

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar mengajar merupakan kegiatan utama yang atau dapat dikatakan kegiatan pokok dalam pendidikan, proses belajar tidak hanya dilakukan di sekolah melainkan dimanapun seseorang berada pastinya akan mengalami proses belajar. Belajar secara teori dapat didefinisikan sebagai perubahan yang relatif permanen pada perilaku yang terjadi akibat latihan, sementara perubahan perilaku yang terjadi karena *maturasi* (bukan latihan) atau pengondisian sementara suatu organisme (seperti kelelahan atau akibat obat) tidak dimasukkan dalam pengertian belajar.¹

Belajar merupakan aktivitas fisik, sekaligus aktivitas psikis. Secara biologis, fisik manusia berkembang menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kebutuhan fisik terhadap makanan membantu perkembangan yang seimbang dengan kehendak alamiahnya. Disamping itu pola-pola pengenalan dan penikmatan makanan berhubungan dengan keadaan jiwa manusia. Hal ini dikarenakan karena makanan tanpa dibarengi dengan selera dan keadaan jiwa manusia untuk menikmatinya, tidak akan menjadi perhatian manusia. Pikiran dan kondisi kejiwaan manusia merupakan syarat utama terjadi keseimbangan antara belajar dan objek yang dipelajari, sebagaimana belajar menikmati makanan dengan

¹ Rosleni Marliany "Psikologi Umum" (Pustaka Setia: Bandung) Hal 195

kesadaran jiwa dan pikiran yang menyatu pada sesuatu yang dinamakan nafsu.

Dengan penjelasan tersebut bisa disimpulkan bahwasanya belajar merupakan aktivitas dari fisik maupun psikis manusia yang berasal dari salah satunya pengalaman dan pada akhirnya akan merubah pola pikir manusia.

Proses belajar memerlukan evaluasi untuk mengetahui sejauh mana peserta didik menguasai suatu kompetensi. Sedangkan evaluasi merupakan proses penilaian untuk menggambarkan prestasi yang dicapai peserta didik sesuai kriteria yang telah ditetapkan. Prestasi belajar merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari belajar. Belajar merupakan proses sedangkan prestasi adalah hasil dari kegiatan belajar.

Prestasi belajar diartikan sebagai hasil dari suatu kegiatan belajar baik individu maupun kelompok.² Yang pada intinya belajar tidak akan memunculkan suatu prestasi apabila proses belajar tidak dilakukan

Prestasi belajar pada hakikatnya merupakan cerminan dari usaha seseorang dalam melakukan kegiatan belajar mengajar. Semakin baik kerja keras seseorang dalam belajar maka akan semakin baik prestasi yang akan dicapainya. Tujuan belajar mengajar pada setiap mata pelajaran pada masing-masing lembaga juga kebanyakan diarahkan kepada prestasi belajar yang tinggi. Berhubungan dengan prestasi belajar tidak semua

² Saiful Bahri Djamarah, "*Prestasi Belajar Dan Kompetensi Guru*", (Surabaya:Usaha Nasional,2012), 19.

peserta didik memiliki prestasi yang baik dalam belajar mengajar, hal tersebut dikarenakan ada faktor-faktor yang menghambat dalam proses belajarnya, sehingga berakibat pada prestasi belajar yang diperoleh, karena prestasi belajar sangat didasarkan pada proses belajar.

Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar peserta didik dimana faktor-faktor tersebut juga mempengaruhi peserta didik dalam hal prestasi. Faktor yang mempengaruhi kegiatan belajar antara lain berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa faktor fisiologis, berupa keadaan jasmani peserta didik, dan kelengkapan jasmani manusia, atau dari sisi psikologis berupa tingkat kecerdasan peserta didik (intelegensi), motivasi, sikap maupun bakat yang dimiliki oleh peserta didik. Faktor eksternal berupa metode mengajar, hubungan baik antara guru dengan peserta didik atau antar peserta didik dengan peserta didik lain, kurikulum sekolah, maupun kedisiplinan sekolah dalam mengelola peserta didik.³

Sementara jika melihat pendidikan di Indonesia, proses belajar mengajar lebih diarahkan kepada kognitif saja. Siswa jarang diajarkan untuk mengembangkan emosinya. Sebagai contoh pelatihan tentang bagaimana mengelola emosi siswa, menghadapi konflik, mengelola konflik, berkomunikasi secara positif, mengelola stress dan ketrampilan hidup lainnya, kurikulum Indonesia tidak mengakomodasikan bahkan tidak

³ Jamaludin, Dkk, "Pembelajaran Perspektif Islam" 2015 (Remaja Posdakarya: Bandung) Hal147-156

mengembangkan ketrampilan hidup tersebut. Akibatnya banyak peserta didik yang tidak berdaya mengelola emosi dan stress dalam kehidupan, akibatnya mereka tidak berdaya menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan dan konflik akibat ketidak seimbangan komponen emosi yang dia rasakan.

Sebagai contoh ketika menghadapi ujian, banyak diantara mereka yang stres, cemas, takut dan lain-lain, emosi-emosi tersebut berasal dari dampak-dampak negative dari emosi, mengakibatkan banyak siswa yang sebenarnya mampu namun karena banyak tekanan dalam ujian, agar prestasi mereka baik, yang dari tekanan tersebut kemudian menimbulkan banyak emosi-emosi yang negative seperti stress dan cemas akhirnya membuat mereka tidak bisa berfikir jernih dalam menghadapi ujian. Keadaan emosi yang bercampur-campur tersebut mengakibatkan tingkat emosi seseorang tidak dalam tingkat stabil.

Emosi dikatakan stabil apabila ekspresi emosi ditampilkan dengan konstruktif dan tidak membahayakan, interpretasi yang obyektif terhadap suatu peristiwa dan membiasakan diri menghadapi segala tantangan dan menciptakan jalan keluar.⁴ Teori kestabilan emosi ini didasarkan pada teori emosi yang dalam makna harfiah didefinisikan sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan serta nafsu dari setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Emosi merujuk kepada sesuatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu perasaan dan pikiran-pikiran

⁴ Ibid., 25 – 33.

yang khas, suatu keadaan biologis, dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan bertindak.

Emosi akan menggerakkan perilaku seperti halnya motif. Emosi takut akan mendorong manusia untuk lari dari bahaya. Emosi marah akan mendorong manusia mempertahankan diri namun terkadang juga mengarah kepada permusuhan. Emosi cinta akan mendorong manusia untuk mendekati diri kepada objek yang dicintainya.⁵

Pada dasarnya emosi manusia bisa di bagi menjadi dua kategori umum jika dilihat dari dampak yang ditimbulkan. Kategori pertama disebut efek positif. Efek positif memberikan dampak menyenangkan dan menenangkan. Macam dari emosi positif seperti tenang, santai, rileks, gembira, lucu, haru, dan senang. Ketika merasakan emosi positif ini, kita pun akan merasakan keadaan psikologis yang positif.

Kategori kedua adalah emosi negative atau efek negative. Ketika kita merasakan emosi negative ini maka dampak yang akan kita rasakan adalah negative, tidak menyenangkan, dan menyusahkan. Macam dari emosi negative ini diantaranya sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam, dan masih banyak lagi.⁶

Emosi negative juga ternyata akan memicu penurunan fungsi otak, kesulitan interpersonal, dan memicu penurunan daya kognitif otak. Ketidakstabilan emosi akan berpengaruh terhadap menurunnya konsentrasi, memori, dan kemampuan kita dalam membuat rencana. Jika emosi keluar

⁵ Muhamad Utman Najati, "Psikologi Dalam Al-Qur'an", 2005 (Pustaka Setia: Bandung) Hal 99

⁶ Ibid Safaria, Dan Nofrans Eka Saputra, Managemen Emosi, 12.

jalur maka akan menghasilkan tindakan pengalihan ke sesuatu yang lain, perhatian akan melemah, dan pengurangan daya kognitif otak secara menyeluruh.

Hal itu terjadi semisal ketika sedang mengalami stress, otak akan memicu kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) dan kortsitol dalam jumlah yang cukup banyak. Tingginya hormone tersebut dapat mengganggu ingatan dan risiko depresi sangat besar.⁷

Keadaan diatas pastinya berpengaruh pada kegiatan belajar yang menjadi faktor terbesar dalam menentukan prestasi belajar, dalam belajar tingkat intelegensi peserta didik yang akan membantunya dalam memecahkan masalah-masalah akademis di sekolah, selain itu hal tersebut juga akan berpengaruh pada motivasi dalam belajar.

Oleh karenanya para peserta didik diharapkan memiliki kestabilan emosi dengan harapan dapat tenang saat menempuh ujian. Dengan ketenangan saat menempuh ujian peserta didik dapat mencapai prestasi yang tinggi. Karena ia tidak merasa takut, cemas sehingga siswa dapat berkonsentrasi dalam menghadapi ujian atau tes.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk membahasnya dalam bentuk penulisan skripsi yang berjudul Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Prestasi Belajar Pada peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits

⁷ Iqra' Firdaus, "*Dampak Hebat Emosi Bagi Kesehatan*" (Jakarta: Flash Book, 2011) 59.

B. Rumusan Masalah

Bertolak dari latar belakang yang telah diungkapkan di atas, maka dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kestabilan emosi peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits?
2. Bagaimanakah prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits?
3. Adakah hubungan antara kestabilan emosi dengan prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, dapat diketahui bahwa tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat kestabilan emosi peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits
2. Mengetahui prosentase prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits
3. Mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kestabilan emosi dengan prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits

D. Kegunaan penelitian

1. Teoritis

- a. Untuk menambah pengetahuan dan wawasan keilmuan tentang hubungan antara kestabilan emosi belajar siswa.
- b. Untuk dasar pijakan penulis berikutnya, bahwa kestabilan emosi dapat meningkatkan prestasi belajar.

2. Praktis

- a. Bagi peserta didik : sebagai informasi agar dapat memahami hubungan kestabilan emosi dengan prestasi belajar, sehingga dapat bersikap sebagaimana mestinya saat melakukan perbuatan belajar dan menghadapi test semester.
- b. Bagi sekolah: sebagai bahan masukan para pendidik tentang keterkaitan antara kestabilan emosi dengan prestasi belajar siswa.

E. Hipotesis penelitian

Hipotesis merupakan dugaan atau jawaban sementara mengenai suatu hal atau permasalahan yang akan dibuktikan kebenarannya melalui data-data atau fakta-fakta hasil penelitian. Hipotesis menunjukkan hubungan antara dua variabel atau lebih. Pernyataan di dalam hipotesis menguraikan hubungan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel terikat.

Jika dikaitkan kepada judul penelitian berupa: hubungan kestabilan emosi dan prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri dalam mata pelajaran al-Qur'an Hadits, dimana terdapat dua variabel yang terdapat dalam judul penelitian yakni variabel terikat berupa prestasi dan

variabel bebas berupa kestabilan emosi. Sehingga hipotesis dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Ho: tidak terdapat hubungan yang sinkron dan relefan antara kestabilan emosi dan prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri dalam mata pelajaran al-Qur'an Hadits
2. Ha: Terdapat hubungan yang sinkron antara kestabilan emosi dan prestasi belajar peserta didik di MAN Kandat Kabupaten Kediri dalam mata pelajaran al-Qur'an Hadits

F. Asumsi Penelitian

Peneliti mengajukan asumsi bahwasanya tingkat kestabilan emosi seseorang dapat mempengaruhi pola berfikir mereka hal ini di dukung dengan adanya teori bahwasanya dampak negative dari emosi ternyata akan memicu penurunan fungsi otak, kesulitan interpersonal, dan memicu penurunan daya kognitif otak.

Ketidakstabilan emosi akan berpengaruh terhadap menurunnya konsentrasi, memori, dan kemampuan kita dalam membuat rencana. Jika emosi keluar jalur maka akan menghasilkan tindakan pengalihan ke sesuatu yang lain, perhatian akan melemah, dan pengurangan daya kognitif otak secara menyeluruh. Dari dampak-dampak yang disebutkan diatas tentunya akan sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar.

G. Penegasan Istilah

Dalam penulisan skripsi ini peneliti akan membahas mengenai kestabilan emosi dan hubungannya dengan prestasi belajar. Kestabilan emosi yang dimaksud disini adalah kestabilan emosi saat siswa dalam menghadapi test semester yang terkait dengan kesiapan mental siswa menghadapi test atau ujian semester. Sedangkan prestasi belajar peserta didik dalam penelitian ini adalah prestasi belajar peserta didik pada mata pelajaran al-Qur'an Hadits yang diambil dari hasil nilai asli semester II, khususnya di kelas XI MAN Kandat Kabupaten Kediri.