta didik kelas IX ketika menjelang ujian nasional. Kecemasan memiliki beberapa bentuk/jenis, seperti yang terjadi di sekolah tersebut ada beberapa bentuk/jenis kecemasan yang dialami peserta didik menjelang ujian nasional yaitu :

pertama, jenis gangguan kecemasan umum (GAD), hal ini ditandai dengan peserta didik merasa takut, mereka merasa takut jika tidak mampu mengerjakan soal ujian nasional yang akan dihadapi, tidak percaya akan kemampuan pada dirinya sendiri. Sebagaimana wawancara dengan Kholifah salah satu peserta didik,

dia menyatakan bahwa ketakutan yang dialaminya jika nanti saat pelaksanaan ujian nasional soal yang di ujikan sulit dan tidak bisa mengerjakannya.<sup>1</sup> Ditambah lagi hal serupa juga dipaparkan oleh inayah, yang menyatakan bahwa dirinya merasa takut jika nantinya ketika ujian tidak bisa mengerjakan soal ujian dan mendapat nilai jelek, selain itu ketakutan yang dialami inayah jika nanti anak-anak di luar sana lebih pandai dan lebih bagus nilainya.<sup>2</sup>

Peserta didik merasa takut dalam mengerjakan soal ujian nasional, karena kurangnya persiapan dan mental. Kurangnya persiapan peserta didik dikarenakan kurangnya belajar dan penguasaan materi mata pelajaran ujian nasional. Selanjutnya kecemasan yang secara tiba-tiba, dimana peserta didik merasakan kecemasan yang tiba-tiba, sebagaimana wawancara dengan faizah salah satu peserta didik, dimana dia menyatakan bahwa ketika dia mengerjakan soal ujian nasional tiba-tiba merasa cemas, hal tersebut dikarenakan dia kehabisan waktu ketika memahami soal ujian nasional yang sedang dikerjakan.<sup>3</sup> Peserta didik merasa tiba-tiba cemas karena belum memahami soal ujian nasional sepenuhnya dan mereka beranggapan bahwa waktu pengerjaan soal ujian nasional.

Kedua, yaitu jenis gangguan kecemasan phobia, hal ini di tandai dengan ketakutan mimpi masa lalu yang dialami peserta didik. Begitupun yang dialami peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad, dimana peserta didik merasa cemas dan takut karena mendapatkan nilai ujian nasional yang kurang bagus. Kondisi ini dialami oleh salah satu peserta didik kelas IX MTs Tarbiyatul Aulad, sebagaimana pemaparan inayah, bahwasanya dia merasa takut menghadapi ujian nasional dengan alasan takut jika nilai yang didapatkan nantinya ketika ujian nasional kurang bagus seperti yang pernah didapatkan ketika ujian nasional yang pernah dialaminya.<sup>4</sup> Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara peneliti dengan zulia salah satu peserta didik kelas IX, menyatakan bahwa inayah pernah bercerita kepadanya kalau dia takut karena dulu pernah mendapatkan nilai ujian nasional yang kurang bagus dan akhirnya dia hampir putus asa dan saudaranya ada yang tidak lulus juga ketika ujian, makanya sampai sekarang dia takut.<sup>5</sup> Peserta didik merasa cemas menjelang ujian nasional dikarenakan pengalaman masa laluyang dialaminya, dimana

---

<sup>1</sup>Kholifah, wawancara oleh peneliti, 12Maret 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>2</sup>Inayah, wawancara oleh peneliti, 13 Maret 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>3</sup>Faizah, wawancara oleh peneliti, 13 Maret 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>4</sup>Inayah, wawancara oleh peneliti, 13 Maret,2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>5</sup>Zulia, wawancara oleh peneliti, 11 Maret, 2019, wawancara 3, transkrip

peserta didik tersebut mendapatkan yang kurang bagus ketika ujian nasional. Selain hal tersebut pengalaman kelulusan dari tahun-tahun sebelumnya membuat peserta didik tersebut semakin takut, seperti adanya peserta ujian nasional yang tidak lulus.

## **2. Tingkat kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati Tahun 2018/2019**

Secara umum rasa cemas dimiliki oleh setiap individu, terlebih pada peserta didik yang akan menghadapi ujian nasional kecemasan merupakan respon yang paling umum dan masing-masing individu memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Begitupun tingkat kecemasan yang dialami oleh peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad ketika menjelang ujian nasional juga memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, tingkat kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad, peneliti mengelompokkan tingkat kecemasan yang dialami peserta didik menjadi dua kategori, diantaranya sebagai berikut :

Pertama, kecemasan tingkat rendah/ringan, yaitu perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda yang dirasakan oleh peserta didik. Namun kecemasan yang dialami peserta didik tersebut mampu menjadikan dirinya lebih waspada sehingga dapat meningkatkan motivasi belajarnya. Hal ini sebagaimana yang terjadi pada Faizah, dia berkata memang benar Faizah merasakan cemas tetapi rasa cemas itu semakin mengganggu aktifitas, khususnya prestasinya sendiri. Akhirnya timbulah pemikiran Faizah lebih baik belajar lebih tekun lagi biar bisa mengerjakan.

Alasan serupa juga di sampaikan oleh Muna, menurut keterangannya rasa cemas sudah pasti dirasakan, dia merasa takut bagaimana nantinya dalam mengerjakan soal, apakah soalnya mudah atau sulit, namun hal tersebut tidak menyurutkan usahanya untuk belajar agar siap menghadapi ujian nasional yang akan terlaksana.<sup>6</sup> Alasan yang di paparkan para peserta didik di atas juga di perkuat melalui pemaparan bapak Solihin, S.Pd.I selaku guru akidah akhlak, bahwasanya beliau melihat ada beberapa peserta didik yang mana mereka itu sebenarnya cemas, tetapi dari rasa cemasnya tersebut menumbuhkan kekuatan pada dirinya sendiri untuk membangun motivasi untuk lebih semangat.<sup>7</sup>

Kedua, kecemasan tingkat sedang yaitu perasaan benar-benar berbeda yang dirasakan oleh peserta didik yang mana hal tersebut sangat mengganggu peserta didik, namun dalam kondisi ini peserta

---

<sup>6</sup>Muna, wawancara oleh peneliti, 11 Maret, 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>7</sup>Solihin, wawancara oleh peneliti, 9 Maret, 2019, wawancara 1, transkrip.

didik masih bisa menerima arahan-arahan, motivasi dari orang lain, sehingga mampu menenangkan peserta didik tersebut. hal ini sebagaimana yang terjadi pada faizah salah satu peserta didik kelas IX, menurutnya ketika menjelang ujian nasional dia merasa hal yang paling terpenting adalah ujian nasional, yang akhirnya membuatnya hanya fokus belajar mapel ujian nasional saja sampai-sampai nilai yang didapatkan ketika semester banyak yang menurun. Hal serupa juga dialami oleh muna,<sup>8</sup> dimana kecemasan yang dialami berawal dari kesulitannya dalam membagi waktu belajar, karena jarak waktu simulasi pertama dengan simulasi berikutnya selalu dalam jangka waktu yang terlalu dekat.

Peserta didik mengalami kecemasan, yang mana kecemasan tersebut dapat mengganggu peserta didik salah satunya yaitu terganggunya prestasi yang didapatkan. Namun kecemasan tersebut dapat berkurang dengan adanya perhatian khusus dari pihak lain berupa arahan-arahan, motivasi maupun bimbingan, seperti halnya yang dialami oleh salah satu peserta didik, dia merasa ketika mendapatkan dorongan baik dari guru mapel ujian nasional maupun guru akidah akhirnya kecemasan yang dia alami berkurang sedikit demi sedikit.<sup>9</sup> Motivasi maupun arahan tersebut peserta didik terima dari bapak Solihin, S.Pd.I selaku guru akidah akhlak, dimana beliau selalu berusaha menenangkan peserta didik baik ketika pembelajaran maupun diluar jam pembelajaran.

Menurut keterangan yang diberikan oleh Naila, selaku peserta didik kelas IX dia berkata bahwa ketika menjelang ujian nasional dia sangat cemas karena dia merasa kurang percaya diri dengan bekal yang sudah dimilikinya, tetapi bapak Solihin berusaha menenangkan hatinya, beliau berkata Allah selalu memberikan jalan bagi hambanya yang mau berusaha, jadi kamu sudah berusaha belajar dan berdoa nanti hasilnya kita serahkan pada Allah. Ada juga pemaparan dari zulia, dia memberikan pernyataan bahwa dia merasa lebih tenang setelah mendapatkan arahan dan motivasi yang diberikan oleh bapak Solihin kepada seluruh peserta didik kelas IX. Beberapa pemaparan peserta didik tersebut diperkuat dengan pemaparan bapak Solihin,<sup>10</sup> bahwasanya usaha yang dilakukan beliau adalah dengan memberikan dorongan, motivasi, bimbingan kepada peserta didik dan hasil yang didapat peserta didik sudah semakin percaya diri dalam menghadapi ujian nasional.

---

<sup>8</sup> Muna, wawancara oleh peneliti, 11 Maret, 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>9</sup> Faizah, wawancara oleh peneliti, 13 Maret, 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>10</sup> Muqadir, wawancara oleh peneliti, 9 Maret, 2019, wawancara 2, transkrip.

### 3. Peran guru akidah akhlak dalam mengatasi kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati Tahun 2018/2019

Istilah cemas sudah tidak asing lagi di telinga masyarakat, cemas adalah keadaan atau emosi yang menakutkan dan merupakan hal yang wajar. Namun meskipun kata cemas sudah akrab di telinga masyarakat dan sudah wajar terjadi, akan tetapi dalam kenyataannya masih banyak dari berbagai kalangan masyarakat yang mengalami kecemasan dan belum mengetahui betul bagaimana menanggulangi perasaan tersebut, terutama pada anak usia sekolah yang kebanyakan masih belum mengetahui betul bagaimana cara untuk mengurangi perasaan cemas yang mereka alami. Jadi disini sudah sangat jelas bahwa peserta didik membutuhkan sebuah dukungan maupun bimbingan, apalagi kecemasan merupakan sebuah gangguan neurotik yang sangat merugikan, entah itu bagi diri sendiri maupun orang lain. Atas dasar hal itulah MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati ingin menjadi pelopor dalam memerangi rasa cemas yang biasa dialami oleh peserta didik dengan cara medidik atau membimbing peserta didiknya agar memiliki akhlak yang baik dalam menyikapi sebuah permasalahan.<sup>11</sup>

peran guru disini memiliki posisi yang teramat penting, karena selain sebagai agen perubahan, seorang guru juga turut serta membantu membentuk mental dan karakter peserta didik untuk menjadi pribadi yang lebih baik, kuat, dan juga stabil, untuk membentuk itu semua dibutuhkan aspek spiritual terutama menjelang ujian nasional dibutuhkan peran guru akidah akhlak dimana dalam menangani permasalahan tersebut dengan cara memenuhi kebutuhan spiritual yang diperlukan peserta didik. Disini guru akidah akhlak dalam memenuhi spiritual peserta didik dilakukan melalui materi pembelajaran, karena dalam materi pembelajaran akidah akhlak terdapat materi yang menjelaskan tentang akhlak terpuji pada diri sendiri/prilaku terpuji, optimis, tidak berputus asa, percaya diri dan yakin.

Selain melalui pembelajaran sehari-hari bapak Solihin selaku guru akidah akhlak juga motivasi dan arahan-arahan langsung kepada peserta didik. Hal ini diperkuat melalui penjelasan bapak Solihin,S.Pd,I selaku guru akidah akhlak bahwasanya peran seorang guru dalam mengatasi kecemasan peserta didik sangat di butuhkan, beliau juga memaparkan bahwa seorang guru itu harus mampu memberi bimbingan maupun penjelasan yang dapat

---

<sup>11</sup>Hasil observasi di MTs Tarbiyatul Aulad Perdopo, pada tanggal 27 Febuari 2019, pukul 09.00 WIB

diterima oleh peserta didik.<sup>12</sup> Hal ini juga diperkuat dengan pemaparan yang disampaikan oleh guru bidang studi ujian nasional, bahwa beliau selaku guru yang bidang studinya juga di ujian nasional, senantiasa selalu menjalin kerjasama dengan guru akidah akhlak dalam hal mengatasi kecemasan peserta didik ketika menjelang maupun menghadapi ujian nasional, agar peserta didik yang beliau didik tidak lagi merasakan kecemasan dalam menghadapi ujian nasional.<sup>13</sup>

Peran guru yang di paparkan diatas juga diperkuat dengan pendapat dari beberapa peserta didik yang peneliti wawancara, para peserta didik memaparkan bahwa dia diberikan sebuah motivasi dan arahan untuk mendekati diberi kepada Allah, dengan berdoa bersama khususnya pak solihin sebagai guru akidah akhlak dan dari arahan itu kecemasan yang selama ini dialami bisa berkurang.<sup>14</sup> Faizah salah satu Peserta didik juga merasakan kepedulian yang diberikan oleh bapak solihin kepada peserta didik baik ketika pembelajaran maupun pemberian motivasi secara langsung. Seperti yang disampaikan oleh faizah, bahwa dia merasakan kepedulian yang diberikan oleh bapak solihin, S.Pd.I dia dan teman-teman selalu diberi sebuah motivasi dan arahan beliau kepada peserta didik untuk mendekati diri kepada Allah, selalu bertawakal, optimis dan jangan mudah putus asa, seperti pelajaran yang di ajarkan sehari-hari, selain itu juga dengan di ajak berdoa bersama dan lain-lain.<sup>15</sup>

Berdasarkan paparan di atas disini guru akidah akhlak memiliki peranan yang cukup mendominasi dalam mengatasi kecemasan peserta didik. Apalagi yang dilakukan yakni dengan cara menanamkan pada diri peserta didik untuk percaya diri dan menanamkan ketakwaan kepada diri peserta didik, yang paling terpenting menanamkan padapeserta didik memulai sesuatu dengan doa dan percaya akan kekuatan doa menyerahkan diri kepada Allah dan berpegang teguh pada ajaran agama Islam. Bapak Solihin selaku guru akidah akhlak untuk menyakinkan peserta didik, beliau memerikan sebuah contoh kepada peserta didik, beliau menyontohkan tentang perjuangan para pahlawan indonesia dalam memperjuangkan kemerdekaan indonesia bagaimana cara para pahlawan tersebut memranggi para tentara belanda dan peralatan/senjata yang digunakan tida sebnading dengan para tentara belanda, akan tetapi para pahlawan indonesia

---

<sup>12</sup> Solihin, wawancara oleh peneliti, 9 Maret, 2019, wawancara 1, transkrip.

<sup>13</sup> Muqadir, wawancara oleh peneliti, 9 Maret, 2019, wawancara 2, transkrip.

<sup>14</sup> Zulia, wawancara oleh peneliti, 20 April, 2019, wawancara 3, transkrip.

<sup>15</sup> Faizah, wawancara oleh peneliti, 20 April, 2019, wawancara 3, transkrip.

percaya dan yakin akan kekuatan doa. Berasal dari keyakinan tersebut atas kuasa Allah akhirnya pahlawan indonesia dapat memenangkan peperangan.

peranan guru akidah akhlak juga sangat terlihat jelas dalam mengatasi kecemasan peserta didik dengan bekerja sama dengan guru bidang studi dan perangkat sekolah yang ada di sekolah ini serta dengan orang tua peserta didik dalam mengatasi kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional,<sup>16</sup> hal ini diperkuat dengan pemaparan dari guru akidah akhlak menyatakan untuk kerjasama itu ada yaitu antara guru akidah akhlak , guru mapel ujian nasional dan juga guru mapel ujian nasional, guru mapel ujian nasional juga sudah memanggil semua orang tua Peserta didik, yang dimana tujuan untuk memanggil semua orangtua peserta didik tersebut untuk memberikan sosialisasi tentang ujian nasional.

Berdasarkan hal di atas, dapat diketahui peran guru akidah akhlak di MTs Tarbiyatul Aulad itu tercermin dari kebijakan atau tindakan yang dilakukan oleh guru itu sendiri, mulai dari melakukan kerja sama dengan semua pihak yang berkaitan baik dengan yang berada di dalam sekolah maupun di luar sekolah, dengan yang dari luar sekolah seperti pemanggilan orang tua peserta didik yang kemudian diberikan sosialisasi mengenai ujian nasional dengan tujuan agar orang tua mengetahui bagaimana teknis ujian nasional dan dapat membantu meyakinkan para anak masing-masing, kemudian guru tersebut berupaya untuk membangun akhlak berkepribadian yang baik, optimis pantang menyerah, melalui pembelajaran akidah akhlak. Upaya yang dimaksud disini adalah suatu usaha atau cara yang telah dilakukan guru akidah akhlak dalam membimbing peserta didik untuk mengatasi kecemasan menjelang ujian nasional, usaha yang dilakukan

#### **a. Kerjasama dengan guru**

Guru akidah akhlak tidak bisa berbuat banyak untuk hal membimbing peserta didik dalam belajar materi pembelajaran yang diujikan hanya guru yang ahli saja yang bisa membimbing peserta didik yang mempunyai kesulitan untuk memahami pelajaran tersebut, oleh karena itu guru akidah akhlak hanya bisa membantu menjembatani peserta didik dengan meminta tolong kepada guru mata pelajaran untuk mengulangi pelajaran yang peserta didik belum fahami. Peran guru akidah akhlak membimbing peserta didik untuk menjadi lebih baik, beliau juga berperan mengumpulkan data peserta

---

<sup>16</sup> Hasil observasi di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, pada tanggal 25 Februari , 2019, pukul 10.00 WIB.

didik dalam berbagai masalah pendidikan yang dapat dipergunakan oleh guru bidang studi dalam proses belajar mengajar.<sup>17</sup> Hal ini diperkuat dengan pemaparan bapak Muqadir beliau memaparkan bentuk kerja sama yang dilakukan guru akidah akhlak adalah dengan dilakukannya kerjasama dengan teknisi dalam hal mensosialisasikan kepada peserta didik tentang bagaimana cara mengoperasikan komputer dan dalam hal mengadakan simulasi ujian nasional. Begitupun dengan guru mapel ujian nasional beliau bekerjasama untuk memberikan pembelajaran tambahan sesuai SKL, sedangkan dengan orang tua peserta didik, guru akidah akhlak memanggil semua orangtua peserta didik untuk hadir ke sekolah dalam rangka memberikan sosialisasi mengenai ujian nasional.

Selain hal di atas, guru akidah akhlak untuk mengatasi kecemasan peserta didik, beliau bersama para guru-guru dan seluruh peserta didik kelas IX yang akan menghadapi ujian nasional, yaitu melakukan doa bersama dengan tujuan mengajarkan peserta didik untuk mendekatkan diri kepada Allah dan meminta pertolongan agar dipermudah dalam mengerjakan soal ujian nasional, doa bersama tersebut dilakukan setiap satu minggu sekali mengajak seluruh guru-guru dan peserta didik khususnya kelas IX.

#### **b. Membimbing**

Guru akidah akhlak membimbing peserta didik untuk mencapai nilai yang lebih baik dengan upaya yang dilakukan di sekolah. Melakukan upaya ialah untuk mengurangi rasa cemas peserta didik yang merupakan masalah yang tidak bisa disepelekan. Sadar bahwa peserta didik memerlukan bimbingan untuk mengembalikan kepercayaan diri, mereka merasa ada yang peduli pada masalah yang dihadapinya. Peserta didik juga memerlukan teman yang mau mendengarkan masalah tersebut agar tidak menjadi beban pikiran karena pikiran yang dikuasai oleh kecemasan. Bimbingan yang dilakukan guru akidah akhlak disekolah adalah :

Guru akidah akhlak bersama guru-guru yang terkait lainnya memberikan sebuah bimbingan dengan memberi bekal sebuah pematatan materi ajar yang sesuai dengan SKL (standar kelulusan) dan dengan diarahkan mengenai teknik-

---

<sup>17</sup> Hasil observasi di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, pada tanggal 27 Februari, 2019, pukul 10.00 WIB.



teknik ujian nasional, hal tersebut seperti yang dipaparkan bapak Muqadir bahwasanya secara umum cara mengatasi kecemasan peserta didik yaitu dengan memberi bimbingan, memberikan bekal pematatan materi yang sesuai dengan SKL diberikan masukan-masukan agar peserta didik mempunyai gambaran mengenai ujian nasional yang akan dihadapinya. Hal tersebut juga diperkuat dengan pemaparan guru akidah akhlak, beliau berkata bahwa agar peserta didik tidak cemas, peserta didik diberikan masukan-masukan dan doa secara fertikal, peserta didik itu membutuhkan sebuah pembinaan, baik pembinaan tersebut secara dzohir maupun secara batin, bimbingan secara dzohir yaitu seperti penyampaian materi yang sesuai dengan materi ajar, kemudian pembinaan secara batin yaitu dengan memberikan motivasi-motivasi, doa dan arahan-arahan yang diperlukan peserta didik.<sup>18</sup>

Banyaknya bimbingan, arahan, motivasi yang diberikan guru akidah akhlak dan seluruh pihak sekolah, kecemasan yang dialai peserta didik sebagian besar sudah berkurang. Meskipun masih ada peserta didik yang masih merasa takut dan cemas tetapi sebagian besar peserta didik ketika menjalani ujian nasional dalam keadaan tenang dan yakin bahwa bisa mengerjakan dan lulus dengan nilai yang memuaskan, sebagai bukti berpengaruhnya usaha yang dilakukan oleh guru akidah akhlak yaitu dengan pemaparan dari salah satu peserta didik, dia berkata bahwa dia sudah yakin menjalani ujian nasional karena dia sudah merasa belajar mempersiapkan pelajaran yang akan diujikan ketika ujian nasional dan juga berdoa supaya diberi kemudahan.<sup>19</sup>

Berdasarkan hal diatas, peneliti merasa bahwa upaya yang dilakukan guru akidah akhlak cukup membantu peserta didik, dengan cara kerjasama antara guru mapel ujian nasional, guru mapel ujian nasional maupun orang tua dari peserta didik itu sendiri. Dengan begitu peserta didik mendapatkan bimbingan dari berbagai pihak bukan dari pihak sekolahan saja melainkan juga dari pihak yang paling berpengaruh yaitu keluarga, karena degan usaha guru akidah akhlak yang memanggil orang tua masing-masing peseta didik untuk menyampaikan sosialisasi ujian nasional membuat orang tua mengetahui dan memahami bagaimana cara membimbing dan mendorong peserta didik untuk menghadapi ujian nasional dengan baik dan benar. Secara

---

<sup>18</sup> Solihin, Wawancara olrh peneliti, 9 Maret, 2019, Wawancara 1, Transkip.

<sup>19</sup> Aini, Wawancara oleh peneliti, 20 April, 2019, Wawancara 3, Transkip.

tidak langsung nantinya peserta didik memiliki waktu belajar yang cukup, rasa optimis yang besar dan pastinya kecemasan tersebut dapat berangsur-angsur berkurang dan peserta didik siap menjalani ujian nasional.

## B. Pembahasan

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang dapat dialami oleh setiap individu. Kecemasan bisa terjadi di berbagai kalangan, tidak terkecuali di kalangan peserta didik, kecemasan yang dialami pada kalangan peserta didik yaitu kecemasan menjelang ujian nasional. Dimana hal tersebut merupakan sebuah perasaan yang seringkali menghampiri peserta didik, yang mana kecemasan tersebut disebabkan dari dirinya sendiri maupun yang berasal dari luar. Faktor yang berasal dari dalam dirinya sendiri yaitu adanya perasaan takut dari dalam diri pribadi. Hal ini seperti yang disebutkan oleh kartini kartono bahwa penyebab kecemasan yaitu : Ketakutan yang terus menerus hal tersebut disebabkan oleh kesusahan dan kegagalan yang bertubi-tubi, Kecenderungan-kecenderungan kesadaran diri yang terhalang, Represi terhadap macam-macam masalah emosional tetapi tidak bisa berlangsung secara sempurna.<sup>20</sup> Kemudian faktor yang berasal dari luar misalnya tidak adanya rasa hangat dalam keluarga, perasaan anak bahwa ia adalah anak yang ditolak, tidak disayangi, tidak dikasihi dan ia adalah makhluk lemah ditengah-tengah alam permusuhan.

Selain hal tersebut banyaknya berita dari media sosial maupun media cetak yang belum pasti kebenarannya, seperti akan dihapusnya ujian nasional juga dapat mengganggu konsentrasi belajar peserta didik. Kondisi cemas yang dihadapi oleh peserta didik dapat berdampak buruk, karena dari kecemasan tersebut menimbulkan rasa khawatir yang menjadikan dirinya tidak percaya diri, tidak percaya akan masa depannya, dan selain hal tersebut kecemasan juga dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik.

Gangguan kecemasan yang dialami oleh banyak pihak dari berbagai kalangan, khususnya gangguan kecemasan yang dialami peserta didik ada beberapa jenis, seperti yang telah disampaikan Wiramihardja dalam bukunya yang berjudul *Pengantar Psikologi Abnormal*, menjelaskan ada lima jenis gangguan kecemasan, diantaranya:<sup>21</sup> Panic disorder, Agoraphobia, Phobia lainnya, Obsesi kompulsif (Obsessive-Compulsive), Generalized Anxiety Disorder

---

<sup>20</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Bandung : CV. Mandar Maju, 2009), 128.

<sup>21</sup> Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal Edisi Revisi*, (Bandung : PT Refika Aditama, 2015), 75.

(GAD), dimana masing-masing gangguan kecemasan itu memiliki ciri yang berbeda-beda dan juga sebuah penanganan yang berbeda.

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan dapat dilihat bahwa jenis gangguan kecemasan yang dialami peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad, ada dua jenis diantaranya pertama, peserta didik mengalami jenis gangguan Generalized Anxiety Disorder (GAD), dengan ciri yang ditunjukkan sebagai berikut : peserta didik merasa takut salah dan tidak bisa fokus dalam memberikan sebuah keputusan, rasa was-was dan keresahan yang bersifat tidak menentu, selain itu peserta didik juga menjadi mudah tersinggung walaupun dengan temannya sendiri. Selain itu ada juga peserta didik yang mengalami gangguan kecemasan phobia, dimana peserta didik memiliki sebuah pengalaman yang menakutkan dimasa lalunya yang mengakibatkan peserta didik tersebut terbawa hingga saat ini. Seperti yang terjadi pada peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, dimana salah satu dari peserta didik mengalami phobia nilai ujian nasional. Peserta didik tersebut pernah mendapatkan nilai ujiannasional yang kurang yang mengakibatkan dia frustrasi dan takut akan terulang kembali. Bentuk kecemasan yang dialami peserta didik juga berbeda-beda.<sup>22</sup>

Penyebab kecemasan menurut teori kognitif menyatakan bahwa kecemasan timbul karena kesalahan mental, melalui teori kognitif menyatakan bahwa takut dan kecemasan dihasilkan dari harapan diri yang negatif, mereka percaya bahwa mereka tidak dapat mengatasi dari situasi yang mengancam bagi diri mereka.<sup>23</sup> Berdasarkan hasil penelitian dari bentuk/jenis gangguan kecemasan yang terjadi pada peserta didik di MTs Tarbiyatul Aulad disebabkan oleh ujian nasional. Dimana ujian nasional masih menjadi hal yang menakutkan meskipun ujian nasional bukan lagi jadi penentu kelulusan tetapi sebagai penunjang masuk ke jenjang pendidikan selanjutnya. Peserta didik percaya bahwa mereka tidak dapat mengatasi dari situasi yang mengancam bagi diri mereka, peserta didik merasa kurang percaya diri bagaimana dengan kemampuannya dalam mengerjakan soal dan hasilnya nanti mendapat nilai yang bagus atau tidak, selain itu peserta didik juga merasa cemas apabila nanti peserta didik dari sekolahan yang berbeda lebih bagus-bagus dari dirinya.

Selain jenis gangguan kecemasan yang dialami peserta didik masing-masing berbeda, begitupun mengenai tingkat kecemasan yang mana masing-masing individu atau peserta didik memiliki tingkat

---

<sup>22</sup> Hasil Observasi di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, pada tanggal 30 Maret, 2019, pukul 11.20 WIB

<sup>23</sup> Bernard Poduska, *Empat Teori Kepribadian*, ( Jakarta : Radar Jaya Offset, 1990), 167.

kecemasan yang berbeda pula. Tingkat kecemasan yang biasa dialami oleh semua kalangan ada beberapa tingkatan, seperti yang dipaparkan Eko Prabowo dalam bukunya *Konsep dan Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa*, tingkat kecemasan seseorang dibagi menjadi empat yaitu:

- 1) Kecemasan ringan yaitu perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus.
- 2) Kecemasan sedang merupakan perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang benar-benar berbeda.
- 3) Kecemasan berat merupakan perasaan ada sesuatu yang berbeda dan ada ancaman, memperlihatkan respon takut dan distress.
- 4) Panik yaitu individu kehilangan kendali dan detail perhatian hilang, karena hilangnya kontrol, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah.<sup>24</sup>

Selanjutnya dari hasil penelitian yang peneliti lakukan, dibantu dengan bapak solihin S.Pd.I yang bekerja sama dengan guru mapel ujian nasional, bahwa peserta didik kelas IX di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati mengalami tingkat kecemasan yang masing-masing peserta didik berbeda. Namun sebagian besar dari peserta didik kelas IX yang akan menghadapi ujian mengalami tingkat kecemasan ringan hingga sedang, dimana peserta didik memerlukan sebuah bimbingan dan arahan dari seorang guru untuk mengurangi rasa cemas yang dialami peserta didik.<sup>25</sup>

Permasalahan tersebut tentulah membutuhkan sebuah solusi untuk menyelamatkan bangsa Indonesia dari kecemasan. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk membentuk mental yang baik, kuat dan cerdas adalah dengan cara meningkatkan akhlakul kharimah generasi bangsa. Hal ini dapat didapatkan melalui pendidikan akidah akhlak, karena kedudukan akidah akhlak sangatlah penting dalam sendi kehidupan seorang muslim. Akidah akhlak merupakan poros atau inti kemanakah tujuan hidup manusia. Apabila akhlaknya bagus maka sejahtera dan damailah lahir dan batinnya. Namun, sebaliknya jika akidah akhlaknya buruk tentu akan rusak lahir dan batinnya.<sup>26</sup> Maka karenanya akidah dan akhlak merupakan salah satu kunci jatuh banggunya peradaban sebuah bangsa.

Berdasarkan hal tersebut, peran seorang guru sangat dibutuhkan disini, karena selain sebagai pendidik, guru merupakan agen

---

<sup>24</sup> Eko Prabowo, *Konsep & Aplikasi Asuhan keperawatan Jiwa*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), 119.

<sup>25</sup> Hasil Observasi di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati, pada tanggal 19 April, 2019, pukul 11.20 WIB.

<sup>26</sup> Dedi Wahyudi, *Pengantar Akidah Akhlak Dan Pembelajarannya*, 1.

perubahan bangsa. Sehingga ketika peserta didik dihipnotis perasaan cemas, pantas kiranya seorang guru memberikan wawasan sekaligus arahan kepada peserta didik agar lebih percaya diri, optimis dalam menghadapi segala sesuatu. Hal inilah yang dilakukan oleh guru akidah akhlak di MTs Tarbiyatul Aulad, beliau merupakan seorang guru akidah akhlak yang memiliki kepedulian terhadap masalah kecemasan. Peran beliau dalam mengatasi kecemasan menjelang ujian nasional di MTs Tarbiyatul Aulad Gunungwungkal Pati dapat dilihat dari pembelajaran akidah akhlak yang beliau sampaikan. Karena pada materi pembelajaran akidah akhlak kelas XII mengungkap pembahasan mengenai perilaku terpuji dan juga tidak terpuji yang mana materi tersebut dapat dikaitkan dengan akhlak seorang muslim dalam menghadapi semua jenis permasalahan yang dihadapi, dimana permasalahan yang dihadapinya saat ini adalah kecemasan.

Upaya lain yang dilakukan guru akidah akhlak di sisini yaitu melakukan teknik dengan bekerjasama kepada semua guru dan guru mapel ujian nasional untuk membantu peserta didik sesuai dengan tingkatannya, dari hasil observasi yang peneliti lakukan guru akidah akhlak bekerja sama dengan pihak-pihak terkait pertama mencari tahu apa sajakah penyebab kecemasan yang dialami peserta didik. Berdasarkan permasalahan-permasalahan tersebut, guru akidah akhlak bekerja sama dengan guru mapel ujian nasional, guru mapel ujian nasional dan orang tua untuk mengatasi kecemasan yang dialami peserta didik menjelang ujian nasional. Guru akidah dengan mengantongi izin dari guru mapel ujian nasional melakukan sosialisasi kepada orang tua mengenai ujian nasional, selain itu peserta didik diberikan pemadatan materi ajar yang diujikan dan penyampaian materi sesuai dengan SKL ujian nasional, yang tidak kalah penting pembekalan peserta didik tentang teknik ujian nasional dan yang paling inti yaitu masing-masing peserta didik dibekali doa dan juga ada waktu khusus dimana peserta didik kelas IX melakukan doa bersama.

Sesuai dengan paparan diatas, peran guru akidah akhlak disini adalah berupaya untuk membentuk generasi penerus bangsa yang berakhlakul karimah, tawakal, optimis dan berjiwa besar, serta cerdas dalam menghadapi dan menyelesaikan sebuah permasalahan. Bahkan tidak hanya melakukan pendekatan dengan peserta didik, beliau juga melakukan pendekatan atau kerjasama dengan pihak-pihak lainnya. Seperti atas pemanggilan orang tua peserta didik untuk sosialisasi ujian nasional yang diharapkan dapat membantu peran guru dalam mengatasi kecemasan peserta didik, karena peran keluarga juga sangat berpengaruh dengan pribadi peserta didik.

Berdasarkan upaya yang dilakukan guru akidah akhlak, peneliti merasa bahwa upaya yang dilakukan guru akidah akhlak sudah cukup

berhasil mengatasi kecemasan yang dirasakan oleh setiap peserta didik, itu dibuktikan dengan peserta didik yang mengalami kecemasan semakin sedikit jumlahnya. Seperti yang telah disampaikan bapak Muqadir S.Pd.I selaku guru mapel ujian nasional, bahwa dengan adanya pelaksanaan bimbingan yang dilakukan oleh guru akidah akhlak dalam mengatasi kecemasan peserta didik menjelang ujian nasional di sekolah ini, bisa dikatakan bahwa guru akidah akhlak sudah cukup berhasil mengatasi kecemasan yang dirasakan oleh setiap peserta didik, hal tersebut dibuktikan dengan peserta didik yang mengalami kecemasan semakin sedikit jumlahnya.<sup>27</sup>



---

<sup>27</sup> Muqadir, wawancara oleh peneliti, 10 Mei, 2019, wawancara 2, transkrip.