

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Situasi Umum TPQ A-Falah Ngening Batangan Pati

1. Sejarah Singkat Berdirinya TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati

TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati tidak lepas dari para sesepuh desa yakni didirikan pada tanggal 25 Maret 1997. Alasan yang mendorong didirikannya TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati ini adalah karena semakin meningkatnya jumlah siswa yang kurang mampu membaca Arab. Disamping itu juga disebabkan karena desakan dari masyarakat yang menginginkan anak-anak mereka sekolah di lembaga Taman Pendidikan Al-Qur'an. Dengan masalah tersebut didirikanlah sebuah TPQ satu-satunya yang berada didesa Ngening Batangan Pati. Sebelum banyaknya tempat untuk menuntut ilmu Pendidikan Al-Qur'an pertama sekolah non formal yang ada didaerah Ngening RT. 3 RW. 2 Batangan Pati yakni TPQ yang sampai sekarang masih berdiri dari keadaan Madrasah dan peserta didiknya semakin maju dan membaik. Dengan adanya TPQ Al-Falah ini sebagai tempat pendidikan Al-Qur'an untuk masyarakat Ngening dengan berbagai keadaan untuk baiknya pemerataan pendidikan Al-Qur'an dengan lokasi yang dekat dengan masyarakat karena di tengah-tengah masyarakat yang strategis walaupun dengan bangunan yang kecil, tua, dan dulunya kurang maju tetapi itu semua dikuatkan oleh niat untuk belajar ilmu agama.¹

Pada tahun-tahun pertama berdirinya TPQ Al-Falah ini jumlah siswa yang diterimanya sangat sedikit hanya mencapai 3 ruang dan juga tempat belajar belum bisa menetap dalam satu tempat. Pertama kali, tempat belajar TPQ Ngening Al-Falah meminjam digedung Madin Ngening Al-Falah. Pada tahun ajaran 1999 tambah ruang 1 meminjam ruang madin pada saat itu santri-santri masih belum aktif karena bergantian dengan santri madin hingga santri TPQ masuk sekolah 3 kali dalam satu minggu,

¹ Dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati dikutip tanggal 28 Januari 2017.

setelah itu kepala TPQ dapat teguran dari Korcam Batangan untuk menambah kelas lagi karena tahun 2001 sudah bisa meluluskan siswanya pertama kali. Pada tahun 2001 menengah bisa membangun ruang untuk aktif siswa dalam waktu 6 hari bisa masuk sekolah dalam satu minggu sampai sekarang. Tahun 1998 masih menggunakan metode Iqro' dan tahun 2002 menggunakan metode Qiro'ati. Akhirnya guru-guru melanjutkan belajarnya kekajen untuk bimbel menggunakan metode qiro'ati pada hari jum'at dengan diadakan PMQ (Pendidikan Mu'alimil Qur'an) dikecamatan Batangan. Dan Alhamdulillah dengan belajar menggunakan metode Qiro'ati kepala TPQ dan guru-guru bisa menurunkan ilmunya pada santri-santri sampai sekarang sudah bisa meluluskan santri berkali-kali.²

2. Letak Geografis TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati

TPQ Al-falah Ngening Batangan Pati berlokasi di Desa Ngening Kecamatan Batangan Kabupaten Pati tepatnya. Letak TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati sebagai berikut:

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Desa Raci
- b. Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Bulu Mulya
- c. Sebelah timur berbatasan dengan Ketitang Wetan
- d. Sebelah barat berbatasan dengan Desa Tri Mulyo Ngerang.

Jika dilihat dari letak geografis, maka posisi TPQ Ngening Batangan Pati sangat strategis karena mudah dijangkau oleh siswa. Sehingga bagi siswa yang rumahnya di luar Desa Ngening dapat dengan mudah memakai kendaraan pribadi. Jadi letak TPQ Ngening Batangan Pati tersebut benar-benar sangat sangat strategis karena, letaknya berdekatan dengan masjid besar desa Ngening juga aman buat anak-anak karena letaknya dipinggir jalan desa jauh dari jalan pantura.

3. Visi, Misi dan Tujuan TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati

Visi Madrasah:

Membudayakan Membaca Al-Qur'an Dengan Fasih dan Tartil.

²Dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati dikutip tanggal 28 Januari 2017.

Misi TPQ:

- a. Mengadakan pendidikan Al-Qur'an untuk menjaga, memelihara kehormatan dan kesucian Al-Qur'an dari segi bacaan yang fasih dan tartil.
- b. Mengingatkan para guru agar berhati-hati jika mengajarkan Al-Qur'an.
- c. Mengadakan pembinaan para ustadz/ah untuk meningkatkan kualitas pendidikan pengajaran Al-Qur'an.
- d. Mengadakan tadarus bagi para guru ustadz/ah/MMQ lembaga.
- e. Memotivassi para ustadz/ah senantiasa mohon petunjuk dan pertolongan kepada Allah demi kemajuan lembaganya dan mencari keridhaanNya.

Tujuan TPQ

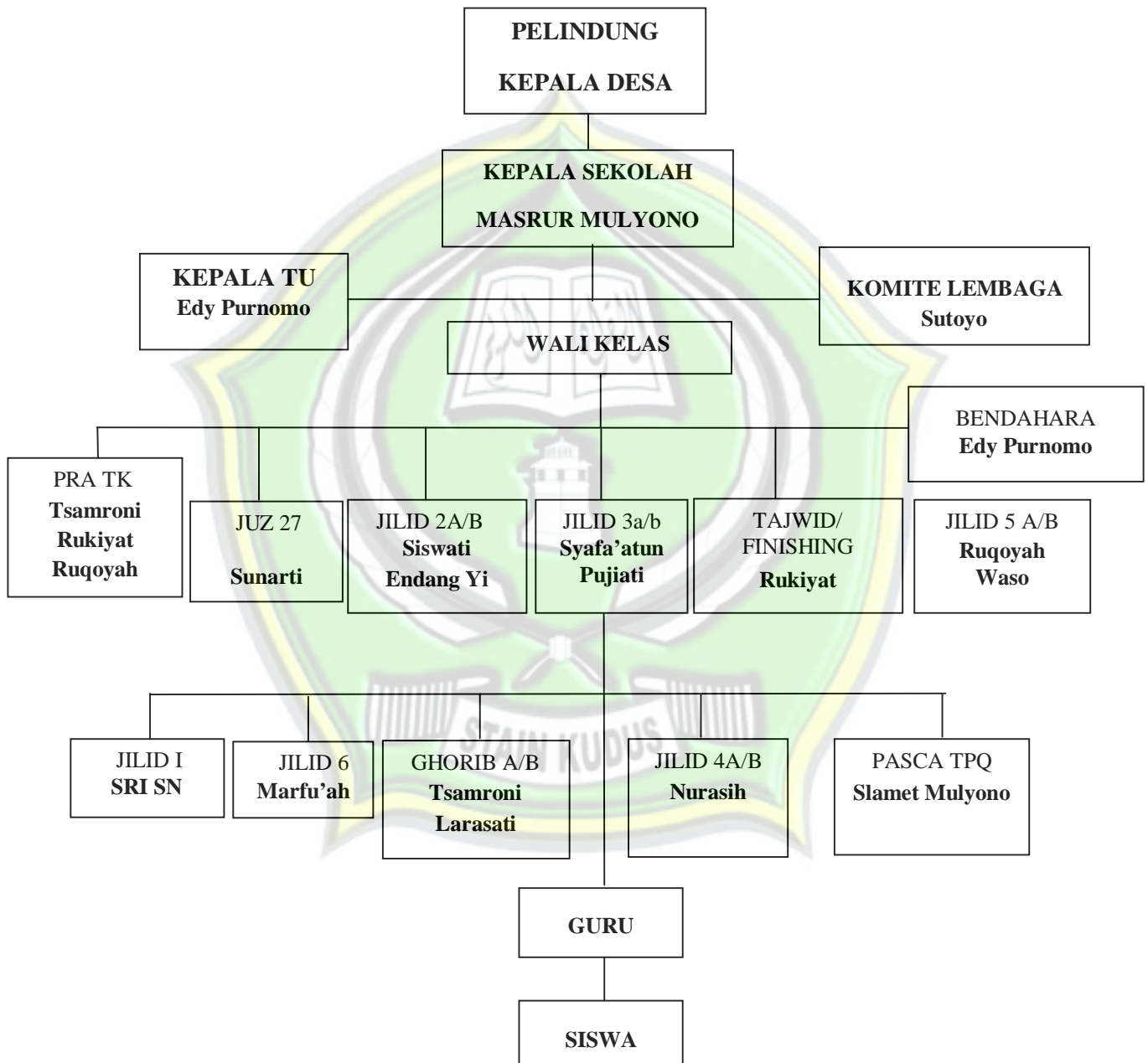
- a. Semua siswa dengan sadar dan ikhlas melaksanakan kewajiban dalam beribadah kepada Allah SWT. Semua siswa lancar membaca Al-Qur'an dengan fasih dan tartil
- b. Semua siswa dapat berperilaku sopan santun, jujur adanya belajar Al-Qur'an.
- c. Siswa akan pahami belajar melalui Al-Qur'an
- d. Siswa dapat mengerti adanya belajar Al-Qur'an.³

4. Data Kependidikan

Berdasarkan penelitian yang penulis peroleh di TPQ Al-Falah tersebut diperoleh keterangan bahwa jumlah siswa pada tahun 2016 adalah sejumlah guru. Adapun mengenai perinciannya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

³ Dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati dikutip Tanggal 28 Januari 2017.

Gambar 4. 1
STRUKTUR ORGANISASI
TAMAN PENDIDIKAN AL-QUR'AN AL-FALAH
NGENING BATANGAN PATI



5. Data Kesiswaan

Berdasarkan penelitian yang penulis peroleh di TPQ Al-Falah tersebut diperoleh keterangan bahwa jumlah siswa pada tahun 2016 adalah sejumlah 185 siswa. Adapun mengenai perinciannya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. 1
Jumlah Siswa 2016/2017

| Kelas | Jml kelas | Jml Siswa | Jenis Kelamin | |
|-----------------|-----------|-----------|---------------|-----------|
| | | | Laki-laki | Perempuan |
| Jilid I | 2 | 16 | 6 | 10 |
| Jilid II | 2 | 44 | 17 | 27 |
| Jilid III | 2 | 33 | 13 | 20 |
| Jilid IV | 2 | 22 | 9 | 13 |
| Jilid V | 2 | 21 | 9 | 12 |
| Jilid VI | 1 | 13 | 5 | 8 |
| Jilid Al-Qur'an | - | - | - | - |
| Ghorib | 2 | 11 | 4 | 7 |
| Pasca | 1 | 18 | 7 | 11 |
| Tajwid | 1 | 7 | 2 | 5 |
| Finishing | - | - | - | - |
| Jumlah | | 185 | 72 | 113 |

Kegiatan belajar mengajar siswa dilaksanakan pada pukul 15. 30-16. 00 WIB, khusus pada hari jum'at libur.

6. Rincian Tugas Guru Mapel

- a. Kepala TPQ bertugas menyelenggarakan supervise mengenai
 - 1) Proses belajar mengajar
 - 2) Kegiatan kerja sama dengan masyarakat, dengan itensi yang terkait
 - 3) Sarana dan Prasarana
 - 4) Kegiatan 6 K (keagamaan, kedisiplinan, kebersihan, keteladanan, ketrampilan dan kemandirian)
- b. Tugas Wakil Kepala TPQ
 - 1) Kesiswaan
 - a) Mengatur program dan pelaksanaan bimbingan konseling
 - b) Mengatur dan mengkoordinasikan pelaksanaan 6 K
 - c) Menyusun dan mengatur pelaksanaan pemilihan siswa teladan
 - d) Menyelenggarakan cerdas cermat.
 - 2) Sarana Prasarana
 - a) Merencanakan kebutuhan sarana prasarana untuk menunjang proses belajar mengajar
 - b) Merencanakan program pengadaan barang
 - c) Mengatur pemanfaatan sarana prasarana
 - d) Mengelola perawatan, perbaikan dan pengisian sarana
 - e) Menyusun laporan

7. Kewajiban Siswa :

- a. Santri wajib datang di madrasah 5 menit sebelum tanda waktu masuk/jampelajaran dimulai(jilid 1 s/d 3 : 13. 00 WIB) (jilid 4 s/d finishing : 14. 30)
- b. Santri wajib berbudi pekerti dengan akhlaq yang terpuji
- c. Santri wajib mengikuti apel setiap hari masuk
- d. Santri wajib berpakaian yang sopan/berseragam dengan ketentuan:
 1. Hari Sabtu dan Ahad : berseragam korwil coklat
 2. Hari Senin dan Selasa : berseragam korcab(hijau putih)
 3. Hari Rabu dan Kamis : berseragam korcam hijau)
- e. Santri wajib mengikuti jamaah sholat Ashar dengan tertib dan khusyu'

- f. Santri wajib meminta izin kepada ustadz/ustadzah apabila akan meninggalkan kelas
- g. Santri wajib ngaji setiap masuk
- h. Santri wajib membayar khoirot setiap bulan paling lambat tanggal 28

8. Larangan-larangan Bagi Siswa :

- a. Santri tidak boleh keluar kelas waktu pelajaran berlangsung, tanpa seizin ustadz/ustadzah
- b. Santri tidak boleh makan di dalam kelas waktu pelajaran berlangsung
- c. Santri tidak boleh membawa mainan/main di dalam kelas
- d. Santri tidak boleh mengajukan tes sebelum diizinkan oleh ustadz/ustadzah yang bersangkutan
- e. Santri tidak boleh pindah jilid/kelas sebelum di ACC/ disetujui Kepala TPQ
- f. Santri tidak boleh membuang sampah di sembarang tempat
- g. Santri tidak boleh merusak/corat-coret fasilitas madrasah

9. Sanksi-Sanksi

- a. Diperingatkan secara lisan
- b. Diperingatkan secara tertulis/ pemanggilan orang tua
- c. Diberi sanksi/ hukuman pembinaan
- d. Dikeluarkan.⁴

Tabel 4. 2

**Data Bentuk Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan
Tahun Pelajaran 2016/2017**

| No | Hari/tanggal | Nama | Kelas | Bentuk Kecemasan | Tindak lanjut |
|----|----------------------|-------|----------|--------------------------|---------------|
| 1. | Rabu/14/12/ 2016 | Rizi | Pasca | Gemetar | Guru Mapel |
| 2. | | Putri | | Wajah memerah | Guru Mapel |
| 3. | | Diah | | Wajah pucat | Guru Mapel |
| 4. | Sabtu/31 /01/2017 | Nada | Jilid VI | Jantung berdegub kencang | Guru Mapel |
| 5. | | Sasa | Jilid V | | Guru Mapel |

⁴Ibid

10. Perencanaan Ke Depan

- a. Konsep upaya peningkatan mutu lembaga
 - 1) Memberikan pelajaran tambahan siang hari mulai jam 18. 30 s/d 19. 15 WIB
 - 2) Wajib hafalan surat-surat Al Qur'an (Juz Amma)
- b. Prioritas pengembangan sarana prasarana lembaga ke depan (disertai alasannya)

Jenis usulan

 - 1) Melengkapi sarana dengan praga untuk siswa agar nyaman
 - 2) Menambah sarana ketrampilan untuk menunjang ketrampilan siswa

11. Permasalahan Dan Upaya Mengatasinya

- a. Aspek Sarana Lembaga
 - 1) Belum mempunyai sumber dana / usaha
 - 2) Pengurus belum mampu memberikan gaji sesuai UMR
- b. Aspek Ketenagaan
 - 1) Belum mempunyai tenaga yang betul-betul ahli .
 - 2) Masih banyak guru yang jarang berangkat mengajar
- c. Aspek Kesiswaan
 - 1) Ekonomi Siswa banyak dari kalangan keluarga menengah ke bawah

12. Data Sarana Dan Prasarana

a. Data Tanah dan Bangunan

- 1) Status tanah milik : Desa
- 2) Luas ruangan belajar : 196 m²
- 3) Luas tanah : 600 m²
- 4) Denah/*lay out* dan keterangan (terlampir)

13. Sarana dan prasarana

Layaknya sekolahTPQ (Taman Pendidikan Al-Qur'an) pertama dari Kabupaten Pati, maka TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati memiliki bangunan lantai satu dan memiliki fasilitas serta sarana prasarana yang memadai. Hal ini dikarenakan adanya fasilitas dan sarana

prasarana yang memadai merupakan salah satu faktor penunjang keberhasilan dan memudahkan dalam pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran (KP). TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati sebagai lembaga pendidikan memiliki sarana dan prasarana sebagai penunjang keberhasilan belajar mengajar.⁵

Tabel 4. 3
Sarana dan Prasarana

| No. | Jenis | Lokal | M2 | Kondisi | | Kekurangan |
|-----|---------------|-------|----|---------|-------|------------|
| | | | | Baik | Rusak | |
| 1 | Ruang Kelas | 8 | | | - | |
| 2 | R. Kantor/T U | 1 | | - | - | Komputer |
| 3 | Ruang Kepala | 1 | | 1 | - | |
| 4 | Ruang Guru | 1 | | 1 | - | |

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

1. Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Tentang Penerapan Teknik Relaksasi Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an Batangan Pati

Pendidikan adalah orang dewasa dalam pergaulan dengan anak-anak untuk memimpin jasmani dan rohani kearah pendewasaan. Dalam artian pendidikan adalah sebuah proses transfer nilai-nilai dari orang dewasa (guru orang tua) kepada anak-anak agar menjadi dewasa dalam segala hal. Pendidikan merupakan masalah yang penting bagi setiap bangsa yang sedang membangun upaya perbaikan di bidang pendidikan yang merupakan satu keharusan untuk selalu di laksanakan agar suatu bangsa dapat maju dan berkembang seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa

⁵ Dokumentasi TPQ Al-Falah Batangan Pati dikutip tanggal 28 Januari 2017.

guru menerapkan teknik relaksasi demi untuk peserta didik agar tidak cemas dalam menghadapi imtihan salah satunya ketika mau naik jilid siswa merasa takut karena takut pada guru yang menghadapi atau membimbingnya.

Setiap lembaga pendidikan memerlukan evaluasi dengan tujuan untuk mengetahui seberapa kemampuan peserta didik (santri TPQ) dalam menerima pelajaran di kelas untuk mengetahui semua itu guru dapat memberikan ulangan harian. Setiap ulangan harian dengan cara lisan, atau tertulis, supaya guru mengetahui kemampuan siswanya yang selama ini diajarkan di kelas, setelah ulangan harian guru mengadakan ujian nasional bagi pendidikan formal namun didunia pendidikan non formal yang ada di TPQ ini mengadakan Imtihan tidak lain namanya dengan ujian akhir santri. Ketika Imtihan akan diadakan guru juga perlu mengetahui siswa dalam menghadapi ujian nanti merasa cemas yang berlebihan atau tidak. Agar peserta didik tidak takut dalam menghadapi imtihan, maka guru menggunakan teknik relaksasi, karena disaat imtihan siswa banyak yang merasa cemas. Oleh karenanya guru memberi dorongan agar siswa tidak merasa cemas disaat menghadapi ujian atau Imtihan.

Wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono selaku kepala TPQ mengatakan bahwa:

“Ada bermacam-macam dalam melakukan penerapan teknik relaksasi untuk mengatasi kecemasan siswa, siswa disuruh berdiri nunggu 5 menit untuk masuk kelas, siswa disuruh bernyanyi agar waktu imtihan tidak cemas, siswa disuruh menghelai nafas sambil mengeluarkan nafas sampai siswa merasa ringan pikirannya dan rileks.”⁶

Hal tersebut juga dialami oleh Ibu Stamroni selaku guru Ghorib A, beliau mengatakan bahwa :

“Ada banyak mbak, cara melakukan penerapan teknik rileksasi antaranya siswa disuruh tegak sembari memetik jari sampai 5x ,

⁶Hasil wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono, selaku Kepala TPQ dan Guru tes naik jilid, pada tanggal 04Februari 2017di ruang kelas pukul 15. 30-15. 45 WIB.

siswa diajak bersenang-senang atau siswa diajak main sambung ayat sampai siswa riang dengan itu siswa tidak merasa cemas.”⁷

Senada apa yang dikatakan oleh Bapak Masrur dan Ibu Stamroni yang mengatakan tentang teknik rileksasi untuk mengatasi kecemasan siswa yaitu siswa yang cemas akan menghadapi imtihan atau evaluasi akhir (ujian akhir) yang siswa takut akan tidak lulus dalam ujian nanti, maka dari itu guru memberi alternatif untuk siswa agar tidak cemas lagi dalam menghadapi imtihan yang akhirnya diterapkanlah teknik relaksasi di TPQ al-falah ini, agar siswa TPQ nanti dalam menghadapi ujian nilai yang ia dapatkan memuaskan hingga siswa tidak merasa cemas kembali. ”Dan selanjutnya juga diutarakan oleh Rukiyat selaku guru finishing beliau mengatakan bahwa:

“Ya guru memberi arahan-arahan yang positif ketika akan menghadapi imtihan agar siswa tidak merasa cemas waktu akan ujian nanti, guru mengajak siswa bermain lempar jawaban mengenai masalah-masalah yang akan di imtihankan, seperti tajwid, fasholatan, do’a sehari-hari dan lain-lain agar siswa tidak merasa cemas ketika menghadapi imtihan.”⁸

Selain Kepala TPQ tersebut juga diutarakan oleh ibu Rukiyat selaku guru Finishing, beliau mengatakan bahwa:

“Ya mbak. . gini diantaranya anak yang cemas sering mengeluarkan keringat berlebihan, bibir bergetar, tangan dingin, gugup dalam bicara, anak sering diam atau siswa merasa debuk jantungnya kencang, menurut saya, itu wajar karena orang yang cemas berlebihan biasanya takut akan masalah yang dialami lebih berat, namun siswa disini tidak berlebihan cemasnya dengan adanya penerapan teknik relaksasi siswa merasa nyaman dan merasa tidak gerogi waktu menghadapi imtihan, kenapa tidak gerogi? Karena waktu imtihan itu dilaksanakan di panggung atau seperti akhirus sanah, disana siswa di beri pertanyaan-pertanyaan yang siswa sudah pelajari, contoh dari pertanyaan tersebut ialah: a). Siswa ditnya dengan surat pendek b). Bacaan tajwidnya. Tentang cara sholat, tentang cara berwudhu, tentang hadits pendek

⁷Hasil wawancara dengan Ibu Syamroni, pada tanggal 4 february 2017 di ruang kelas pukul 16.00-16.15 WIB.

⁸Hasil wawancara dengan Ibu Rukiyat, pada tanggal 5February 2017 . di ruang kelas pada pukul 16.05-16.30 WIB

dan c) siswa diberi pertanyaan lain dari wali murid yang ingin member pertanyaan. ”⁹

Demikian juga dengan yang dikatakan oleh Fahrul siswa kelas Pasca dan Diah yang mengatakan bahwa:

“yang kami rasakan ya mbak,, waktu penerapan teknik relaksasi itu kami merasa nyaman, merasa rileks tidak ada rasa cemas, namun waktu naik jilid kami merasa cemas, karena pembimbing kepala TPQ sendiri, namun ketika adanya penerapan teknik relaksasi kami diberi arahan oleh guru-guru akhirnya kami tidak merasa cemas lagi waktu menghadapi keduanya. ”¹⁰

Melihat dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk penerapan teknik relaksasi yang dilakukan oleh peserta didik di TPQ Al-Falah Batangan Patipada tanggal 04Februari 2017 tersebut bisa dijelaskan ada beberapa siswa yang rileks dalam menghadapi imtihan yakni Rizi (pasca), Putri (ghorib), dan Diah (jilid 6). Mereka semua rileks dan merasa senang dalam menghadapi imtihan untuk itu siswa berbagai kesenangan, gembira, dan riang adanya teknik relaksasi.

Seperti yang dikatakan oleh Putri kelas Ghorib B yang mengatakan persiapan dalam menghadapi imtihan:

“Diantaranya ya kak,, belajar, menghafal surah-surah pendek, tata cara berwudhu, bacaan hauqolah, do’a sehari-hari, fasholatan, hadits pendek, sambung ayat, dan lain sebagainya kak. ”¹¹

Dan senada yang dikatakan oleh Fahrul dan Diah peserta didik kelas Pascapersediaan dalam menghadapi:

“persiapan dalam menghadapi imtihan diantaranya yaitu: menghafal surah-surah pendek, meghafal hadits pendek, menghafal hauqolah, fasholatan, menghafal tata cara wudhu, menghafal do’a sehari-hari, menghafal tajwid dan sambung ayat. ”¹²

⁹*Ibid.*

¹⁰Hasil wawancara dengan Fahrul Al-Farizi dan Diah Khoirun Nisa’ selaku siswa pasca Tpq, pada tanggal 6 Februari 2017, di ruang kelas, pada pukul 15. 35-16. 00 WIB.

¹¹Hasil wawancara dengan Putri Na’imatur Rohmah Kelas Ghorib, pada tanggal 6 Februari 2017, di teras pada pukul 16. 00-16. 15 WIB .

¹²Hasil wawancara dengan Fahrul dan Diah, pada tanggal 6Februari 2017, di ruang kelas, pada pukul 15. 35-16. 00WIB.

Dari beberapa wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa peserta didik sama-sama mempersiapkan sebaik mungkin dalam menghadapi imtihan, tanpa susah payah ia lakukan dengan baik.

Melihat dari beberapa bentuk Teknik relaksasi, merupakan gambaran siswa yang efektif tidak merasa cemas lagi dalam menghadapi imtihan. Sehingga ini dirasakan oleh siswa di TPQ Al-Falah Batangan Pati, dalam wawancara dengan Diah kelas Pasca yang mengatakan bahwa:

“Saya pernah cemas mbak dalam menghadapi imtihan, namun adanya penerapan teknik rileksasi saya merasakan nyaman, merasa rileks tanpa adanya gerogi waktu naik panggung untuk di imtihankan.”¹³

Senada halnya dengan Putri siswa kelas Ghorib B yang mengatakan bahwa:

“Iya mbak ada,, teman saya waktu dalam menghadapi imtihan cemas, ciri-cirinya itu: pertama bibir bergetar, wajah memerah, megang microfont itu gemetar, tangannya dingin, rasa jantungnya berdegub kencang.”¹⁴

Ada juga hal yang serupa dari Fahrul siswa kelas Pasca yang mengatakan bahwa:

“Iya mbak ada,, Saya pernah melihat teman saya yang cemas saat naik panggung ketika mau menghadapi imtihan wajah memerah, pucat, keringatnya terus berkucuran, gerogi danlain-lain.”¹⁵

Hal tersebut menjadikan peserta didik merasa bingung dalam melakukan proses pembelajaran dan akhirnya teman-temannya yang sebelumnya tidak cemas merasa cemas hingga akhirnya guru memberikan arahan pada peserta didiknya tentang menggunakan teknik rileksasi:

Hal tersebut juga dikatakan oleh Bapak Masrur Mulyono Selaku Kepala TPQ, beliau mengatakan bahwa:

¹³Hasil wawancara dengan Diah selaku siswa Pasca Al-Falah Batangan Pati, pada tanggal 6 Februari 2017, di ruang kelas, pada pukul 15. 30-15. 50 WIB.

¹⁴Hasil wawancara dengan Putri Na'imatur Rohmah, selaku siswa Ghorib, Al-Falah Batangan Pati, pada tanggal 6 Februari 2017, dteras kelas pada pukul 16. 00-16. 15 WIB

¹⁵Hasil wawancara dengan Fahrul Al-Farizi selaku siswa kelas Pasca TPq Al-Falah Ngening Batangan Pati, pada tanggal 6 Februari 2017, di ruang kelas , pada pukul 15. 35-15. 45 WIB.

“Penyebabnya karena siswa kurang mampu menguasai materi yang akan di imtihankan, lingkungan, dan orang tua tidak mengingatkan sewaktu dirumah. Disini orang tua lebih berperan aktif pada anak karena setiap hari sewaktu dirumah bertemu dan bertatap muka langsung kepada anak, sebab orang tua tidak terlalu mengawasinya, memberi perhatian kepada anak tersebut karena masalah sibuk dengan pekerjaannya, oleh karena itu si anak tidak nyaman waktu akan adanya imtihan.”¹⁶

Hal tersebut juga dikatakan oleh Ibu Rukiyat selaku guru Finishing

“ Penyebab dari kecemasan ini ya mbak. . ya antara lain karena kurangnya belajar, kurangnya dorongan dari orang tua untuk belajar, lingkungan juga dari efek kecemasan siswa. Masalah cemas juga bisa pengaruh pada kestabilan pikiran karena kecemasan yang tinggi merupakan stress yang rendah. Dari situlah siswa diberiarahan tentang penerapan teknik rileksasi agar tidak merasa cemas dalam menghadapi imtihan.”¹⁷

Faktor penyebab kecemasan pada siswa yang dikemukakan oleh Bapak Masrur dan Ibu Rukiyat di atas tersebut itu sama dengan yang dikatakan oleh Ibu Stamroniselaku guru Ghoib, beliau mengatakan bahwa:

“Yang pertama, dari faktor lingkungan baik dirumah maupun sekolah, yang kedua, faktor mileuw. Dari kebiasaan mereka bergaul dengan teman-temannya tanpa pengawas orang tua dengan siapa mereka bergaul hingga pada saat waktunya imtihan cemas akan karena tidak bisa menghafal apa yang disuruh menghafalkan.”¹⁸

Dari penyebab–penyebab itu semua peran guru TPQ ini sangat dominan dalam membentuk kepribadiansiswa. Dalam proses belajar mengajar, guru mempunyai tugas untuk mendorong, membimbing, dan memberi fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan. Dengan kata lain guru TPQ mempunyai peran aktif dalam semua kegiatan siswa selama dilingkungan sekolah, membentuk kepribadian siswa tersebut guru memberi dorongan positif antara lain dengan cara menghafal surah-surah

¹⁶Hasil wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono, pada tanggal 04 Februari di ruang kelas pada pukul 15. 30-15. 40 WIB.

¹⁷Hasil wawancara dengan Ibu Rukiyat, pada tanggal 5 Februari 2017 di ruang kelas pada pukul 16. 05-16. 30 WIB.

¹⁸Hasil wawancara dengan Ibu Syamroni, pada tanggal4 Februari 2017 di ruang kelaskelas, pada pukul 15. 35-15. 45 WIB.

dan do'a-do'a untuk membentuk akhlak dan kepribadian yang baik pada diri siswa hingga tidak merasa cemas dalam menghadapi imtihan.

Melihat dari tugas guru TPQ tersebut kini dijelaskan oleh Ibu Syamroni tentang kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan tersebut, beliau menjelaskan bahwa:

“Pandangan saya tentang kecemasan siswa di sisni wajar-wajar saja karena belum tahap yang berat apabila siswa cemas saya berikan penawaran agar siswa tidak cemas dengan menggunakan teknik relaksasi siswa saya ajak untuk bernyanyi, sholawatan atau membaca asmaul husna agar jiwa siswa lebih tenang kembali.”¹⁹

Sehubungan dengan mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan tersebut, Ibu Rukiyat selaku guru pembimbing dalam menghadapi imtihan juga mengatakan bahwa:

“Pandangan saya tentang kecemasan siswa hanya sebatas kewajaran karena seorang siswa yang akan menghadapi ujian atau imtihan pasti merasakan yang namanya cemas, namun tidak semua siswa seperti itu, siswa di TPQ ada yang merasa cemas saat menghadapi ujian namun guru-guru yang lain memberikan saran yang positif agar waktu menghadapi imtihan nanti lebih membaik pikirannya lebih tenang dan rileks adanya imtihan dan penerapan teknik relaksasi.”²⁰

Dari beberapa guru TPQ di atas yang mengatakan pandangan mereka tentang kecemasan siswa tersebut, Ibu Rukiyat selaku guru finishing mengatakan bahwa:

”Pandangan saya tentang kecemasan ini ya masih bisa di atasi mbak, karena masih tahap ringan dengan adanya penerapan teknik rileksasi ini siswa TPQ alhamdulillah bisa semangat kembali atau bisa riang tanpa ada cemas yang berlebihan.”²¹

Hal senada juga dari kepala TPQ sendiri mengemukakan bahwa:

“Pandangan saya tentang kecemasan di TPQ ini masih dalam tahap ringan belum sampai tahap cemas yang berat. Seperti wajah memerah, tangan gemetar saat memegang microfont, bibir atau

¹⁹*Ibid.*

²⁰Hasil wawancara dengan Ibu Rukiyat, pada tanggal 5 Februari 2017 di ruang kelas, pada pukul 16.05-16.30 WIB.

²¹*Ibid.*

mulut mulai susah mengutarakan saat diberi pertanyaan-pertanyaan yang sekiranya mudah menjadi semakin berat. ”²²

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan ini tentang guru menerapkan teknik rileksasi untuk mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan pada siswa dengan tugasnya yang memberikan motivasi-motivasi yang sangat membuat siswa senang akan adanya imtihan yang biasanya cemas mulai tidak cemas yang di kemukakan oleh Ibu Rukiyat selaku guru Finishing, yang mengatakan bahwa:

”Pandangan saya dalam mengatasi kecemasan siswa, memberikan pandangan yang positif agar siswa lebih menyukai memberikan punishment untuk melakukan kebaikan atau menghafal surah-surah pendek waktu akan menghadapi imtihan”²³

Dengan demikian semua guru TPQ pada hakikatnya mendapat pandangan sendiri-sendiri tentang cara mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan tersebut, dari hasil hasil wawancara di atas tersebut berbagai pandangan guru TPQ tentang mengatasi kecemasan siswa dengan menanamkan nilai-nilai positif seperti adanya penerapan teknik rileksasi hingga siswa merasa lebih tenang adanya penerapan tersebut. Pada halnya yang dikatan oleh ibu Syamroni .

“Pandangan dalam mengatasi kecemasan siswa tidak merasa cemas lagi adanya teknik rileksasi hingga waktu imtihan tiba siswa merasa nyantai karena lebih rileks. ”²⁴

Dengan demikian secara garis teknik rileksasi adalah sebagai perangsang siswa, pembuka mata hati manusia dan merupakan dikala gelap serta memberi motivasi. Rileksasi adalah merupakan ketenangan rohni yang bisa membuat siswa lebih tenang dan lebih semangat dalam melakukan kerileksan pada diri sendiri karena akan memudahkan siswa

²²Hasil wawancara dengan Kepala TPQ, pada tanggal 4 Februari. di ruang kelas, pada pukul 15. 30-15. 45 WIB.

²³Hasil wawancara dengan Ibu Rukiyat, pada tanggal 5februari 2017 di ruang kelas, pada pukul 16. 05-16. 30 WIB.

²⁴Hasil wawancara dengan Ibu Stamroni, pada tanggal 4 Februari 2017, di ruang kelas, pada pukul 15. 30-16. 00 WIB.

berfikir jernih, dan tidak mulai kosong fikiran yang ia dapat, merasakan kebaikan pada diri dalam segala melakukan berbagai hal positif.

Dari hasil wawancara dari Bapak Masrur Mulyono selaku kepala TPQ, mengatakan bahwa:

“Pernah, setidaknya guru-guru memberikan pengertian, macam-macam teknik rileksasi dan cara melakukannya hingga sampai membaik. Seperti saya suruh berbaris nunggu lima menit setelah itu masuk kekelas. waktu siswa belum menghadapi imtiihan sampai siswa mau menghadapi imtiihan saya berikan penjelasan-penjelasan tentang teknik relaksasi agar siswa paham akan masalah-masalah yang dihadapi seperti cemas dalam menghadapi imtiihan siswa dianjurkan ikut belajar teknik rileksasi dalam menghadapi imtiihan disitu dijelaskan cara-caranya melakukan teknik rileksasi yaitu: siswa disuruh baris-berbaris, siswa disuruh lari-lari kecil, sampai ia merasa riang dan tidak merasa cemas dilakukan ketika siswa mulai cemas, hingga sapai ia membaik.”²⁵

Hal yang sama dari Ibu Stamroni juga mengatakan bahwa:

“Pernah mbak. . hanya dilakukan dalam satu minggu itu 3x namun dengan adanya penerapan itu siswa merasa senang dan bangga tidak merasa galau atau gerogi lagi dalam menghadapi imtiihan.”²⁶

Senada dari Bapak Masrur dan Ibu Syamroni juga dikatakan oleh Ibu Rukiyat sendiri mengatakan bahwa:

“pernah mbak, yaitu menjelaskan beberapa pengertiannya, cara melakukannya dan macam-macamnya, selain itu juga memberikan motivasi terhadap siswa agar waktu imtiihan nanti tidak cemas karena sudah mengetahui beberapa penjelasan yang ia terima.”²⁷

Selain dari beberapa narasumber di atas mengenai penjelasan tentang rileksasi juga dapat ditarik pembahasan dengan bagaimana kondisi siswa saat melakukannya.

²⁵Hasil wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono, pada tanggal 4 Februari 2017 di ruang kelas, pada pukul 15. 30-16. 00 WIB.

²⁶Hasil wawancara dengan Ibu Stamroni, pada tanggal 4 Februari 2017 di ruang kelas pada pukul 16. 00-16. 15 WIB.

²⁷Hasil wawancara dengan Ibu Rukiyat, pada tanggal 5 Februari 2017 di ruang kelas pukul 15. 30-16. 00.

Bapak Masrur mulyono mengatakan bahwa:

”kondisi siswa dalam melakukan teknik rileksasi dalam menghadapi imtihan dengan kondisi tenang agar siswa lebih rileks.”²⁸

Senada dengan ibu Stamroni mengatakan bahwa:

“kondisi siswa saat siswa melakukan imtihan dianjurkan lebih tenang, perasaan cemas disuruh menghilangkan sementara, agar waktu memulai teknik rileksasi berhasil siswa melakukannya dengan baik, hingga waktu imtihan siswa merasa lebih nyaman.”²⁹

2. Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Mengenai Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur’an di TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati

Masa evaluasi adalah masa dimana siswa akan tahu titik kelemahannya suatu penyelesaian masalah pelajaran yang selama ini ia hadapi, evaluasi merupakan titik terang dalam pembelajaran semasa di kelas atau sekolah, guru menganjurkan siswa untuk bisa menyelesaikan masalah yang sangat sulit yaitu dimana siswa diproses dengan cara-cara yang berbeda, siswa diberi pertanyaan-pertanyaan tentang mata pelajaran selama ini ia nyam pada di kelasnya, siswa sebelum menerima evaluasi siswa disuruh belajar terlebih dahulu akan waktunya tiba agar tidak cemas, siswa yang pada waktunya cemas dalam menghadapi imtihan identik cemas di ajari tentang cara menerapkannya teknik relaksasi siswa agar tidak merasa cemas lagi, pada saat penerapan berlangsung siswa sadari bahwa pada waktu itu siswa merasa nyaman, tanpa ada gerogi disaat naik panggung dan di depan para hadirin semua.

Kaum remaja atau masa sekolah sangatlah penting bagi peserta didik dimana ia diajari tentang cara membaca Al-Qur’an, cara menghafal surah-surah pendek, remaja ini sangat leluasa bila tidak mengerti tentang

²⁸Hasil wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono, pada tanggal 4 Februari 2017 di ruang kelas pukul 15.30-17.00 WIB.

²⁹Hasil wawancara Ibu Syamroni, pada tanggal 5 Februari 2017 di ruang kelas pukul 15.30-16.10 WIB.

soal yang ia akan imtihankan siswa bisa bertanya pada guru atau guru membimbing siswa member arahan yang sangat mumkini, guru berhak memberi acungan jemol bila siswa mampu menjawab soal-soal yang ia berikan, tak segan-segan pula guru memberi apresiasi dengan dapatnya siswa-siswanya nilai yang memuaskan.

Bermacam-macam penerapan teknik relaksasi untuk mengatasi cemasnya siswa, pada waktu evaluasi mendatang siswa mulai sibuk dengan masalah-masalah yang ia hadapi seperti halnya: siswa belajar sambung ayat, belajar tata cara berwudhu, tata cara sholat siswa sangat senang dan semangat adanya penerapan seperti itu sampai siswa bilang sangat merasa nyaman. Siswa yang merasa cemas bila ia tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru atau wali murid lain yang ingin member pertanyaan, siswa seperti ini yang cemas sampai gemetaran namun tidak berlebihan masih tingkat wajar.

Begitu juga suatu tindakan mencegah cemasnya siswa pada waktu menghadapi imtihan. guru selalu memberi motivasi-motivasi yang positif akan siswa merasa senang adanya nilai-nilai positif pada dirinya, siswa merasa semangat akan adanya evaluasi yang akan ia hadapi disewaktu di sekolah siswa tidak perlu merasa tidak nyaman lagi, karena guru-guru lain sudah memberikan contoh-contoh dalam menghadapi evaluasi siswa sangat beruntung adanya penerapan relaksasi. Dengan demikian kondisi guru dalam faktor pendukung, yang di katakana oleh Bapak Masrur:

“begini ya mbak, guru hanya bisa memberikan arahan ketika siswa menghadapi imtihan atau ujian akhir santri, guru memberikan gambaran-gambaran yang positif agar siswa yang mengalami cemas tidak merasa cemas kembali, guru berharap siswa yang akan diimtihankan atau ujian akhir santri nilai-nilai yang ia dapatkan memuaskan, guru diharapkan ketika memerikan motifasi jangan membeda-bedakan antara anak yang lebih cerdas dari anak yang kurang cerdas, karena adanya seperti ini siswa akan lebih cemas hingga takutnya siswa lebih tinggi akan mengganggu ketenangan belajar siswa yang lain. guru hanya bisa memberi arahan agar siswa ini tidak merasa cemas kembali, karena rasa cemas biasanya identik dengan adanya permasalahan dirumah seperti terpecah

belahnya orang tua, akan adanya sesuatu yang mengganjal dan lain sebagainya.”³⁰

Selain itu juga di katakana oleh ibu Stamroni tentang faktor pendukung:

“Adanya metode qiro’ati, siswa dapat membaca dan menghafal lebih ringan, adanya kelas yang memadai hingga siswa nyaman, adanya nilai-nilai positif yang ia dapatkan di sekolah TPQ, Siswa hanya bisa belajar dengan mudah, siswa diajarkan dengan menghafal surah-surah pendek-menghafal hadis-hadits pendek, fasholatan, dan baca tulis Al-Qur’an.”³¹

Senada yang dikatakan Ibu Rukiyat tentang faktor pendukung dalam TPQ ini beliau mengatakan:

“Dalam menghadapi ujian tidaklah siswa langsung tidak cemas, ada beberapa faktor pendukung adanya siswa tidak merasa cemas dalam menghadapi ujian akhir atau imtihan yaitu: siswa diberikan gembengan atau arahan untuk di pelajari yaitu tentang membaca, menulis, menghafal, dan lain-lain, hingga nanti waktu imtihan tiba siswa sudah paham apa yang keluar waktu imtihan nanti, faktor pendukung lain antaranya: adanya guru, adanya siswa, adanya kelas, adanya pelajaran-pelajaran tambahan seperti fasholatan, tata cara berwudhu, do’a sehari-hari, hadits pendek dan motifasi-motifasi yang positif.”³²

Selain faktor-faktor pendukung yang dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa seorang guru wajib akan adanya mengevaluasi anak didiknya untuk mengetahui seberapa pahamnya siswa ketika sudah duduk dikelas yang selama ini ia dapatkan, tidak hanya mengevaluasi guru juga harus dapat mengambil intisari dari permasalahan-permasalahan yang ia ketahui kepada siswa. Antara ketika siswa cemas guru harus memberikan arahan-arahan yang positif karena saat yang paling rentan pada diri siswa ketika menghadapi ujian akhir.

Waktu terus melalui siswa yang kurang mampu dalam menghadapi ujian akhir atau imtihan dapat melihat dari faktor-faktor penghambat

³⁰Wawancara dengan Bapak Masrur, pada tanggal 4 Februari 2017, di ruang kelas pada pukul 15. 30-15. 16. 00WIB

³¹Wawancara dengan Ibu Syamroni, pada tanggal 4 Februari 2017, di ruang kelas pada pukul 16. 00-16. 15 WIB

³²Wawancara dengan Ibu Rukiyat pada tanggal 5 februari 2017, di ruang kelas pada pukul 15. 30-16. 00 WIB

antaranya yang dipaparkan oleh Kepala TPQ Al-falah Bapak Masrur Mulyono:

“Begini ya mbak, faktor penghambat yang selama ini saya ketahui itu siswa cemas dalam menghadapi imtihan atau naik jilid, kenapa kok cemas? Karena waktu ujian itu Kepala TPQ sendiri yang menguji disaat siswa naik jilid siswa itu gemetar, siswa terkadang diam, siswa terkadang tidak mampu membaca, oleh karenanya guru memberikan pelajaran tambahan cara menulis huruf-huruf hijaizah, selain itu siswa cemas ketika dirumah orang tua adanya percekocokan hingga mengakibatkan siswa tidak nyaman dalam belajar.”³³

Selain itu juga dikatakan oleh Ibu Rukiyat selaku Guru Finishing beliau mengatakan:

“Begini ya mbak, selama ini kendala dari siswa merasa cemas itu adanya ketidakadilan guru waktu di kelas membandingkan siswa yang yang lebih cerdas dan kurang cerdas, karena selain itu siswa yang kurang memperhatikan waktu guru mengajar, setelah ditanya langsung badannya gemetar.”³⁴

Selain itu juga dikatakan oleh Ibu Syamroni Guru Jilid beliau mengatakan:

“faktor penghambatnya yaitu: siswa kurang memperhatikan waktu guru menerangkan pelajaran yang berlangsung, siswa waktu di kelas asyik bermain sehingga mengakibatkan penghambatan dalam belajar dan akhirnya siswa yang asyik bermain tadi ditunjuk untuk mengulas perkataan bu guru tidak mengerti akhirnya terjadi kecemasan yang ringan.”³⁵

Dari paparan di atas dapat ditarik kesimpulan tentang faktor pengambat yaitu siswa yang tidak mau memperhatikan guru disaat guru menerangkan suatu mata pelajaran yang sedang berlangsung, siswa asyik bermain, ngobrol tanpa terlena untuk memperhatikan disitulah saat guru bertanya pada siswa yang asyik bermain waktu guru menerangkan ketika

³³Wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono selaku Kepala Tpq pada tanggal 4 februari 2017, di ruang kelas pukul 15. 35-16. 00 WIB

³⁴Wawancara dengan Ibu Rukiyat selaku guru tpq pada tanggal 6 februari 2017, di ruang kelas pukul 15. 50-16. 15 WIB

³⁵Wawancara dengan Ibu Stamroni selaku guru Tpq pada tanggal 4 februari 2017, di ruang kelas pukul 16. 00-16. 19 WIB

ditanya tidak bisa menjawab, ketika disuruh mengulas kembali apa yang guru terangkan tidak bisa sampai siswa merasa takut dan cemas, hingga wajah pucat, keringat berkecuran, badan dingin, mengutarakan pendapatnya sampai gemetar. Sehingga guru memberikan arahan-arahan yang positif jangan sampai nanti siswa yang diajari cemas kembali. Disitulah guru mulai menyadari dengan adanya teknik rileksasi siswa dapat merasakan ketenangan yang positif.

C. Analisis Penelitian

1. Analisis Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Tentang Penerapan Teknik Relaksasi Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an di TPQ Al-Falah Ngening-Batangan-Pati

Teknik relaksasi merupakan salah satu cara untuk mengistirahatkan fungsi fisik dan mental sehingga menjadi rileks, relaksasi merupakan upaya sejenak untuk melupakan kecemasan dan mengistirahatkan pikiran dengan cara menyalurkan kelebihan energi atau ketegangan (psikis) melalui sesuatu kegiatan yang menyenangkan. Tujuan teknik relaksasi adalah membantu orang menjadi rileks, dengan demikian dapat memperbaiki berbagai aspek kesehatan fisik. Untuk membantu individu mengontrol diri dan memfokuskan perhatian sehingga ia saat berada dalam situasi yang menegangkan.³⁶

Dari pengertian di atas sama dari diambilnya dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati diantaranya: "Santri wajib datang di madrasah 5 menit sebelum tanda masuk jam pelajaran, agar siswa nyaman ketika pembelajaran dimulai, siswa juga diwajibkan mengikuti apel sebelum masuk kekelas."³⁷

Menurut Davidson dan Naele (1990) kecemasan merupakan bagian dari kehidupan manusia. Kecemasan sering muncul pada orang

³⁶Ivancevich, M. John. *Perilaku Dan Manajemen Organisasi*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006), hal. 317

³⁷Dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati. Dikutip pada tanggal 28 Januari 2017

yang dianggap normal, meskipun kecemasan merupakan simptom semua psikopatologi terutama yang neurotik.³⁸

Diambil dari pembahasan di atas dapat diketahui cara menerapkan teknik rileksasi saat siswa menghadapi ujian antara lain: siswa diwajibkan mengikuti apel setiap hari sebelum masuk ke kelas, agar dengan mengikuti adanya apel siswa merasa lebih tenang saat jam pembelajaran dimulai, siswa diajak untuk bernyanyi atau sholat yang ada fasilitasnya di masjid al-falah dan membaca asmaul husna agar siswa merasa enakannya.³⁹

Selain itu, dapat diketahui cara mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan yaitu harus dapat menciptakan minat dan motivasi yang cukup pada siswa untuk berprestasi, tanpa menciptakan keadaan-keadaan yang menekan. Di bawah ini terdapat saran untuk membantu mengatasi siswa yang merasa cemas supaya tidak cemas sebagai berikut: tes harus dimaksudkan untuk diagnosa bukan untuk menghukum siswa yang gagal mencapai harapan guru dan orang tua. Hindari menentukan berhasil atau tidaknya siswa hanya dari hasil satu tes. Buatlah catatan pribadi pada setiap lembar jawaban tes yang menyarankan siswa untuk tepat berusaha dengan baik atau harus meningkatkan usahanya.⁴⁰

Menurut Suharsimi Arikunto bahwa manusiawi juga mengidentifikasi sebab-sebab kecemasan yang dikutip dari bukunya Sarason dan kawan-kawan bahwa pada umumnya sebab-sebab kecemasan yang ada pada siswa dikelas adalah mereka merasa risau karena tidak dapat mendengar atau memahami apa yang diucapkan guru tidak tau pasti apa yang diharapkan guru darinya dan hal-hal lain yang berhubungan siswa dengan gurunya dan sumber dari segalanya dalam

³⁸ Lin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif islam dan Psikologi Kontemporer*, UIN Malang Press, Malang, 2009, hlm. 167.

³⁹ Dokumentasi TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati. Di kutip pada tanggal 28 Januari 2017

⁴⁰ Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*, RINEKA CIPTA, Jakarta, 2015, hlm. 187.

perasaan takut tidak lulus. Dan macam-macam kecemasan juga dapat di ketahui dalam Al-Qur'an surah Al-Anbiya' ayat 103 yang artinya. "Mereka tidak disusahkan oleh kedahsyatan yang besar (pada hari kiamat), dan mereka disambut oleh para malaikat. (Malaikat berkata):"Inilah harimu yang telah dijanjikan kepadamu."⁴¹

Karena penerapan relaksasi adalah pendidikan dengan melalui ajaran-ajaran yoga, yaitu berupa bimbingan dan asuhan terhadap anak didik agar nantinya setelah selesai dari pendidikan ia dapat memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran-ajaran yang tidak menimbulkan kecemasan yang telah diyakininya secara menyeluruh, serta menjadikan itu sebagai suatu pandangan hidupnya demi keselamatan dan kesejahteraan hidup di dunia maupun di akhirat kelak.⁴² Setelah ditelusuri kecemasan dilakukan oleh siswa tersebut dilatar belakangi oleh keadaan yang membuatnya takut pada lingkungan disekolah, akhirnya muncul inisiatif cemas dan mencari hiburan lain guna untuk pemuasan keinginan hatinya.

Intinya menjadi seorang guru harus mempunyai banyak referensi teknik atau metode pembelajaran karena dengan menggunakan teknik atau metode pembelajaran yang monoton bisa membuat siswa menjadi bosan sehingga mereka menjadi bosan mengikuti proses pembelajaran mapel TPQ. Variasi penerapan teknik atau metode pembelajaran bertujuan agar siswa selalu merasa senang dalam mengikuti jalannya pembelajaran mata pelajaran diTPQ dan yang paling penting menjadi tujuan utama adalah siswa mampu memahami materi mata pelajaran di TPQ yang telah disampaikan oleh guru, sehingga ketika waktu imtihan atau ujian itu telah tiba maka tingkat kecemasan menghadapi imtihan atau ujian tidak begitu besar.⁴³

⁴¹Surat Al-Anbiya' ayat 103, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Departemen Agama RI, Diponegoro, 2011, hlm. 265.

⁴²*Op. Cit.*, hlm. 86.

⁴³Wawancara dengan Bapak Masrur Mulyono Kepala TPQ Al-falah pada tanggal 4 Februari 2017 pada pukul 16.00-16.15 WIB.

2. Analisis Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Tentang Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an di TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati

Setiap lembaga pendidikan memerlukan evaluasi dengan tujuan untuk mengetahui seberapa kemampuan peserta didik dalam menerima pelajaran yang selama ini ia dapat dibangku kelas TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati maka dari itu dapat dilihat dari Faktor-faktor yang guru lakukan dalam mengatasi kecemasan siswa yaitu faktor pendukung dan faktor penghambat.

Dari hasil analisa pembahasan di atas tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung yang dilakukan dalam mengatasi kecemasan siswa, kerjasama dari pihak kepala TPQ dengan staf guru yang menjumpai siswa yang sedang cemas dalam menghadapi imtihan sehubungan dengan penerapan teknik rileksasi kini guru mempunyai faktor pendukung dengan berbagai inisiatif dan kreatif tersendiri untuk membuat siswa menjadi yang baik yakni memberi motivasi, mengajarkan nilai-nilai positif agar siswa senang dalam melakukan teknik seperti ini, melalui penerapan teknik rileksasi, dengan kegiatan yang memudahkan siswa akan tidak cemas dalam menghadapi imtihan, adanya nilai-nilai baca tulis Al-Qur'an, membaca surah-surah pendek dengan memberi arahan-arahan ketika waktu selesai pembelajaran, adanya kewajiban-kewajiban yang ada di TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati yaitu mencakup dengan adanya apel sebelum masuk kekelas, harus lebih awal masuk sekolah sebelum 5 menit masuk sekolah. Siswa jama'ah Ashar bersama-sama di masjid Al-Falah Ngening Batangan Pati.

Untuk mengurangi kemungkinan hubungan antara frekuensi tes dan prestasi pada siswa-siswa dengan kecerdasan rata-rata, tapi bagi. Siswa-siswa dengan kemampuan rendah tes yang sering diberikan bukan memperbaiki prestasinya. Akan tetapi sebagian orang berpendapat bahwa tes seringkali menimbulkan kecemasan dan dengan demikian mengganggu belajar. Pendapat demikian tidak

seluruhnya benar, beberapa studi menunjukkan bahwa kebanyakan siswa menerima tes sebagai sesuatu yang menolong.⁴⁴

Faktor penghambatnya sebagaimana telah dikemukakan di atas, bahwa untuk mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi imtihan. Siswa yang kurang memperhatikan waktu pembelajaran berlangsung, kurang aktifnya siswa dalam bertanya mengakibatkan siswa cemas tingkat rendah.

Menurut Slameto, dalam bukunya *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*, bahwa : “faktor dalam kecemasan untuk memberikan kehangatan dan dorongan serta sedikit kritik yang diperlukan pada siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi, agar mereka dapat berprestasi dengan sebaik-baiknya. Maksud dari semua adalah jika semua yang diharapkan kurang memadai menjadi faktor penghambat bagi siswa. Sedangkan jika siswa cemas yang berlebih bisa dengan cara sebagai berikut agar bisa hilang kecemasannya:

- a. Tes harus dimaksudkan untuk diagnosa, bukan untuk menghukum siswa yang gagal mencapai harapan-harapan guru dan orang tua.
- b. Hindari menentukan berhasil atau tidaknya siswa hanya dari hasil satu tes.
- c. Buatlah catatan pribadi pada setiap lembar jawaban tes yang menyarankan siswa untuk tepat berusaha dengan baik atau harus meningkatkan usahanya.”⁴⁵

Dari penjelasan di atas tersebut guru selaku orang tua disekolahan itu berkewajiban untuk memotivasi siswa, memberi pengarahan, bimbingan dan perbaikan diri untuk siswa. Diperlukan juga adanya kerjasama dengan wali murid untuk tetap memotivasi dan membimbing anak agar mampu memahami pelajaran yang telah diajarkan dimadrasah, serta arahan-arahan yang positif. Untuk faktor penghambatnya yaitu masih ada siswa yang sering ngobrol dikelas ketika ditanya tidak bisa menjawab, siswa sering ramai ketika pembelajaran berlangsung mengakibatkan terjadi penghambatan pembelajaran. Selain itu guru juga harus aktif

⁴⁴Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2013, Cet. 16, hlm. 280-284.

⁴⁵ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2010, hlm. 186-187.

memperhatikan siswa yang nantinya cemas, karena perhatian guru sewaktu sekolah lebih utama untuk peserta didik.

Oleh karena itu, dibutuhkan beberapa alternatif solusi atas faktor – faktor tersebut, yang dapat dijadikan sebagai rekomendasi dalam perbaikan penerapan dalam mengatasi *kecemasan* pada siswa selanjutnya, yaitu dengan :

- a. Tingkat kecemasan yang sedang biasanya mendorong belajar, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi mengganggu belajar.
- b. Siswa-siswa yang tingkat kecemasan yang rendah lebih merasa cemas dalam menghadapi tes daripada siswa-siswa yang pandai.
- c. Bila siswa cukup mengenal jenis tes yang akan dihadapi maka kecemasan akan berkurang.
- d. Kecemasan terhadap tes bertambah bila hasil tes dipakai untuk menentukan tingkat-tingkat siswa.
- e. Pada tes-tes yang mengukur daya ingat, siswa-siswa yang sangat cemas memberikan hasil yang lebih baik daripada siswa-siswa yang kurang cemas. Pada tes-tes yang membutuhkan cara berpikir yang fleksibel, siswa-siswa yang cemas hasilnya lebih buruk.