

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Problema Psikologis Peserta Didik

1. Pengertian Problema Psikologis

Problematika adalah hal yang masih dapat dipecahkan¹. Problematika berasal dari kata *problem* yang dapat diartikan sebagai permasalahan atau masalah. Adapun masalah itu sendiri “adalah suatu kendala atau persoalan yang harus dipecahkan dengan kata lain masalah merupakan kesenjangan antara kenyataan dengan suatu yang diharapkan dengan baik, agar tercapai hasil yang maksimal”². Problem adalah masalah atau persoalan yang dirasakan oleh manusia, sehingga dapat mengganggu jiwa dan pada tahap berikutnya akan mengganggu aktivitas seseorang.³

Kata psikologis yaitu berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang diartikan ilmu pengetahuan. Oleh karena itu kata psikologis sering diartikan sebagai ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat dengan ilmu jiwa.⁴ Psikologis juga dikaitkan dengan proses mental dan perilaku manusia.⁵ Dengan demikian, problem psikologi adalah persoalan yang dirasakan oleh manusia secara mental dan perilaku manusia merasa terganggu.

Problematika psikologis peserta didik umumnya berkaitan dengan psikologi perkembangan remaja yang meliputi perkembangan fisik, emosi, moral dan perkembangan sosial. Perkembangan ini dapat menimbulkan sejumlah gangguan

¹Alwi, Hasan,dkk. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka. Hal. 896

² Sabri, Ahmad. 2005. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Quantum Theaching. Hal . 33

³ Tim Redaksi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2001, hlm.896

⁴ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta: Andi Offset,2004, hlm. 1

⁵Ibid, hlm 3

psikologis. Masalah atau persoalan yang dialami oleh peserta didik yang secara umum memasuki masa remaja awal, pada umumnya antara lain berupa: ⁶ a) kecemasan, b) kesepian, c) kebosanan, dan d) perilaku menyimpang. Problem psikologis peserta didik yang muncul dalam pembelajaran sehingga timbul kesan adanya rasa ingin tahu yang rendah, tidak ada keinginan untuk maju, dan tidak ada keinginan untuk memperbaiki kesalahan.⁷ Berbagai problem tersebut ada dalam diri peserta didik secara keseluruhan atau sebagian sehingga problem psikologis yang dirasakan muncul silih berganti.

2. Macam-macam Problema Psikologis Peserta Didik

Sejumlah problema psikologis di antaranya fobia, kelainan obsesif kompulsif, stres dan depresi. Masing-masing diuraikan di bawah ini.

a. Fobia

Ketakutan (fobia) adalah kecemasan yang luar biasa, terus menerus dan tidak realistis, sebagai respon terhadap keadaan eksternal tertentu. Fobia adalah rasa ketakutan yang berlebihan pada sesuatu hal atau fenomena. Fobia bisa dikatakan dapat menghambat kehidupan orang yang mengidapnya. Bagi sebagian orang, perasaan takut seorang pengidap Fobia sulit dimengerti. Fobia ada bermacam-macam seperti takut akan keramaian atau tempat terbuka, Fobia spesifik (pada benda atau hewan tertentu), dan fobia sosial yaitu merasakan kecemasan yang berlebihan sehingga mereka menghindari situasi sosial atau menghadapinya dengan penuh tekanan.⁸

b. Kelainan Obsesif Kompulsif

Obsesif-Kompulsif ditandai dengan adanya obsesi dan kompulsi. Obsesi

⁶Ahmad Mubarak, *Jiwa dalam Al-Qur'an*, Jakarta: Paramadina, 2000, hlm 8-12

⁷Op.Cit, Sumadi Suryabrata, hlm 236

⁸Rani Azmarina, Desensitisasi Sistematis dengan Dzikir Tasbeeh untuk Menurunkan Simtom Kecemasan pada Gangguan Fobia Spesifik, *Humanitas* Vol. 12 No. 2 . 90-104

adalah gagasan, khayalan atau dorongan yang berulang, tidak diinginkan dan mengganggu, yang tampaknya konyol, aneh atau menakutkan. Kompulsi adalah desakan atau paksaan untuk melakukan sesuatu yang akan meringankan rasa tidak nyaman akibat obsesi.

c. Stress

Menurut Robert S. Fieldman⁹ Stress adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku.

Stress adalah respon tubuh yang bersifat non-spesifik terhadap setiap tuntutan beban di atasnya. Respon tubuh diformulasikan dalam konsep *General Adaptation Syndrome* (GAS). GAS ini berfungsi sebagai respon otomatis, respon fisik, dan respon emosi pada seorang individu. Model GAS menyatakan bahwa dalam keadaan stress, tubuh akan memberikan satu atau beberapa respon, yaitu: waspada, melawan, dan merasakan kelelahan. Faktor penyebab stress dapat bersumber dari dalam diri maupun dari faktor luar dirinya. Stressor eksternal : berasal dari luar diri seseorang, misalnya perubahan bermakna dalam suhu lingkungan, dan perubahan dalam peran keluarga atau sosial. Stressor internal : berasal dari dalam diri seseorang, misalnya demam, atau suatu keadaan emosi seperti rasa bersalah.

d. Depresi

Depresi adalah gangguan psikologis yang paling umum ditemui. Depresi merupakan gejala yang wajar sebagai respon normal terhadap pengalaman hidup negatif, seperti kehilangan anggota keluarga, benda berharga atau status sosial.

⁹Fitri Fausiah, Julianti Widury, "*Psikologi Abnormal*"(Jakarta:UI-Press, 2007), hlm 9

Dengan demikian, depresi dapat dipandang sebagai suatu kontinum yang bergerak dari depresi normal sampai depresi klinis.¹⁰

3. Ciri-ciri Problem Psikologis Peserta Didik

Ciri-ciri problema psikologis berupa fobia yaitu:

a) Ketakutan/kecemasan yang menghasilkan perubahan fisiologis seperti tangan berkeringat, pusing atau jantung berdebar, b) Melarikan diri atau menghindari situasi dimana rasa takut sering muncul. c) Perilaku tersebut mengganggu kehidupan individu. Ciri-ciri fisik yang tampak yaitu: gejala kegelisahan, kegugupan, gemeteran, berkeringat, pusing, pingsan, sulit berbicara, sesak nafas, jantung cepat, jantung melambat, merinding, panas dingin, lemas, mual, mau buang air kecil, wajah merah, mudah marah, atau sejenisnya.¹¹ Ciri-ciri kognitif tampak pada pikiran khawatir, keyakinan sesuatu mengerikan akan terjadi, waspada berlebihan, ketakutan akan kehilangan kontrol diri, dan takut tidak berkonsentrasi.¹²

Ciri-ciri problem psikologis berupa depresi dapat diketahui dari gejala yang tampak di antaranya: perasaan-perasaan tidak bersemangat, sedih, merasa tanpa harapan, murung, kesal, tidak bahagia dan menderita, perasaan ini biasanya tidak berlangsung lama. Ciri-ciri ini biasanya menunjukkan adanya depresi normal. Ketika seorang individu berhasil mengatasi gejala-gejala tersebut, suatu cara pandang baru yang lebih dewasa akan muncul. Disini depresi normal bisa dilihat sebagai pengalaman yang adaptif.¹³ Depresi dan abnormal bila hadir dalam intensitas yang tinggi dan menetap.

Individu umumnya menggunakan istilah depresi untuk merujuk pada keadaan

¹⁰Carson, R. & Butcher, J.N. *Abnormal Psychology and Modern Life*. New York: HarperCollin, 1991.

¹¹ Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus & Beverly Greene. *Abnormal Psychology in a Changing World*, terj. Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, (Jakarta: Erlangga, 2005), Ed. 5, hlm. 164

¹²Ibid

¹³Ibid

atau suasana yang melibatkan kesedihan, rasa kesal, tidak mempunyai harga diri, dan tidak bertenaga. Individu yang menderita depresi aktifitas fisiknya menurun, berpikir sangat lambat, kepercayaan diri menurun, semangat dan minat hilang, kelelahan yang sangat, insomnia, atau gangguan fisik seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, rasa sesak didada, hingga keinginan untuk bunuh diri.

4. Faktor-faktor Penyebab Problem Psikologis Peserta Didik

Problem psikologis berupa fobia dapat disebabkan oleh faktor dalam diri maupun faktor lingkungan. Faktor dari dalam diri yaitu usia dan temperamen. Masuk usia remaja sering dihadapkan pada potensi mengalami fobia. Orang dengan temperamen sensitif mudah menerima rangsangan takut sehingga muncul fobia.¹⁴ Orang yang suka mengevaluasi dirinya sendiri, atau orang lain, atau situasi, orang tersebut secara tidak masuk akal dalam membesarkan hal negatifnya dan juga mengecilkan hal positifnya. Faktor lingkungan dapat menyebabkan fobia karena kata-kata baik dari lingkungan luar (teman, guru, dan lain-lain) maupun lingkungan dalam (lingkungan keluarga seperti adik) sangatlah dapat membuat permasalahan emosi, permasalahan kecemasan, hingga bisa saja permasalahan fobia.¹⁵

Haye (1993) mengatakan bahwa faktor penyebab dari depresi antara lain adalah adanya tujuan-tujuan yang tidak tercapai yang menyebabkan kekecewaan serta adanya kegagalan yang menyebabkan kurangnya penghargaan terhadap diri. Gilbert (dalam Feltham & Horton 2006) mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan depresi antara lain berhubungan dengan ekonomi. Anak-anak dan remaja yang besar dengan

¹⁴ Mayo Clinic, <http://www.mayoclinic.org>, diakses pada 6 Juni 2016

¹⁵ Judith S. Beck, *Cognitive-Behavior Therapy: Basics and Beyond*, (Newyork: TheGuilford Press, 2011), Ed. 2, hlm 181.

orang tua yang depresi juga cenderung akan terpengaruh perkembangan secara sosial dan intelektualnya.

Depresi dapat timbul karena beberapa faktor, baik faktor dari dalam maupun dari luar individu. Keadaan depresi didominasi oleh perasaan kehilangan, rasa bersalah dan ada perasaan ambivalen antara cinta dan benci. Ambivalensi dari depresi ada dua, yaitu :

- a. Marah dan benci terhadap objek cinta yang hilang karena persepsi tentang dirinya yang ditinggalkan atau ditolak.
- b. Rasa bersalah karena keyakinannya bahwa dirinya telah gagal merespon secara tepat dan sesuai terhadap objek cinta yang hilang.

B. Pembelajaran Membaca Al-Qur' an

1. Pengertian Pembelajaran

Beberapa pengertian pembelajaran dikemukakan oleh para ahli sebagai berikut:

- a. “Pembelajaran adalah seperangkat acara peristiwa eksternal yang dirancang untuk mendukung terjadinya proses belajar yang sifatnya internal”.
- b. “Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik”¹⁶
- c. Djahiri dalam Kunandar menyatakan bahwa “Pembelajaran adalah proses keterlibatan seluruhan atau sebagian besar potensi diri peserta didik (fisik dan non fisik) dan kebermaknaanya bagi diri dan kehidupannya saat ini dan di masa yang akan datang (*life skill*)”¹⁷
- d. “ Pembelajaran adalah kegiatan belajar peserta didik dalam mencapai suatu tujuan

¹⁶ Nazarudin, *Manajemen Pembelajaran* (Jogjakarta: Sukses Offset, 2007). hal. 162.

¹⁷ Kunandar, *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses dalam Sertifikasi Guru*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007). Hal. 287.

pembelajaran”¹⁸

Dengan demikian pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu peristiwa atau situasi yang sengaja dirancang dalam rangka membantu dan mempermudah proses belajar dengan harapan dapat membangun kreativitas peserta didik. Dari pengertian tentang problematika dan pembelajaran yang telah disebutkan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian problematika pembelajaran adalah kendala atau persoalan dalam proses belajar mengajar yang harus dipecahkan agar tercapai tujuan yang maksimal.

2. Pengertian Membaca Al-Qur'an

Membaca adalah melihat tulisan dan mengerti atau dapat melesankan apa yang tertulis itu, mengucapkan (doa)¹⁹. Dalam bahasa Arab kata membaca diambil dari kata *qaraa*²⁰, kata tersebut mempunyai beberapa alternatif makna, antara lain membaca, menelaah/mempelajari, mengumpulkan, melahirkan, dan sebagainya.

Membaca Al-Qur'an merupakan ibadah bagi orang yang membacanya. Disamping itu juga bahwa Al-Qur'an sebagai nama kalam Allah, itu menunjukkan bahwa terjaganya dan terpeliharanya Al-Qur'an dari turunnya sampai hari kiamat nanti oleh karena dibaca.

Menurut suatu riwayat dari Sayyidina Ali. r.a yang dimaksud tartil ialah memperbaiki atau memperindah bacaan huruf hijiyah yang terdapat di dalam Al-Qur'an, dan mengerti hukum-hukum *ibda* dan *waqaf*.²¹

Dalam membaca Al-Qur'an ada dua hal yang perlu dikuasai, yakni ilmu *qiro'at* dan ilmu *tajwid*. Perbedaan antara *Qiro'at* dengan *tajwid* adalah, *Qiro'at* yaitu cara

¹⁸ Sabri, Ahmad. 2005. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Quantum Theaching. Hal . 33

¹⁹*Ibid*, hal. 345

²⁰ Ahmad Warson Munawwir, *Al Munawwir Kamus Arab – Indonesia*, (Yogyakarta: Unit Pengadaan Buku-buku Ilmiah Keagamaan Pondok Pesantren "Al-Munawwir" Krapyak Yogyakarta), hal. 1184

²¹ Ahmad Munir dan Sudarsono, *Ilmu Tajwid Dan Seni Baca Al-Qur'an*(Jakarta : Rineka Cipta, 1994) Hal 9.

pengucapan lafaz-lafaz Al-Qur'an yang berkenan dengan substansi lafaz kalimat, ataupun dialek kebahasaan. Sedangkan *tajwid* yaitu kaidah-kaidah yang bersifat teknis dalam upaya memperindah bacaan Al-Qur'an dengan membunyikan huruf-huruf Al-Qur'an tersebut sesuai dengan *Makhraj* serta sifat-sifatnya²².

Qira'at Al-Qur'an di peroleh berdasarkan periwayatan dari Nabi Saw, baik secara *Fi'liyah* maupun secara *taqririyah*. *Qira'at* Al-Qur'an adakalanya hanya memiliki satu versi *Qira'at* dan adakalanya memiliki beberapa versi *Qira'at*. Misalnya: berbeda harakat atau syakal berubah makna akan tetapi bentuk tulisanya tidak berubah²³.

Dr. Quraish Shihab dalam bukunya yang berjudul *Wawasan Al-Qur'an* memaknai *qara'a* selain berarti membaca teks, juga dimaknai menghimpun. Menurut beliau kata *qara'a* terambil dari akar kata yang berarti menghimpun, dari kata menghimpun kemudian lahir aneka ragam makna, seperti menyampaikan, menelaah, mendalami, meneliti, mengetahui ciri-ciri sesuatu, dan membaca baik teks tertulis atau tidak²⁴.

Dalam menafsirkan surat al-'Alaq 1 – 5 beliau meninjau lebih dalam pengertian membaca (*qara'a*):

“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang telah menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari 'alaq”.

“Bacalah, dan Tuhanmulah yang paling Pemurah, Yang mengajarkan manusia dengan pena. Dia mengajarkan kepada manusia apa yang belum diketahuinya”
(QS. Al'Alaq :1-5)

Perintah *iqra'* dalam ayat pertama tersebut berarti bacalah, telitilah, dalamilah, ketahuilah ciri-ciri sesuatu, bacalah alam, bacalah tanda-tanda zaman, sejarah, diri sendiri, yang tertulis dan tidak tertulis. objek perintah *iqra'* mencakup segala sesuatu yang dapat dijangkaunya.

²²*Ibid*, hal 118

²³ Hasanudin A.F, *Anatomi Al-Qur'an: Perbedaan Qira'at Dan Pengaruhnya Terhadap Istimbath Hukum Dalam Al-Qur'an*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 1995) hal.114

²⁴ Dr. M. Quraish Shihab, M.A., *Wawasan Al-Qur'an Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung, Mizan, 1998), hal. 5

Pengulangan perintah *iqra'* pada ayat pertama dan ketiga, menurut beliau, bukan sekedar menunjukkan bahwa kecakapan membaca dapat diperoleh dengan mengulang-ulang bacaan, atau membaca dilakukan sampai mencapai batas semaksimal mungkin, tetapi juga untuk mengisyaratkan bahwa mengulang-ulang bacaan *Bismi Rabbika* (demi karena Allah) akan menghasilkan pengetahuan dan wawasan baru walaupun yang dibaca sama.

Lebih lanjut beliau menerangkan bahwa mengulang-ulang membaca ayat Al-Qur'an menimbulkan penafsiran baru, pengembangan gagasan, dan menambah kesucian jiwa serta kesejahteraan batin. Berulang-ulang membaca alam raya, membuka tabir rahasianya dan memperluas wawasan serta menambah kesejahteraan lahir. Ayat Al-Qur'an yang kita baca dewasa ini tak sedikitpun berbeda dengan ayat Al-Qur'an yang dibaca Rasul dan generasi terdahulu. Alam rayapun demikian, namun pemahaman, penemuan rahasianya, serta limpahan kesejahteraan-Nya terus berkembang, dan itulah pesan yang dikandung dalam *Iqra' wa Rabbukal akram* (Bacalah dan Tuhanmulah yang paling pemurah). Atas kemurahan-Nyalah kesejahteraan demi kesejahteraan tercapai.

3. Kemampuan Membaca Al-Qur'an

Kemampuan berasal dari kata "mampu" yang mendapat awalan "ke" dan akhiran "an", sehingga menjadi kata benda abstrak "kemampuan" yang mempunyai arti kesanggupan atau kecakapan²⁵. Yang di maksud kemampuan dalam tulisan ini adalah kesanggupan atau kecakapan yang berkaitan dengan ketrampilan membaca Al-Qur'an dengan baik dan benar.

Kriteria untuk dapat menetapkan apakah berhasil tidaknya suatu pengajaran secara umum dapat dilihat dari dua segi, yakni kriteria ditinjau dari sudut proses pengajaran itu sendiri atau criteria yang ditinjau dari sudut hasil atau produk belajar yang dicapai peserta

²⁵ W. J. S Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), hal. 628

didik. Dari segi proses pembelajaran dikatakan berhasil dan berkualitas apabila seluruhnya atau setidaknya sebagian besar (75%) peserta didik terlibat secara aktif, baik fisik, mental, maupun sosial dalam proses pembelajaran, disamping menunjukkan kegairahan yang tinggi, semangat belajar yang besar dan rasa percaya pada diri sendiri. Sedang dari segi hasil, proses pembelajaran dikatakan berhasil apabila terjadi perubahan perilaku yang positif pada diri peserta didik seluruhnya atau setidaknya sebagian besar (75%).²⁶

Kemampuan membaca Al-Qur'an yang dimaksud adalah kemampuan atau keterampilan membaca Al-Qur'an yang meliputi 3 komponen yaitu :

a. Identifikasi huruf

Maksudnya adalah cara belajar membaca Al-Qur'an yang pertama wajib diketahui anak adalah membaca huruf-huruf hijaiyah dan dapat melafalkan dengan terang dan jelas sehingga ketika membaca Al-Qur'an bisa fasih.

b. Makharijul huruf

Dalam membaca Al-Qur'an sebaiknya anak terlebih dahulu mampu membedakan bunyi huruf hijaiyah yang hampir sama, yaitu sesuai dengan tempat keluarnya huruf. *Mahraj* adalah tempat keluar huruf hijaiyah²⁷, yang berkaitan dengan pengucapan huruf-huruf Al-Qur'an secara benar dan jelas.

Contohnya: dua bibir, tenggorokan, pangkal tenggorokan, pangkal tenggorokan dan lain sebagainya.

c. Tajwid

Tajwid menurut bahasa berarti *at-tahsin* atau membaguskan sedangkan menurut

²⁶ E. Mulyasa, *Implementasi Kurikulum 2004*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006), hal.89.

²⁷ Dt. Tombok Alam, *Ilmu tajwid*, (Jakarta : Amzah, 2009), hal. 12

istilah yaitu mengucapkan setiap huruf-huruf Al-Qur'an sersuai dengan makhrajnya menurut sifat-sifat huruf yang mesti diucapkan, baik berdasarkan sifat asalnya maupun berdasarkan sifat-sifatnya yang baru. Sedangkan ilmu tajwid ialah ilmu pengetahuan cara baca Al-Qur'an dengan baik tertib menurut *makhraj*-nya, panjang pendeknya, tebal tipisnya, berdengung atau tidaknya, irama dan nadanya secara benar dan tartil.

Ketiga komponen tersebut disatukan dan disajikan sebagai alat ukur kesempurnaan dalam membaca Al-Qur'an. Masing-masing komponen berisi indikator secara bertingkat menunjukkan adanya penguasaan keterampilan dalam makhraj, tajwid dan kelancaran dalam membaca.

4. Metode Pembelajaran Membaca Al-Qur'an

Ada sejumlah metode yang dapat diterapkan dalam pembelajaran membaca Al-Qur'an di antaranya yaitu: metode qiroati, al-Barqi, Iqro', Insani, Tartila seperti diuraikan di bawah ini.

- a. Metode Qiraati adalah suatu model dalam belajar membaca Al-Qur'an yang secara langsung (tanpa dieja) dan menggunakan atau menerapkan pembiasaan membaca tartil sesuai dengan kaidah tajwid. Membaca Al-Qur'an secara langsung atau tanpa dieja, maksudnya adalah huruf yang ditulis dalam bahasa Arab dibaca secara langsung tanpa diuraikan cara melafalkannya.²⁸
- b. Metode Iqro' adalah metode pembelajaran membaca huruf-huruf hijaiyah dari permulaan dengan disertai aturan bacaan, tanpa makna dan tanpa lagu dengan tujuan agar pebelajar dapat membaca Al-Qur'an sesuai dengan kaidahnya. Huruf-huruf hijaiyah yang dimaksud adalah huruf Arab dimulai dari Alif () sampai huruf Ya (

²⁸ Supardi. *Perbandingan Membaca Al-Qur'an bagi Pebelajar Pemula di TKA/TPQ Masjid Quba dan Masjid al-Amin Burengan Malang*. Tesis tidak diterbitkan. Malang: PPS UM, 2004.

) yang berjumlah 30 huruf.²⁹

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Problema Psikologis dalam Membaca Al-Qur'an

Faktor-faktor yang mempengaruhi problem membaca Al-Qur'an, merupakan faktor yang melingkupi internal dan eksternal. Faktor-faktor ini mengarah pada sebab-sebab munculnya problem psikologis dalam membaca Al-Qur'an. Problem psikologis yang muncul di antaranya yaitu fobia, obsesif dan depresi. Problem dalam membaca Al-Qur'an yang biasa ditemukan yaitu fobia atau kecemasan dan depresi serta faktor psikologis lain.

1. Faktor kecemasan.

Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya.³⁰Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan.³¹

Beberapa penyebab dari kecemasan menurut Zakiyah Daradjat yaitu :

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran. Misalnya takut akan dimarahi guru, takut akan diejek teman. Sesuatu yang mengancam belum terjadi tetapi hanya ada di dalam pikiran.
- b. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai

²⁹ Humam, A. *Cara Cepat Membaca Al Qur'an*. Yogyakarta: Balai Litbang LPTQ Nasional dan Team Tadarus AMM, 2000.

³⁰ Sutardjo Wiramihardja. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama, 2005, 66

³¹ Siti Sundari, *Kearah Memahami Kesehatan Mental*. Yogyakarta: PPB FIP UNY, 2004, 62

- gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.³²

2. Faktor depresi

Seperti diuraikan di atas, depresi merupakan bentuk gangguan suasana hati yang mempengaruhi kepribadian seseorang. Depresi juga merupakan perasaan sinonim dengan perasaan sedih, murung, kesal, tidak berharga, tidak bahagia dan menderita. Menurut Freud dalam teori psikodinamikanya, penyebab depresi adalah faktor psikososial yaitu kehilangan objek yang dicintai.³³ Ada sejumlah faktor psikososial yang diprediksi sebagai penyebab munculnya masalah, yaitu hilangnya peranan sosial, hilangnya otonomi, kematian teman atau sanak saudara, penurunan kesehatan, peningkatan isolasi diri, keterbatasan finansial, dan penurunan fungsi kognitif.³⁴

Faktor psikososial meliputi penurunan percaya diri, kemampuan untuk mengadakan hubungan intim, penurunan jaringan sosial, kesepian, perpisahan, kemiskinan dan penyakit fisik. Faktor psikososial yang mempengaruhi depresi meliputi: peristiwa kehidupan dan stressor lingkungan, kepribadian, psikodinamika, kegagalan yang berulang, teori kognitif dan dukungan sosial.³⁵ Teori kognitif menyebutkan bahwa apabila ada interpretasi yang keliru terhadap sesuatu, menyebabkan distorsi pikiran menjadi negatif tentang pengalaman

³² Kholil Lur Rochman. Kesehatan Mental. Purwokerto: Fajar Media Press, 2010, hlm 167

³³ Kaplan, H.I.; Saddock, B.J.; Grebb, J.A. Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Jilid Satu. Jakarta : Bina Rupa Aksara, 2010.

³⁴Op.Cit. Kaplan et al.

³⁵Ibid

hidup, penilaian diri yang negatif, pesimisme dan keputusasaan. Pandangan yang negatif tersebut menyebabkan perasaan depresi.

3. Faktor psikologis lainnya

a. Intelegensi yang rendah

Intelegensi adalah kesanggupan untuk menyesuaikan diri kepada kebutuhan baru, dengan menggunakan alat-alat berpikir yang sesuai dengan tujuannya.³⁶ Mereka yang memiliki inteligensi rendah akan mengalami keterlambatan dalam belajar (slow learner). Dalam dunia pendidikan mengetahui IQ berimplikasi penting dalam memberikan perlakuan yang berbeda pada masing-masing kemampuan secara adil. Anak yang memiliki inteligensi rendah sehingga kemampuan belajarnya sangat terbatas memerlukan program khusus yang memungkinkan mereka belajar dengan beban dan kecepatan yang disesuaikan dengan kemampuan mereka.

b. Perhatian

Perhatian merupakan keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju kepada suatu objek atau benda-benda atau sekumpulan objek. Proses timbulnya perhatian ada dua cara, yaitu perhatian yang timbul dari keinginan (*volitional attention*) dan bukan dari keinginan atau tanpa kesadaran kehendak (*non volitional attention*).³⁷

c. Sikap negatif

Sikap adalah gejala internal yang berdimensi afektif berupa kecenderungan untuk mereaksi atau merespon dengan cara yang relatif tetap terhadap objek orang, barang dan sebagainya baik secara positif maupun negatif.

d. Bakat

³⁶Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), hlm. 52

³⁷Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Integrasi Dan Kompetensi* (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 129-130

Bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang. Hendaknya orangtua tidak memaksakan anaknya untuk menyekolahkan anaknya ke jurusan tertentu tanpa mengetahui bakat yang dimiliki anaknya. Peserta didik yang tidak mengetahui bakatnya, sehingga memilih jurusan yang bukan bakatnya akan berpengaruh buruk terhadap kinerja akademik atau prestasi belajarnya.³⁸

e. Minat

Minat adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Peserta didik yang menaruh minat besar terhadap kesenian akan memusatkan perhatiannya lebih banyak daripada yang lain. Pemusatan perhatian itu memungkinkan peserta didik untuk belajar lebih giat dan mencapai prestasi yang diinginkan.³⁹

f. Motivasi

Motivasi belajar merupakan kekuatan, daya pendorong, atau alat pembangun kesediaan dan keinginan yang kuat dalam diri siswa untuk belajar secara aktif, kreatif, efektif, inovatif, dan menyenangkan dalam rangka perubahan perilaku, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Motivasi ada dua jenis, intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang datang secara alamiah dari diri peserta didik itu sendiri sebagai wujud adanya kesadaran diri dari lubuk hati paling dalam. Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang datangnya disebabkan faktor-faktor di luar diri peserta didik, seperti adanya pemberian nasihat dari gurunya, hadiah, kompetisi sehat antar peserta didik, hukuman dan sebagainya.⁴⁰

³⁸Muhibbin Syah, *op. cit.*, hlm. 150

³⁹E. Mulyasa, *Implementasi Kurikulum 2004 Panduan Pembelajaran KBK* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 194

⁴⁰ Nanang Hanafiah, dkk, *Konsep Strategi Pembelajaran* (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), hlm. 26-

g. Faktor kematangan fisik maupun psikis (kesiapan, kelelahan)⁴¹

1) Kematangan

Kematangan merupakan suatu tingkatan atau fase dalam pertumbuhan seseorang, di mana seluruh organ-organ biologisnya sudah siap untuk melakukan kecakapan baru. Anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar. Belajar akan lebih berhasil apabila anak sudah siap (matang) untuk belajar. Dalam konteks proses pembelajaran kesiapan untuk belajar sangat menentukan aktivitas belajar peserta didik.

2) Kesiapan

Kesiapan atau *readiness* merupakan kesediaan untuk memberi respons atau bereaksi. Kesediaan itu datang dari dalam diri peserta didik dan juga berhubungan dengan kematangan. Kesiapan amat perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika peserta didik belajar dengan kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

3) Kelelahan

Kelelahan ada dua macam, yaitu kelelahan jasmani (fisik) dan kelelahan rohani (*psikis*). Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan muncul kecenderungan untuk membaringkan tubuh (beristirahat). Sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk berbuat sesuatu termasuk belajar menjadi hilang.

D. Perkembangan Psikologis Anak Usia SMP

1. Perkembangan Fisik

Pada umumnya, umur para peserta didik SMP di Indonesia adalah berkisar antara 12/13 tahun sampai dengan 15/18 tahun. Suatu usia, menurut Hurlock para peserta didik

⁴¹Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Integrasi Dan Kompetensi* (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 135-137

SMP berada pada tahap “masa puber atau pra-masa remaja” (10 tahun sampai dengan 14 tahun) dan akan memasuki tahap “masa remaja”(13 tahun sampai dengan 18 tahun)⁴². Masa tersebut merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak yang ceria dan penuh permainan ke arah masa remaja dan dewasa yang penuh tanggung jawab. Masa tersebut merupakan masa yang paling sulit bagi sebagian peserta didik.

Karenanya, masa puber merupakan tahap peralihan yang sangat penting yang akan sangat menentukan berhasil tidaknya proses pembelajaran dan pendidikan para peserta didik SMP. Kata “*pubertas*” sendiri berasal dari kata Latin yang berarti “*usia kedewasaan*”. Namun pengertian tersebut lebih mengacu pada perubahan fisik saja. Hal itu di antaranya ditandai dengan munculnya haid pada anak perempuan dan sebagian pria sudah mulai memproduksi sperma (mimpi basah).

⁴² Elizabeth Hurlock,” *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*”, Ed Kelima, (Jakarta : Erlangga, 1996) hal. 14

2. Perkembangan Emosi

Emosi pada remaja masih labil, karena erat hubungannya dengan keadaan hormon⁴³. Mereka belum bisa mengontrol emosi dengan baik. Dalam satu waktu mereka akan kelihatan sangat senang sekali tetapi mereka tiba-tiba langsung bisa menjadi sedih atau marah. Contohnya pada remaja yang baru putus cinta atau remaja yang tersinggung perasaannya. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka daripada pikiran yang realistis. Saat melakukan sesuatu mereka hanya menuruti ego dalam diri tanpa memikirkan resiko yang akan terjadi.

3. Perkembangan Moral

Masa remaja adalah periode dimana seseorang mulai bertanya-tanya mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan sekitarnya sebagai dasar bagi pembentukan nilai diri mereka. Elliot Turiel menyatakan bahwa para remaja mulai membuat penilaian tersendiri dalam menghadapi masalah-masalah populer yang berkenaan dengan lingkungan mereka⁴⁴, misalnya: politik, kemanusiaan, perang, keadaan sosial, dan sebagainya. Remaja tidak lagi menerima hasil pemikiran yang kaku, sederhana, dan absolut yang diberikan pada mereka selama ini tanpa bantahan. Remaja mulai mempertanyakan keabsahan pemikiran yang ada dan mempertimbangan lebih banyak alternatif lainnya. Secara kritis, remaja akan lebih banyak melakukan pengamatan keluar dan membandingkannya dengan hal-hal yang selama ini diajarkan dan ditanamkan kepadanya. Sebagian besar para remaja mulai melihat adanya “kenyataan” lain di luar dari yang selama ini diketahui dan dipercayainya. Ia akan melihat bahwa ada banyak aspek dalam melihat hidup dan beragam jenis pemikiran yang lain. Baginya dunia menjadi lebih luas dan seringkali membingungkan, terutama jika ia terbiasa dididik

⁴³ Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya. Hal. 23

⁴⁴Ibid, hal 76

dalam suatu lingkungan tertentu saja selama masa kanak-kanak.

Kemampuan berpikir dalam dimensi moral (moral reasoning) pada remaja berkembang karena mereka mulai melihat adanya kejanggalan dan ketidak seimbangan antara yang mereka percayai dahulu dengan kenyataan yang ada di sekitarnya⁴⁵. Mereka lalu merasa perlu mempertanyakan dan merekonstruksi pola pikir dengan “kenyataan” yang baru. Perubahan inilah yang seringkali mendasari sikap "pemberontakan" remaja terhadap peraturan atau otoritas yang selama ini diterima bulat-bulat. Misalnya, jika sejak kecil pada seorang anak diterapkan sebuah nilai moral yang mengatakan bahwa korupsi itu tidak baik. Pada masa remaja ia akan mempertanyakan mengapa dunia sekelilingnya membiarkan korupsi itu tumbuh subur bahkan sangat mungkin korupsi itu dinilai baik dalam suatu kondisi tertentu. Hal ini tentu saja akan menimbulkan konflik nilai bagi sang remaja. Konflik nilai dalam diri remaja ini lambat laun akan menjadi sebuah masalah besar, jika remaja tidak menemukan jalan keluarnya. Kemungkinan remaja untuk tidak lagi mempercayai nilai-nilai yang ditanamkan oleh orangtua atau pendidik sejak masa kanak-kanak akan sangat besar jika orangtua atau pendidik tidak mampu memberikan penjelasan yang logis, apalagi jika lingkungan sekitarnya tidak mendukung penerapan nilai-nilai tersebut.

Peranan orangtua atau pendidik amatlah besar dalam memberikan alternatif jawaban dari hal-hal yang dipertanyakan oleh putra-putri remajanya. Orangtua yang bijak akan memberikan lebih dari satu jawaban dan alternatif supaya remaja itu bisa berpikir lebih jauh dan memilih yang terbaik. Orangtua yang tidak mampu memberikan penjelasan dengan bijak dan bersikap kaku akan membuat sang remaja tambah bingung. Remaja tersebut akan mencari jawaban di luar lingkaran orangtua dan nilai yang dianutnya. Ini bisa menjadi berbahaya jika “lingkungan baru” memberi jawaban yang

⁴⁵Ibid, hal 45

tidak diinginkan atau bertentangan dengan yang diberikan oleh orangtua. Konflik dengan orangtua mungkin akan mulai menajam.

4. Perkembangan Sosial

Sebagai makhluk sosial, individu dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku.

Oleh karena itu setiap individu dituntut untuk menguasai ketrampilan-ketrampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitarnya. Ketrampilan-ketrampilan tersebut biasanya disebut sebagai aspek psikososial. Ketrampilan tersebut harus mulai dikembangkan sejak masih anak-anak, misalnya dengan memberikan waktu yang cukup buat anak-anak untuk bermain atau bercanda dengan teman-teman sebaya, memberikan tugas dan tanggungjawab sesuai perkembangan anak, dan sebagainya. Dengan mengembangkan ketrampilan tersebut sejak dini maka akan memudahkan anak dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan berikutnya sehingga ia dapat berkembang secara normal dan sehat.

Ketrampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri menjadi semakin penting manakala anak sudah menginjak masa remaja. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja individu sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas dimana pengaruh teman-teman dan lingkungan sosial akan sangat menentukan. Kegagalan remaja dalam menguasai ketrampilan-ketrampilan sosial akan menyebabkan dia sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif (misalnya asosial ataupun anti sosial), dan bahkan dalam perkembangan yang lebih ekstrim bisa menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, tindakan kekerasan, dan sebagainya.

Berdasarkan kondisi tersebut diatas maka amatlah penting bagi remaja untuk dapat mengembangkan ketrampilan-ketrampilan sosial dan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Permasalahannya adalah bagaimana cara melakukan hal tersebut dan aspek-aspek apa saja yang harus diperhatikan.

Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja yang berada dalam fase perkembangan masa remaja madya dan remaja akhir adalah memiliki ketrampilan sosial (social skill) untuk dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari. Ketrampilan-ketrampilan sosial tersebut meliputi kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri & orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan dari orang lain, memberi atau menerima feedback, memberi atau menerima kritik, bertindak sesuai norma dan aturan yang berlaku, dan sebagainya. Apabila keterampilan sosial dapat dikuasai oleh remaja pada fase tersebut maka ia akan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Hal ini berarti pula bahwa sang remaja tersebut mampu mengembangkan aspek psikososial dengan maksimal. Jadi tidak mengherankan jika pada masa ini remaja mulai mencari perhatian dari lingkungannya dan berusaha mendapatkan status atau peranan, misalnya mengikuti kegiatan remaja dikampung dan dia diberi peranan dimana dia bisa menjalankan peranan itu dengan baik. Sebaliknya jika remaja tidak diberi peranan, dia akan melakukan perbuatan untuk menarik perhatian lingkungan sekitar dan biasanya cenderung ke arah perilaku negatif.

Salah satu pola hubungan sosial remaja diwujudkan dengan membentuk satu kelompok. Remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik pada kelompok sebayanya sehingga tidak jarang orang tua dinomorduakan, sedangkan kelompoknya dinomorsatukan. Contohnya, apabila seorang remaja dihadapkan pada suatu pilihan untuk mengikuti acara keluarga dan berkumpul dengan teman-teman, maka dia akan lebih memilih untuk pergi dengan teman-teman.

Pola hubungan sosial remaja lain adalah dimulainya rasa tertarik pada lawan jenisnya dan mulai mengenal istilah pacaran. Jika dalam hal ini orang tua kurang mengerti dan melarangnya maka akan menimbulkan masalah sehingga remaja cenderung akan bersikap tertutup pada orang tua mereka. Anak perempuan secara biologis dan karakter lebih cepat matang daripada anak laki-laki.

E. Kerangka Pikir

Pembelajaran membaca Al-Qur'an merupakan bagian dari pembelajaran Agama Islam. Membaca Al-Qur'an berbeda dengan membaca tulisan pada kitab lain karena di dalam membaca Al-Qur'an ada sejumlah aturan yang harus diikuti seperti ucapan, panjang pendek ucapan, dan tanda baca-tanda baca lainnya.

Pembelajaran agama Islam di SMP Negeri pada umumnya sangat sedikit yaitu hanya tiga jam pelajaran dalam seminggu. Ketika dihadapkan pada peserta didik yang belum lancar membaca Al-Qur'an, maka waktu belajar yang sangat terbatas tersebut tidak cukup untuk memberikan bimbingan intensif bagi siswa yang belum lancar membaca. Namun demikian, pembelajaran membaca Al-Qur'an tetapi diberikan pada peserta didik dengan memanfaatkan waktu di luar jam pelajaran Pendidikan Agama Islam, di antaranya dengan mengadakan kegiatan membaca Al-Qur'an pada hari-hari tertentu secara rutin sebelum kegiatan pembelajaran di mulai.

Peserta didik yang belum lancar membaca karena tidak terbiasa membaca, kurang paham tajwid maupun harakat tentu menghadapi masalah-masalah psikologis seperti khawatir, takut, berusaha menghindari kegiatan membaca Al-Qur'an, malas, dan bosan. Berbagai problem psikologis ini perlu dikenali dengan baik oleh pendidik sehingga pendidik dapat lebih bijaksana dalam memberikan bimbingan membaca Al-Qur'an.

Gambar 1. Kerangka Pikir



