

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan telah terjadi lebih dahulu dari kebudayaan. Hal ini dapat dijelaskan, tatkala Nabi Adam akan diturunkan ke bumi, karena bisikan syetan untuk memakan buah khuldi. Peristiwa ini terjadi adanya pendidikan dari Tuhan kepada Nabi Adam, sebelum anak cucu Nabi Adam menghasilkan kebudayaan, dan selanjutnya menghasilkan pendidikan sebagai sub kebudayaan.

Pada dasarnya manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk-makhluk yang lainnya. Manusia sebagai kholifah dibumi kelak akan dimintai pertanggungjawaban diakherat.¹ Pendidikan merupakan sarana mutlak yang dipergunakan untuk mewujudkan masyarakat madani yang mampu menguasai, mengembangkan, mengendalikan dan memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sebagai manusia, anak didik memiliki karakteristik: belum memiliki pribadi dewasa susila sehingga masih menjadi tanggung jawab pendidik; masih menyempurnakan aspek tertentu dari kedewasaannya, sehingga masih menjadi tanggung jawab pendidik; memiliki sifat-sifat dasar manusia yang sedang berkembang secara terpadu, yaitu kebutuhan biologis, rohani, sosial, intelegensi, emosi, kemampuan berbicara, anggota tubuh untuk bekerja, latar belakang biologis, serta perbedaan individual.² Jadi untuk bisa memahami itu semua harus mampu dan mengetahui pribadi peserta didik.

Dalam UUD sendiri telah mengamanatkan upaya yang dapat digunakan untuk mencerdaskan anak bangsa serta agar pemerintah mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pengajaran Nasional yang diatur oleh undang-undang. Oleh karena itu, sebagai wujud cita-cita nasional tersebut telah di undangkan UU No. 20 Tahun 2003 fungsi pendidikan nasional

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

²Abdullah Idi, *Sosiologi Pendidikan*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2011, hlm. 121.

adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis dan bertanggung jawab.³

Dalam kegiatan proses belajar mengajar, untuk mengetahui berhasil maupun tidaknya suatu proses pembelajaran diperlukan suatu alat untuk mengukurnya, yaitu evaluasi. Evaluasi ini harus mencakup beberapa aspek yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotorik. Dalam dunia pendidikan, evaluasi memegang peranan penting. Dari evaluasi itu para pengambil keputusan pendidikan mendasarkan diri dalam memutuskan apakah seorang siswa bisa dikatakan lulus atau tidak. UN adalah bentuk evaluasi akhir dalam sistem pendidikan. Ujian Nasional merupakan program pemerintah untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia, khususnya mutu kelulusan siswa. Pemerintah menjadikan UN sebagai salah satu syarat kelulusan siswa. Bahkan target setiap tahun dinaikkan. Ujian nasional seakan menjadi “monster” yang sangat menakutkan bagi siswa yang berkemampuan pas-pasan atau sekolah-sekolah yang kurang baik kualitasnya. Guru, siswa, dan wali murid kalang kabut. Karena merasa cemas apakah belajar selama 4 tahun hanya ditentukan dengan 4 hari saja.

Kecemasan dapat ditimbulkan oleh kondisi kurang rileksnya tubuh dan pikiran saat menghadapi suatu persoalan. Islam menganjurkan kepada setiap umat muslim untuk selalu mengingat kepada Allah agar terhindar dari kegelisahan dan kecemasan. Hal ini termaktub dalam firman Allah Q.S Ar-Ra'du : 28

(yaitu) orang-orang الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ [13:28] yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah.

³ Zakiah Daradjat, *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*, Bumi Aksara, Jakarta, 1995, hlm. 197

Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram. ⁴Dengan selalu mengingat Allah kita akan selalu hidup aman dan nyaman sehingga akan menentrmkan apapun yang akan kita lakukan.

Beberapa karakteristik kecemasan tersebut menjadi permasalahan yang muncul karena berawal dari pemikiran yang irasional. Karena manusia pada dasarnya memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Ketika berpikir dan bertindak laku rasional individu akan cenderung efektif, bahagia, dan kompeten. Sedangkan ketika berpikir dan bertindak laku irasional individu itu menjadi tidak efektif.

Setiap siswa memiliki rasa gelisah, khawatir atau takut yang mendalam ketika akan melaksanakan suatu kegiatan yang harus memaksanya untuk dikerjakan. Perasaan cemas inilah yang sering muncul dan dialami siswa dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan merupakan suatu problem terhadap suatu hal yang dipersepsikan kurang baik oleh individu.

Untuk mengatasi hal tersebut menjelang Ujian nasional siswa dijejali berbagai macam soal-soal yang cukup membuat siswa stress. Itupun belum cukup, persiapan mental juga perlu ditanamkan pada siswa. Yaitu dengan mengadakan kegiatan do'a bersama (istighotsah) dan pelatihan mental agar siswa siap menghadapi Ujian Nasional. Istighosah terdapat di dalam nushushusy syariah atau teks-teks Al Quran yaitu surat Al-Ahqaf ayat 17:

وَهُمَا يَسْتَعِينَانِ اللَّهَ

“kedua orang tua memohon pertolongan kepada Allah”. (QS Al-Ahqaf:17)

Yang dalam hal ini adalah memohon pertolongan Allah atas kedurhakaan sang anak dan keengganannya menyakini hari kebangkitan, dan tidak ada cara lain yang dapat ditempuh oleh keduanya untuk menyadarkan sang anak kecuali memohon pertolongan dari Yang Maha Kuasa atas segala sesuatu. Dari ayat ini istighosah dapat diambil kesimpulan bahwa istighosah adalah memohon pertolongan dari Allah SWT untuk terwujudnya sebuah keajaiban atau sesuatu yang paling tidak dianggap tidak mudah untuk diwujudkan.

⁴Ar-Ra'du(13):28

Didunia ini, ritualiatas keagamaan sudah menjadi salah satu kebutuhan manusia sehubungan dengan agama dan spiritulaitasnya, lebih-lebih untuk menunjang eksistensinya sebagai manusia. Sementara itu, suatu kebutuhan dasar dirasakan perlu dengan adanya pencapaian tujuan yang ada,menuju tujuan berikutnya yang muncul. Begitu juga harapan setiap guru untuk bisa memberikan motivasi kepada siswanya dalam menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melaksanakan kegiatan belajar dan berdoa. Dengan hal ini dapat ditemukan bahwa adanya penguatan spiritual dengan adanya istighosah yang didalamnya diterapkan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi rasa cemas siswa dalam menghadapi ujian nasional.

Menjelang UN para pelajar Jawa tengah padati Masjid agung Jawa tengah, Semarang. Mereka antusias untuk mengikuti doa bersama sebagai upaya menghadapi ujian akhir tersebut. Salah seorang pelajar asal SMA Futuhiyyah ,Mranggen Demak mengatakan bahwa acara tersebut sangat bermanfaat bagi pelajar tingkat akhir.⁵

Dalam sebuah persiapan untuk menghadapi UN di MAN 1 Kudus masih banyak siswa yang merasa cemas ketika akan menghadapi Ujian Akhir Nasional. Hal ini disebabkan karena siswa mempunyai pemikiran yang irasional atau negatif terhadap dirinya sendiri. Apabila siswa dihinggapri perasaan negatif terhadap dirinya sendiri baik secara sadar maupun tidak sadar maka mereka akan lebih mudah terkena ancaman atau gangguan dalam interaksinya dengan lingkungan, khususnya dalam menghadapi ujian dalam keadaan apapun dan dengan soal yang bagaimanapun. Kecemasan tersebut merupakan akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Karena siswa sudah berpikiran irasional terlebih dahulu yang belum tentu keadaan tersebut sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya maka akan semakin banyak masalah yang dialami siswa.

Permasalahan yang dihadapi saat ini, bahwasannya semakin kedepan semakin banyak tantangan yang harus dihadapi oleh para pendidik untuk menghadapi dunia pendidikan yang semakin maju. Sehingga pendidik harus

⁵Republika.co.id,semarang, sabtu/30juli 2016

mempunyai kreatifitas yang tinggi untuk menghadapi dunia pendidikan saat ini. Khususnya ujian nasional ini membuat guru harus bisa menyiapkan siswa agar percaya diri dalam menghadapi ujian nasional dan peraturan pemerintah yang semakin berat. Oleh karena itu dibutuhkan teknik yang dapat membantu siswa agar lebih mudah percaya diri dan tidak cemas dalam menghadapi ujian Nasional.

Untuk mengatasi hal tersebut maka, guru memberikan teknik disentisasi sistematis melalui istighosah. Agar siswa memiliki sikap yang lebih positif dalam menghadapi ujian nasional, seperti siswa merasa lebih tenang, kompeten serta siswa dapat mengembangkan diri dengan baik agar dapat berinteraksi sosial dalam ujian.

Ujar salah satu siswa kelas X11 bahwa walaupun disekolah mereka telah diadakan istighosah untuk mengurangi rasa cemas secara akbar, setiap kelas juga mengadakan istighosah sendiri-sendiri untuk lebih bisa merenungkan doa yang mereka minta agar dapat menghadapi UN dengan lancer. Mereka yakin dengan bisa mengubah pola pikir negative akan bisa mengubah ke pengaruh positif. Karena dalam istighosah yang diadakan secara perkelas tersebut setelah mereka berdoa pasti diselingi dengan pesan oleh ustad yang memimpin doa.⁶

Ini juga terdapat pada salah satu sekolah dimana anak-anaknya diajak untuk merenungi betapa besar dosa-dosa mereka pada kedua orang tuanya, suka melawan saat disuruh belajar, suka membohongi orang tuanya hanya untuk hang out dengan teman-temannya sementara belum tentu mereka mampu membahagiakan orang tuanya dengan hasil UN yang memuaskan. Dalam perenungan itu mereka diajak kilas balik kesalahan-kesalahan yang pernah mereka lakukan, dosa-dosa yang telah mereka perbuat. Dalam istighosah telah disisipkan perenungan untuk bisa merubah perilaku negative menuju ke positif.⁷

⁶Wawancara dengan Intania Muthoharoh salah satu siswa kelas X11 20 Agustus 2016 11.30

⁷⁷Kompasiana, 25 Juni 2015 06:15:04, (sabtu, 30 Juli 2016)

Dari uraian diatas Teknik Desensitisasi Sistematis adalah pemberian bantuan kepada siswa guna memperbaiki pola tingkah lakunya dan digunakan untuk menurunkan kecemasan serta meningkatkan motivasi belajar siswa. Desensitisasi sistematis pada dasarnya digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif, dan ia menyertakan pemunculan tingkah laku dan respon yang berlawanan melalui istighosah . Dalam istighosah, siswa dilatih untuk santai dan mengasosiasikan keadaan santai dalam pengalaman-pengalaman tentang kecemasan yang dibayangkan serta gambaran tentang ujian nasional yang akan dihadapi dan dilatih untuk menghilangkan ketegangan pada pikiran dan menciptakan kondisi rileks pada tubuh.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang **“Penerapan Teknik Desentisasi Sistematis Melalui Penguatan Spiritual(Istighosah Akbar) Dalam Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional di Man 1 Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017”**.

B. Fokus Penelitian

Pandangan kualitatif, gejala itu bersifat holistik (menyeluruh dan tidak dapat dipisah-pisahkan) sehingga peneliti kualitatif tidak akan menetapkan penelitiannya berdasarkan variabel tetapi keseluruhan situasi sosial yang diteliti meliputi tempat, pelaku, dan aktivitas yang berinteraksi secara sinergis. Namun karena terlalu luasnya masalah yang ada di lapangan maka perlu ditentukan fokus masalah.Fokus masalah berisi pokok masalah yang masih bersifat umum.⁸

Fokus penelitian ini adalah Penerapan Teknik Desentisasi Sistematis Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi UANmelalui penguatan spiritual yaitu istighosah. Penerapan ini diterapkan oleh pendidik khususnya guru PAI siswa kelas XII yang awalnya melihat beberapa siswanya mengalami rasa gelisah dan takut saat menghadapi Ujian Akhir Nasional. Oleh karena itu teknik desentisasi ini diterapkan untuk mengatasi dan mengurangi

⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan “ Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D”*, Alfabeta, Bandung, 2014,hlm. 285-285

hal tersebut. Penerapan ini dilakukan langsung saat istighosah bersama dilaksanakan. Sehingga siswa saat pembelajaran bisa diberikan suatu teknik agar saat menghadapi UAN merasa tenang tanpa ada rasa gelisah dan takut. Sehingga saat ujian siswa dapat mengerjakan secara maksimal dan lancar.

C. Rumusan Masalah

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

1. Apa yang melatarbelakangi penerapan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan siswamenghadapi UAN melalui istighosah di MAN 1 Kudus ?
2. Bagaimana proses penerapan teknik desentisasi sistematis dalam mengurangi kecemasan siswamenghadapi UAN pada saat istighosah di MAN 1 Kudus ?
3. Apa saja kelebihan dan kekurangan dari penerapan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan siswamenghadapi UAN pada saat istighosah di MAN 1 Kudus?

D. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui tujuan penerapan teknik desentisasi sistematis di Man 1 Kudus
2. Untuk memahami proses penerapan desentisasi sitematis dalam mengurangi kecemasan siswamenghadapi UAN pada saat istighosah di MAN 1 Kudus.
3. Untuk menemukan kelebihan dan kekurangan dari penerapan teknik desentisasi sistematis dalam mengurangi kecemasan siswamenghadapi UAN pada saat istighosah di MAN 1 Kudus.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini meliputi manfaat teoritis dan manfaat praktis yaitu :

1. Manfaat Teoritis

- a. Secara akademik, agar dapat memberikan kontribusi pemikiran dan ikut memperluas wacana keilmuan tentang teknik desentisasi sistematis untuk mengatasi kecemasan siswa menghadapi Ujian Akhir Nasional. .
- b. Secara Sosial pendidikan, agar dapat dijadikan salah satu bahan pijakan sekaligus pertimbangan semua pihak khususnya guru PAI.
- c. Dalam wacana kurikulum, agar dapat ikut memperkaya karya tulis ilmiah yang telah ada.
- d. Agar dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia di lingkup sekolah dan masyarakat.

2. Secara praktis :

a. Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pertimbangan peneliti jika kelak terjun di dunia pendidikan.

b. sekolah

sebagai bahan pertimbangan untuk memaksimalkan sarana dan prasarana disekolah guna meningkatkan kualitas guru dan siswa serta sebagai bahan acuan dalam pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan teknik desentisasi sistematis.

c. Guru

Sebagai bahan masukan dalam peningkatan mutu pendidikan dengan menggunakan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan siswa menghadapi UAN pada saat istighosah di MAN 1 Kudus.

d. Siswa

Dapat menghilangkan sikap cemas dalam pembelajaran, menciptakan suasana belajar mengajar yang kondusif dan tenang saat menghadapi ujian yang bersifat Nasional