

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlangsung di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta. Madrasah ini berlokasi di Jalan Dagen 82 Yogyakarta, dan posisinya berada tepat di pinggir utara Jalan Dagen dan sebelah timur jalan searah menuju Stasiun Tugu. Lokasi madrasah berada di pusat keramaian kota. Dari sisi timur, madrasah ini berjarak sekitar 300 m dengan Malioboro, dari sebelah utara berjarak sekitar 300 m dengan Stasiun Tugu, dan dari sebelah selatan berjarak sekitar 300 m dari wisata kuliner dan oleh-oleh Patuk. Di sekeliling lokasi madrasah menjulang tinggi hotel-hotel dan pertokoan.

1. Sejarah Singkat MTs Muhammadiyah Gedongtengen

MTs Muhammadiyah Gedongtengen berdiri sebagai sekolah lanjutan yang sederajat dengan Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada bulan April Tahun 1978. Pada awalnya lembaga pendidikan ini merupakan Pendidikan Guru Agama (PGA) enam tahun. Setelah pemerintah mengeluarkan regulasi yang mengatur kembali tingkatan pendidikan di Indonesia, sekolah-sekolah keguruan seperti SPG (Sekolah Pendidikan Guru), SGO (sekolah Guru Olah raga), dan PGA (Pendidikan Guru Agama) mulai disejajarkan dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) dan

bermetamorfosis menjadi SMA, Madrasah Aliyah (MA) atau SMK (Sekolah Menengah Kejuruan).

Bersamaan dengan regulasi pemerintah tersebut, PGA enam tahun di Gedongtengen berubah menjadi MTs-MA Muhammadiyah Gedongtengen, statusnya sebagai sekolah swasta setingkat SMP yang berada di lingkungan kerja Departemen Agama Kota Yogyakarta. Dalam penyelenggaraan kebijakan, madrasah ini menjadi lembaga pendidikan swasta yang dikelola oleh Persyarikatan Muhammadiyah di bawah Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmen) Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.

Di dalam tahap awal perkembangannya, MTs Muhammadiyah Gedongtengen merupakan madrasah dengan nama MTs-MA Muhammadiyah Gedongtengen yang berlokasi di wilayah Kemetiran, bersebelahan dengan toko elektronik at-Takrib. Nama ini dinisbatkan kepada penyatuan dua jenjang pendidikan antara Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan Madrasah Aliyah (MA) dengan pimpinan satu kepala Madrasah. Kondisi ini berlangsung dari tahun pendiriannya (1978) sampai dengan tahun 2012. Sejak madrasah pindah ke Jalan Dagen 82, MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta menjadi madrasah yang berdiri sendiri, baik dari sisi kepemilikan gedung maupun penyelenggaraan Ujian Nasional.

Sejak ditetapkan sebagai MTs-MA Muhammadiyah Gedongtengen dan berpindah lokasi di Jalan Dagen, Departemen Agama telah menerima usulan dari Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah untuk pengangkatan Kepala Madrasah. Kepala madrasah ini menjabat sebagai kepala Madrasah Tsanawiyah dan Kepala Madrasah Aliyahnya. Kepala Madrasah yang tercatat memimpin madrasah ini sampai sebelum dipisah sesuai jenjangnya, terdiri dari Drs Muhsin (1998 – 2003), H. Daelan M. Zuhri (2003 – 2008), Hj. Sukarni, SH (2009 – 2012).

Setelah tahun 2012, MTs Muhammadiyah Gedongtengen menjadi madrasah yang berdiri sendiri, terpisah dari MA Muhammadiyah Gedongtengen. Hal ini dilatarbelakangi oleh antusiasme masyarakat yang semakin baik untuk menitipkan putra-putrinya di madrasah tersebut. Dengan demikian, jumlah ruangan sudah tidak mampu mengakomodasi jumlah siswa. Dengan adanya koordinasi dan audiensi madrasah kepada Majelis Dikdasmen PDM Kota Yogyakarta, MA Muhammadiyah Gedongtengen dimandirikan kembali di Jalan Wahid Hasyim Yogyakarta.

MTs Muhammadiyah Gedongtengen memiliki visi sebagai lembaga pendidikan yang unggul dan Islami. Sesuai dengan visinya, MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta memiliki misi untuk mencetak siswa yang berprestasi, menciptakan iklim semangat kerja guru dan karyawan, serta aktif dalam kompetisi keilmuan. Penyelenggaraan pendidikan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen menggunakan

kurikulum nasional, kurikulum Kementerian Agama, dan Dikdasmen PWM Muhammadiyah DIY.

Madrasah ini memiliki kekhasan tersendiri, terutama dalam prinsip pembelajaran harian yang dikemas dengan istilah pembelajaran berbasis kasih sayang.¹ Istilah ini muncul mengingat input siswa madrasah yang berasal dari keluarga tidak mampu, bahkan keluarga *broken home*. Madrasah ini berinisiatif menjadi bengkel akhlak dan wadah untuk menolong anak-anak tidak mampu agar tetap sekolah di lembaga pendidikan Islam sesuai dengan aqidah dan agama mereka.

2. Letak Geografis dan Lingkungan Madrasah

Secara geografis, MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta berada di sebelah barat Jalan Malioboro, sebelah timur Jalan Letjen Suprpto. Madrasah ini berada di pusat keramaian kota. Beberapa situs wisata dan ruang publik cukup dekat dengan madrasah ini, seperti Taman Pintar Yogyakarta, Jogja National Museum, Malioboro, Alun-alun Utara, Stasiun Tugu, pusat kuliner dan oleh-oleh Patuk.

Akses jalan menuju madrasah ini tidak mudah dijangkau oleh kendaraan umum, sebab Jalan Dagen dan Jalan Gandekan yang mengapit madrasah ini merupakan jalan searah. Akses termudah hanya dapat dijangkau dengan Transjogja atau sepeda.

Secara geografis, madrasah ini berada di lokasi yang cukup istimewa mengingat di sekeliling madrasah terdapat hotel-hotel umum dan

¹ Disampaikan Bp. H. Daelan M. Zuhri (Mantan Kamad MTs Muh. Gedongtengen tahun 2007).

pertokoan. Di lihat dari sudut pandang lokasi perkotaan, madrasah ini berada di pusa peradaban Yogyakarta. Akan tetapi, jika dilihat dari lingkungan sekitar dengan hingar bingarnya kehidupan touris, bisnis dan perdagangan, madrasah ini memiliki tantangan besar untuk tegak dan berdiri sebagai media dakwah dan membentuk siswa berakhlakul karimah.

3. Visi, Misi, dan Tujuan Pendidikan Madrasah

Penyelenggaraan pendidikan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen tidak lepas dari tujuan pendidikan secara makro atau nasional. Tujuan tersebut adalah mempersiapkan peserta didik agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan peradaban dunia.

Dari tujuan secara nasional tersebut dikreasi menjadi tujuan pendidikan MTs Muhammadiyah Gedongtengen. Tujuannya adalah meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut.

Adapun Visi dari MTs Muhamadiyah Gedongtengen adalah menjadi lembaga pendidikan yang unggul, islami, dan mandiri dengan indikator visi sebagai berikut:

- a. Madrasah besifat kompetitif dalam event kompetisi sains madrasah
- b. Madrasah memiliki kultur dan pembiasaan keislaman yang baik

c. Madrasah mengelola life skill yang sesuai tantangan zaman

Dari indikator visi tersebut diturunkan menjadi misi MTs Muhamadiyah Gedongtengen dengan rincian sebagai berikut:

- a) Meningkatkan kinerja guru dan karyawan
- b) Meningkatkan motivasi belajar siswa
- c) Melatih dan mengikutisertakan siswa dalam berbagai perlombaan
- d) Membudayakan prinsip-prinsip hidup islami

Indikator dalam mewujudkan misi Islami, dengan membudayakan 5 S dalam bekerja: Syukur, Senyum, Salam, Sopan, Santun. Di samping itu, membudayakan 5 S dalam menata lingkungan madrasah, yakni:

- a) *Sort—Eliminate whatever is not needed* (Ringkas)
- b) *Straighten—Organize whatever remains* (Rapi)
- c) *Shine—Clean the work area* (Resik)
- d) *Standardize—Schedule regular cleaning and maintenance* (Rawat)
- e) *Sustain—Make 5S a way of life* (Rajin)

Dari visi dan misi yang dicanangkan madrasah, terciptalah tujuan pendidikan MTs Muhammadiyah Gedongtengen secara spesifik, yaitu:

- a) Tercapainya profesionalisme pendidik
- b) Tercapainya profesionalisme tenaga kependidikan
- c) Tercapainya kedisiplinan dan ketertiban di lingkungan madrasah
- d) Tercapainya iklim madrasah yang sehat, humanis, dan agamis.
- e) Terwujudnya lulusan yang berkualitas

Adapun indikator capaian tujuan MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta adalah sebagai berikut:

- a) Para pendidik mengelola kegiatan pembelajaran dengan tepat waktu
- b) Tenaga kependidikan bekerja dengan tepat waktu dan penuh semangat
- c) Warga madrasah mampu tertib administrasi dan bekerja tepat waktu
- d) Shalat berjama'ah dan shalat dhuha membudaya, sikap toleransi dijunjung tinggi
- e) Kelulusan siswa mencapai 100 % setiap tahun

4. Kondisi Guru dan Karyawan

Pendidik (guru) dan tenaga kependidikan (karyawan) di MTs Muhammadiyah Gedongtengen semuanya beragama Islam. Mereka berasal dari beberapa daerah yang berada di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Dari 23 jumlah guru, 10 orang sudah tersertifikasi sebagai guru profesional di bidangnya. Guru MTs Muhammadiyah Gedongtengen terdiri dari tiga jenis kepegawaian secara fungsional.

Mereka terdiri dari guru PNS, Guru Tetap Yayasan, dan Guru Honorer. Adapun karyawan yang bekerja di MTs Muhammadiyah Gedongtengen terdiri dari Karyawan Tetap Yayasan dan honorer. Guru dan karyawan MTs Muhammadiyah Gedongtengen dapat dideskripsikan melalui tabel berikut:

Tabel 4.1. Guru dan Tenaga Kependidikan MTs Muh. Gedongtengen

| No. | Aspek | Frekuensi | Prosen (%) |
|-----|---------------|-----------|------------|
| 1. | Jenis Kelamin | | |
| | Laki-Laki | 8 | 33,5 % |
| | Perempuan | 16 | 66,5 % |
| 2. | PNS | 6 | 25 % |
| 3. | NON PNS | 18 | 75% |
| 4. | Usia < 30 | 2 | 8,3% |
| 5. | Usia > 30 | 22 | 91,7% |
| | Total | | 100% |

5. Kondisi Siswa

Sejak tahun pelajaran 2012/2013, jumlah siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta mulai menggeliat naik. Hal ini dapat dicermati dari dokumen jumlah siswa yang hingga kini mencapai rata-rata 3 paralel kelas.

Tabel 4.2. Jumlah Siswa MTs Muh. Gedongtengen

| No. | Kelas | Jumlah |
|-----|-------|--------|
| 1. | VII A | 21 |
| 2. | VII B | 20 |

| | | |
|--------|--------|-----|
| 3. | VIII A | 17 |
| 4. | VIII B | 20 |
| 5. | VIII C | 20 |
| 6. | IX A | 20 |
| 7. | IX B | 20 |
| 8. | IX C | 16 |
| Jumlah | | 154 |

Dari seluruh jumlah siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, mayoritas berasal dari wilayah kota Yogyakarta. Data ini diperoleh dari pencermatan dokumentasi di TU madrasah. Sedikit sekali siswa yang berasal dari luar Kota Yogyakarta.

Berkaitan erat dengan kondisi siswa, adalah kondisi orang tua/wali siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta. Bagaimana orang tua siswa jika dilihat dari pendidikan, pekerjaan, dan penghasilannya. Dilihat dari data yang dimiliki madrasah, mayoritas berada dalam kondisi keluarga ekonomi menengah ke bawah. Mayoritas mereka memiliki KKS, KMS, KIP.

6. Sarana dan Prasarana

MTs Muhammadiyah Gedongtengen memiliki satu unit gedung berlantai tiga. Struktur bangunannya cukup kuat, terbukti ia tahan terhadap gempa Yogyakarta yang terjadi pada tahun 2006 silam. Hanya saja

madrasah ini tidak memiliki halaman, dan ruang sirkulasi yang memadai. Di lantai pertama digunakan untuk ruang-ruang operasional kependidikan, seperti ruang Kepala Madrasah, Ruang BK, Ruang TU, Ruang Tamu, Ruang Guru, Ruang Gudang, Ruang OSIS (IPM), Mushalla, dan Kantin.

Adapun di lantai dua madrasah digunakan untuk ruang-ruang kelas, laboratorium IPA, Ruang UKS, dan Ruang IT atau Komputer. Adapun lantai tiga digunakan untuk ruang-ruang kelas dan perpustakaan madrasah.

7. Kurikulum dan Pembelajaran

Pembelajaran di MTs Muhammadiyah Gedongtengen berlangsung dari pukul 07.00 sampai dengan pukul 13.40. Kegiatan pembelajarannya ada yang bersifat korikuler, ekstrakurikuler, dan pembiasaan pembentukan karakter atau siswa. Kegiatan pembelajaran yang bersifat kurikuler terdiri dari mata pelajaran berdasar pada kurikulum nasional, kurikulum kemenag, dan kurikulum dikdasmen PWM DIY dalam mata pelajaran khusus Pendidikan Kemuhammadiyah.

Sesuai dengan ciri khas lembaga pendidikan madrasah, alokasi pendidikan Agama Islam lebih banyak daripada alokasi waktu yang dimiliki Sekolah Menengah Pertama (SMP). Hal ini wajar karena ke-PAI-an saja diurai menjadi Aqidah Akhlak, Qur'an Hadits, Fikih, dan Sejarah

Kebudayaan Islam.² Ini merupakan modal besar bagi pembentukan karakter dan kristalisasi nilai-nilai agama dalam jiwa siswa.

Untuk kegiatan pembelajaran yang bersifat ekstra kurikuler, madrasah mengelola kegiatan Drumband, Tapak Suci, Hizbul Wathan, dan Futsal. Kegiatan ekstra madrasah dilaksanakan setelah kegiatan pembelajaran di kelas berakhir dengan pembina ekstra masing-masing dan hari tertentu sesuai koordinasi dengan wakaur kesiswaan. Pada dasarnya kegiatan ekstra ini meliputi pembiasaan karakter. Ada kedisiplinan, kebersamaan, saling membantu, dan menjaga sportifitas atau kejujuran dalam setiap kegiatan ekstra.³

Adapun kegiatan pembelajaran yang dialokasikan khusus untuk pembiasaan sikap spiritual, madrasah mengelola kegiatan tahfizh dan shalat berjamaah. Kegiatan tahfizh di MTs Muhammadiyah Gedongtengen menjadi program unggulan madrasah maupun majelis dikdasmen PDM Kota Yogyakarta. Siswa dibiasakan untuk berinteraksi dengan al-Qur'an. Pada saat mereka berinteraksi dengan al-Qur'an, mereka dibiasakan menjaga wudhu, menjaga kebersihan, menjaga suara atau pembicaraan yang tidak bermanfaat, serta menjaga emosi-emosi negatif seperti marah dan malas.

Kegiatan pembelajaran di MTs Muhammadiyah Gedongtengen menggunakan Kurikulum 2013 yang mengembangkan dua modus proses

² Pencermatan Dokumen KTSP madrasah, 12 Januari 2017

³ Hasil observasi kegiatan ekstra madrasah, 12 Januari 2017.

pembelajaran yaitu proses pembelajaran langsung dan proses pembelajaran tidak langsung. Proses pembelajaran langsung adalah proses pendidikan di mana peserta didik mengembangkan pengetahuan, kemampuan berpikir dan keterampilan psikomotorik melalui interaksi langsung dengan sumber belajar yang dirancang dalam silabus dan RPP berupa kegiatan-kegiatan pembelajaran.

Dalam pembelajaran langsung tersebut peserta didik melakukan kegiatan belajar mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi atau menganalisis, dan mengkomunikasikan apa yang sudah ditemukannya dalam kegiatan analisis. Proses pembelajaran langsung menghasilkan pengetahuan dan keterampilan langsung atau yang disebut dengan *instructional effect*.

Adapun pembelajaran tidak langsung adalah proses pendidikan yang terjadi selama proses pembelajaran langsung tetapi tidak dirancang dalam kegiatan khusus. Pembelajaran tidak langsung berkenaan dengan pengembangan nilai dan sikap. Berbeda dengan pengetahuan tentang nilai dan sikap yang dilakukan dalam proses pembelajaran langsung oleh mata pelajaran tertentu, pengembangan sikap sebagai proses pengembangan moral dan perilaku dilakukan oleh seluruh mata pelajaran dan dalam setiap kegiatan yang terjadi di kelas, sekolah, dan masyarakat.

Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran Kurikulum 2013, semua kegiatan yang terjadi selama belajar di sekolah dan di luar dalam

kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler terjadi proses pembelajaran untuk mengembangkan moral dan perilaku yang terkait dengan sikap. Seagaimana dalam amanat kurikulum 2013, di MTs Muhammadiyah Gedongtengen baik pembelajaran langsung maupun pembelajaran tidak langsung terjadi secara terintegrasi dan tidak terpisah.

Pembelajaran langsung berkenaan dengan pembelajaran yang menyangkut KD yang dikembangkan dari KI-3 dan KI-4. Keduanya, dikembangkan secara bersamaan dalam suatu proses pembelajaran dan menjadi wahana untuk mengembangkan KD pada KI-1 dan KI-2. Pembelajaran tidak langsung berkenaan dengan pembelajaran yang menyangkut KD yang dikembangkan dari KI-1 dan KI-2. Proses kegiatan pembelajaran di MTs Muhammadiyah Gedongtengen dapat dilihat dari studi dokumen Rencana Pelaksanaan Pembelajarannya maupun hasil observasi kegiatan pembelajaran di kelas.⁴

Dalam kegiatan pendahuluan pembelajaran di kelas, guru menyiapkan peserta didik secara psikis dan fisik untuk mengikuti proses pembelajaran, mengajukan pertanyaan-pertanyaan tentang materi yang sudah dipelajari dan terkait dengan materi yang akan dipelajari, menyampaikan garis besar cakupan materi dan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan peserta didik untuk menyelesaikan permasalahan atau tugas.

⁴ Dokumentasi dan observasi kurikulum dengan kegiatan pembelajaran, Kamis, 2 Maret 2017.

Kegiatan inti pembelajaran menggunakan metode yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik dan matapelajaran, yang meliputi proses observasi, menanya, mengumpulkan informasi, asosiasi, dan komunikasi. Dalam setiap kegiatan guru harus memperhatikan kompetensi yang terkait dengan sikap seperti jujur, teliti, kerja sama, toleransi, disiplin, taat aturan, menghargai pendapat orang lain yang tercantum dalam silabus dan RPP.

Adapun dalam kegiatan akhir pembelajaran, guru melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram, memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran, merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik, dan menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya.

8. Jenis Pembinaan Siswa dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta terdiri dari dua orang guru BK yang mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah siswa.

Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor dalam menyusun rencana pelayanan bimbingan dan konseling, melaksanakan pelayanan

bimbingan dan konseling, mengevaluasi proses dan hasil pelayanan bimbingan dan konseling serta melakukan perbaikan tindak lanjut memanfaatkan hasil evaluasi. Adapun bentuk layanan bimbingan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen terdiri dari Bimbingan Belajar, Bimbingan Pribadi, Bimbingan Sosial, Bimbingan Karir.

Bimbingan belajar dan bimbingan pribadi sangat mendominasi. Hasil studi dokumentasi dan wawancara menunjukkan bahwa mayoritas siswa mendapatkan layanan bimbingan belajar dan pribadi. Bimbingan belajar dan bimbingan pribadi identik dengan penyelesaian kasus, dan penanganan pelanggaran. Adapun untuk bimbingan sosial dan karir hanya bersifat insidental.

Untuk bimbingan belajar, Guru BK memberikan ruang untuk konsultasi atau menerima usulan dari siswa mengenai kondisi belajarnya. Guru BK akan berkoordinasi dengan bagian kurikulum untuk merealisasikan bimbingan belajar. Salah satu bentuk kerja samanya adalah pengadaan jam tambahan atau les. Secara administratif, kegiatan tersebut di bawah koordinasi waka kurikulum. Adapun guru BK membantu mengkondisikan psikis mereka agar tetap semangat dalam belajar dan selalu bersikap disiplin di madrasah.

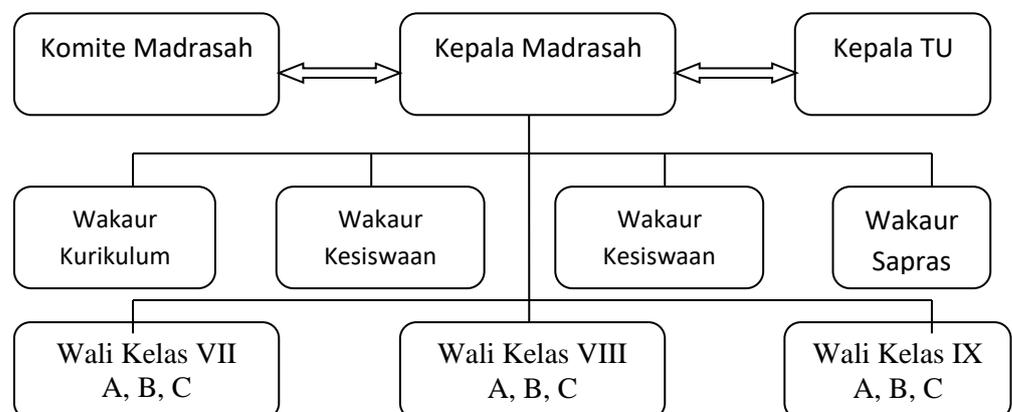
Adapun untuk bimbingan pribadi, lebih mengarah kepada penanganan kasus pelanggaran siswa di madrasah. Biasanya, guru BK berkoordinasi dengan waka kesiswaan untuk memberikan punishment melalui point-point pelanggaran yang dimiliki madrasah. Kasus yang

pernah ditangani oleh guru BK adalah perkelahian antar siswa, vandalisme (coret-corek dinding), marah dengan guru, kabur dari rumah, ribut dengan orang tua, bolos, tidak menggunakan seragam, dan rame di luar materi saat pembelajaran berlangsung.

Lain halnya dengan bimbingan sosial dan karir, frekuensinya hanya sedikit. Bimbingan sosial dilaksanakan saat kegiatan ta'aruf siswa baru. Adapun bimbingan karir dilaksanakan pada semester genap khusus untuk siswa kelas IX. Hal ini memberikan wawasan kepada mereka tentang jenjang sekolah yang akan mereka hadapi setelah lulus dari MTs Muhammadiyah Gedongtengen.

9. Struktur Kelembagaan

Struktur Kelembagaan MTs Muhammadiyah Gedongtengen tidak jauh berbeda dengan sekolah pada umumnya. Di dalamnya ada kepala madrasah, komite madrasah, tata usaha, wakaur-wakaur, wali kelas dan guru karyawan. Bagan berikut merupakan struktur kelembagaan MTs Muhammadiyah Gedongtengen.



Bagan 4.1. Struktur Kelembagaan MTs Muh.Gedongtengen

Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta Kepala Madrasah menjalin koordinasi dengan Komite dan Tata Usaha. Kepala Madrasah dalam menjalankan tugas dan fungsinya dibantu oleh wakil kepala urusan. Wakaur di madrasah paling banyak empat bidang, yakni kurikulum, kesiswaan, sapsas dan humas. Pada tahun pelajaran 2016/2017, wakaur di MTs Muhammadiyah Gedongtengen yang diakui secara administratif hanya satu, yaitu kurikulum. Hal ini berlaku selama rombongan belajar masih di bawah sembilan rombel. Akan tetapi, semua wakaur tetap berjalan dan bekerja sesuai tugas dan fungsinya.

B. Kondisi Psikologis dan Emosi Siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta

Kondisi psikologis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keadaan emosi negatif siswa. Emosi negatif siswa dikhususkan lagi menjadi emosi marah. Data untuk kondisi emosi siswa didapat melalui angket, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen-instrumen pengumpulan data ini dipergunakan untuk saling melengkapi pencapaian data dan analisis data.

Aspek emosi yang ada dalam teori menjadi rujukan dalam pengumpulan data. Aspek-aspek tersebut terdiri dari mengenal emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri, mengenal emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Dalam mengenal emosi diri, siswa diobservasi apakah siswa mudah tersinggung, apakah mereka berbicara sesuai kebutuhan proporsinya, apakah mereka tahu diri tentang harga diri dan konsep

dirinya. Hasil observasi ini tentu tidak lengkap, sebab tidak semua gerak-gerik siswa terpantau penuh. Untuk melengkapi data tentang itu dilakukan wawancara dengan guru BK, Wali Kelas, dan orang tua. Dicermati juga buku catatan kasus dan hasil dari angket yang disampaikan untuk siswa.

Ada beberapa permasalahan yang dimiliki siswa berkaitan dengan emosi marah pada khususnya. Berdasar pada buku catatan kasus di guru BK, permasalahan tersebut adalah pergi tanpa pamit dari rumah karena marah dengan orang tua, berantem dengan teman di madrasah, tidak mengikuti pelajaran karena marah dengan gurunya, bertindak di luar tata tertib madrasah. Ekspresi siswa dalam meluapkan emosinya tidak terbatas dalam konteks marah antar sesama siswa, bahkan beberapa tulisan sentimentil didapati di beberapa pojok dinding sekolah, kamar mandi, dan di buku-buku siswa. Tulisan tersebut pada dasarnya merupakan ekspresi dari kondisi emosi siswa yang sedang tidak stabil seperti marah.

Emosi marah tersebut pada kenyataannya masih ada yang ditahan atau dipendam secara verbal, dan diekspresikan secara tulisan. Hasil wawancara dengan guru BK menggambarkan bahwa penanganan permasalahan siswa di MTs Muhammadiyah Gedongtengen kota Yogyakarta menjadi sulit karena harus meredakan emosinya terlebih dahulu.⁵

Angket yang disampaikan kepada subjek penelitian dalam aspek mengenal emosi diri adalah bagaimana pengenalan siswa terhadap perasaan dirinya yang sering merasakan berbagai rasa marah, kesadaran dirinya yang

⁵ Hasil wawancara dengan Bu Desi Kumalasari (Guru BK MTs Muh. Gedongtengen)

merasakan ketenangan atau jadi pemarah, ia merasa tahu ketika dirinya marah, marah tersebut berkondisi baik atau buruk, merasakan adanya isyarat marah dalam dirinya, dan ia mengetahui jika marah tersebut masalah pribadinya.

1. Hasil angket

Data yang telah diperoleh dari hasil angket yang disebarkan kepada siswa, diolah dalam bentuk tabel dengan menggunakan teknik deskripsi prosentase. Tujuan pengolahan tersebut agar data yang diperoleh dapat memberikan arti dan penjelasan. Dalam memudahkan analisa data dari hasil penelitian tersebut, setiap item pertanyaan dibuat tabulasi yang disesuaikan dengan teknik analisis data, sehingga dapat ditarik kesimpulan dari masalah yang diteliti.

Tabulasi tersebut dipisahkan dari item angket yang berimplikasi positif dan negatif. Adapun rekapitulasi dari hasil pengumpulan data yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel. 4.3. Kondisi Emosi Siswa

| No. | Hasil | Frekuensi | Keterangan |
|-----|----------|-----------|-------------|
| 1 | Positif | 14 | Sadar |
| 2 | Naegatif | 16 | Belum Sadar |

Dari tabel di atas, terdapat 36, 6% siswa yang dikategorikan mampu memahami emosi marah yang ada dalam dirinya. Dengan kata lain, kesadaran emosinya tumbuh. Artinya, 63, 4 % siswa belum memiliki

kesadaran emosi, khususnya emosi marah. Hal ini mengacu kepada acuan, semakin besar skor akhir maka tingkat kesadaran emosi semakin baik.⁶

Apabila dipetakan lebih rinci, aspek-aspek emosi marah yang didapat melalui angket bisa disampaikan melalui tabel berikut:

Tabel 4.4. Aspek Emosi Siswa

| No. | Aspek Emosi Marah | Frekuensi | Prosentase |
|--------|---------------------------|-----------|------------|
| 1. | Mengenal emosi diri | 11 | 36,6 % |
| 2. | Mengelola Emosi | 3 | 12 % |
| 3. | Memotivasi diri | 4 | 15 % |
| 4. | Mengenal emosi orang lain | 7 | 25 % |
| 5. | Membina hubungan | 5 | 18 % |
| Jumlah | | 30 | 100% |

Mengenal emosi diri merupakan langkah awal bagaimana seseorang akan mampu mengelola emosi, memotivasi diri, mengenal emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Mereduksi emosi marah, pada dasarnya lebih mengarah kepada aspek mengelola emosi. Setiap siswa memiliki emosi marah. Akan tetapi bagaimana mereka dapat meminimalisasi, mereduksi, dan merilis emosi tersebut sehingga akan tetap terjaga dari sisi positifnya.

⁶ Acuan yang dipakai terdapat dalam bukunya John Gottman & Joan DeClaire, *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta: 1988, hlm. 81 -87

Berdasar hasil sebaran angket, terdapat 12 % siswa yang secara spesifik mampu mengelola emosinya. Mereka memiliki kecenderungan suka melampiaskan emosi marah kepada siapa yang menyebabkan mereka marah, apapun resikonya. Pilihan tersebut telah menggambarkan bagaimana mereka belm bisa mengelola emosi marah dan ketidaksanggupan dalam mereduksinya.

2. Hasil Wawancara

Wawancara yang dilakukan meliputi wawancara kepada subjek, teman sejawat siswa, guru BK, wali kelas, orang tua, kepala madrasah, serta wakaur kesiswaan madrasah. Wawancara yang dilakukan kepada subjek penelitian menjadi sumber data primer yang akan dianalisa.

a. Wawancara dengan NA (Perempuan)

Siswa yang diwawancarai adalah siswa-siswa yang memiliki kecenderungan emosi marah yang menonjol. Sumber informasi ini diambil berdasarkan konsultasi dengan guru BK dan waka kesiswaan. Informasi yang disampaikan kemudian direkam untuk dijadikan sumber data yang akan dianalisa. Pertanyaan yang diajukan kepada mereka sesuai dengan panduan wawancara yang sudah disusun. Pertanyaan tersebut tentang frekuensi marah yang sering dialami siswa, penyebab marah, motivasi untuk meredam amarah, serta cara mereduksinya. Pada saat NA diwawancarai, didapat jawaban yang cukup mengejutkan.

“Saya sering marah Pak kalau di rumah. Marah sama tetanga saya Pak! Biasanya ibu saya dengan tetangga marahan, ya saya ikutan membantu ibu!”⁷

Ketika berada di madrasah, tidak ada laporan jika subjek sering meluapkan emosi marah. Hanya saja, pernah terjadi kasus perkelahian antara subjek dengan teman sekelasnya. Penyebabnya adalah karena subjek tidak tahan mendapat hinaan dari seluruh teman sekelasnya yang tidak menghargai hasil kerjanya di dalam kelas. Ketika diwawancarai, subjek mengatakan bahwa dirinya saat itu hanya diberi uang oleh ibunya sebesar lima ribu rupiah, sementara kelas telah memutskan untuk iuran sebesar lima ribu rupiah juga. Ia tidak mampu untuk melaksanakan hasil keputusan musyawarah kelas.

“Saya tidak punya uang Pak, terus saya disuruh untuk membeli barang-barang kebutuhan lomba kelas, membersihkan kelas, dan sebagainya. Tetapi, teman-teman saya malah terus menghina saya, terutama dia Pak. Saya marah Pak, dibalas sama dia!”⁸

Emosi marah yang terjadi dipicu oleh perasaan saki hati karena terus-terusan dihina oleh teman sekelas. Pada saat terakhir pertanyaan wawancara disampaikan, dia sangat ingin mengurangi rasa marahnya, tetapi dalam hatinya masih ada perasaan sakit hati dan dendam.

b. Wawancara dengan DA (Perempuan)

DA merupakan siswi yang cukup vokal dan ekspresif. Apa yang ada dalam hatinya akan dengan mudah dia ungkapkan tanpa

⁷ Hasil wawancara dengan NA pada tanggal 3 Maret 2017

⁸ Hasil wawancara dengan NA tanggal 3 Maret 2017

beban.⁹ Pada saat muncul ketegangan emosi dengan temannya, dia secara agresif dapat menyerang atau mempertahankan posisi emosinya. Informasi didapat dari wawancara tentang cara dia mengelola emosi.

“Saya sih udah gak ada masalah Pak dengan dia. Saya tersinggung Pak, dia malah sewot. Saya layani saja, siapa takut! Seluruh siswa sudah sepakat, untuk memenangkan perlombaan antar kelas, semua harus iuran uang sebesar lima ribu rupiah. Bagi yang tidak mau iuran, ia harus mengerjakan pekerjaan lebih banyak dari teman-temannya. Dia kan kerjanya, tidak bener Pak. Saya suruh ini dan itu, malah males-malesan, *nesu* sama teman-teman, terutama saya Pak.”¹⁰

DA merupakan siswi yang berani mengungkapkan apa yang dia alami. Dilihat dari ungkapan-ungkapan yang dia sampaikan, menunjukkan ketidakmampuan mengelola kondisi emosinya.

c. Wawancara dengan DDM (siswa laki-laki)

DDM merupakan siswa yang sulit berkomunikasi dengan baik. Saat ditanya untuk mengungkapkan informasi, dia lebih senang diam daripada menjawab. Siswa ini dapat dikatakan manja karena sering mendapatkan apa yang dia inginkan dari ayahnya. Baju yang baru, tas, sepatu, dan sebagainya. Akan tetapi, saat marah ia mengekspresikannya tanpa ada perasaan malu atau kasihan kepada orang lain. Ketika diwawancarai untuk mengungkapkan alasan mengapa marah di sekolah, ditemukan jawaban sebagai berikut:

⁹ Hasil wawancara dengan Guru PPKn tanggal 3 Maret 2017

¹⁰ Hasil wawancara dengan DA tanggal 9 Maret 2017

“Aku gak salah kok Pak, dia yang memulai (marahi) marah. Ya, aku kalau tersinggung marah, aku gak salah!”¹¹

Sering juga Bap/Ibu guru yang tersinggung dengan sikapnya yang acuh, tidak mau diatur, dan banyak bicara. Beberapa guru mengungkapkan:

“Dia udah gak bisa diatur Pak, bisa jadi semester depan kita serahkan kepada orang tuanya. Masalahnya, dia marah-marah dan mengintimidasi adik kelasnya.”¹²

Berdasarkan hasil wawancara di atas, siswa DDM memerlukan penanganan khusus agar dia dapat mengelola emosinya, sopan kepada guru saat komunikasi, dan saling menghargai antar teman.

d. Wawancara dengan ADK (siswa laki-laki)

Pada awal masuk di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, ADK adalah siswa baru sebagaimana kondisinya yang lain. Ia tidak menampakkan hal-hal yang negatif. Di awal semester genap, ADK mulai ada laporan bahwa dia sering tidak masuk kelas tanpa alasan. Saat ditangani BK atau wali kelas, jawaban dia sangat emosional, bahkan menantang guru BK untuk adu fisik.¹³

Di lihat dari latar belakang keluarga, ada hal yang mendukungnya bersikap pemaarah. Ayah, seorang pekerja swasta bercerai dengan ibunya. Harapan anak, selalu menginginkan kehidupan yang harmonis dan mencukupi keinginan atau kebutuhannya. Sejak

¹¹ Hasil wawancara dengan DDM, 16 Maret 2017

¹² Hasil wawancara dengan HTN, 16 Maret 2017

¹³ Hasil wawancara dengan HTN tanggal 2 Maret 2017

ayahnya berpisah dengannya, andika sering berkumpul dengan teman-temannya untuk minum dan akhirnya mabuk. Beberapa minggu berlalu, kebiasaan itu membuat dirinya merasa nyaman dan terhibur.¹⁴

Pada saat ini, sikap ADK mulai ada perubahan ke arah yang lebih baik dari sisi pengelolaan emosi marahnya. Perubahan tersebut bukan hal yang terjadi secara tiba-tiba. Keluarganya saat ini ada perubahan. Ayah tirinya sangat perhatian, bahkan sangat peduli terhadap masalah anak, walaupun kadang sangat keras.

“Saya ketahuan minum, terus Bapak saya marah dan memukul saya. Akhirnya saya gak minum lagi, saya takut, saya minta maaf.”¹⁵

Dengan adanya perubahan yang dimulai dari sistem dalam keluarga yang mulai perhatian terhadap problem anak, akan menjadi modal besar untuk merelease emosi marah yang anak miliki.

e. Wawancara dengan ZHR (siswa perempuan)

Subjek merupakan anak yang hidup di dalam keluarga hanya dengan ayahnya. Adapun ibunya berprofesi sebagai TKW dan jarang sekali pulang. Ayahnya memiliki ketegasan bahkan kekerasan dalam mendidiknya. Sikap keseharian di sekolah, dalam berkomunikasi dengan teman dan buku cukup vokal. Ia memiliki karakter yang keras

¹⁴ Hasil wawancara dengan HTN dan ADK tanggal 2 Maret 2017

¹⁵ Hasil wawancara dengan ADK tanggal 2 Maret 2017

dalam bicara dan pemarah jika merasa dirinya terganggu atau tersinggung.¹⁶

Saat peneliti masih ngajar Sejarah Kebudayaan Islam di MTs Muhammadiyah Gedongtengen, pernah subjek tiba-tiba bertindak agresif dan menyerang salah satu siswa sekelasnya. Penyebabnya sederhana, temannya bercanda dengannya, namun dia tersinggung. Ketika diwawancarai dalam penelitian ini, subjek memberikan jawaban yang menggambarkan kondisi emosi marahnya.

“Saya harus menyelesaikan masalah yang saya hadapi, apakah itu perempuan atau laki-laki. Saya gak takut, kalau saya benar, saya bisa saja memukul orang yang mengganggu saya.”¹⁷

f. Wawancara dengan guru BK

Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen sudah memiliki guru BK dua orang. Hasil wawancara dengan guru BK, mendapatkan informasi tentang siswa-siswa yang biasa melampiaskan emosi marah. Mereka biasanya marah kepada teman, guru atau orang tua. Ada satu kasus dari emosi marah yang cukup menyita perhatian. Ada siswa (ADK) yang kebetulan juga sebagai subjek penelitian melampiaskan emosi marahnya kepada guru BK. Dia mengancam dan menantang adu fisik.

“Saya tegasi dia, malah ngajak ribut Pak!” tandas guru BK saat diwawancarai.¹⁸

¹⁶ Hasil wawancara dengan BK tanggal 3 Maret 2017

¹⁷ Hasil wawancara dengan ZHR tanggal 30 Maret 2017

Penyelesaian masalah yang dialami oleh siswa, di MTs Muhammadiyah Gedongtengen tidak lepas dari penanganan emosi marahnya terlebih dahulu. Pada saat mereka tidak hadir tanpa keterangan, mereka biasanya pergi tanpa pamit dari rumah karena marah dengan orang tua. Ketika mereka merusak fasilitas madrasah, karena mereka marah dengan guru yang menghukumnya.

Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, layanan Bimbingan Konseling terdiri dari bimbingan belajar, bimbingan pribadi, bimbingan sosial, dan bimbingan karir. Bimbingan pribadi merupakan kegiatan yang paling banyak menyita waktu. Adapun bimbingan sosial dan karir, hanya dilaksanakan secara insidental.

Dalam bimbingan belajar, guru BK hanya bersifat memonitoring dan memotivasi siswa. Dalam pelaksanaannya dikoordinatori oleh waka kurikulum. Siswa yang mendapat nilai di bawah kriteria ketuntasan minimal akan diberikan remedial atau pembelajaran perbaikan oleh guru mata pelajaran masing-masing. Dalam bimbingan belajar ini, guru akan berkomunikasi dengan orang tua untuk melaporkan perkembangan belajar anak.

Adapun bimbingan pribadi merupakan bimbingan dari penyelesaian kasus-kasus pribadi yang dilakukan oleh siswa. Dari

¹⁸ Hasil wawancara dengan BK tanggal 2 Maret 2017

beragam kasus pribadi yang telah diselesaikan bersama guru BK adalah membolos, merokok, berkelahi di lingkungan sekolah, mengambil HP sitaan guru, bercanda kelewatan, memecahkan kasa kelas, marah dengan guru, marah dengan teman sekelas, tidak berseragam, ke luar masuk kelas, terlambat masuk kelas, merusak sarana sekolah, mengotori dinding dengan coretan-coretan.

g. Wawancara dengan guru

Wawancara dengan guru diharapkan dapat melengkapi data penelitian yang dibutuhkan. Hasil wawancara dengan guru mendapatkan tambahan informasi yang spesifik. Ada siswa yang menjadi subjek penelitian (ZHR) memiliki kebiasaan berkata kasar walaupun kepada guru.

“Dia itu sama guru aja sangat galak, Pak. Dia bilang: “*Ngopo ngonkon-ngonkon* aku! Kalo dimintai tolong begitu ngomongnya.”¹⁹

Subjek merupakan siswi yang terbiasa hidup dengan ayahnya yang memiliki ketegasan bahkan kekerasan dalam mendidiknya. Adapun ibunya bekerja sebagai TKW dan jarang sekali pulang.

h. Wawancara dengan Wali Kelas

Dari wawancara yang dilakukan dengan wali kelas, keadaan emosi marah siswa hampir mirip dengan data yang diberikan oleh guru BK dan guru mata pelajaran lainnya. Perbedaannya terdapat dalam keluasan jawaban menyangkut kondisi keluarga atau walinya.

¹⁹ Informasi didapat dari HSN pada tanggal 28 Februari 2017

Keluarga siswa yang menjadi sampel dalam penelitian, rata-rata mengalami masalah dalam hal memberikan perhatian terhadap anak. Di samping itu, pola pendidikan keluarga yang keras menjadikan mereka terbiasa berbicara kasar dan keras di madrasah.

“ZHR itu punya karakter keras, mungkin karena terbiasa hidup hanya dengan laki-laki (ayahnya) dan sedikit tidaknya ia kecewa tidak punya Ibu, karena memang sebagai TKW yang pulangnyanya tidak tentu atau jarang.”²⁰

i. Wawancara dengan Orang Tua Siswa

Orang tua siswa yang diwawancarai, adalah orang tua atau wali siswa yang putranya memiliki dimniasi emosi yang berbeda dari sampel lainnya. Emosi anak yang sering muncul biasanya saat apa yang diinginkan oleh anaknya tidak dituruti oleh orang tua, atau orang tua terlalu banyak melarang aktivitas anak. Uang jajan kurang, keinginan memiliki HP baru, motor baru, menjadi pemicu amarah anak kepada orang tua.

“Anak saya sudah sulit untuk dikendalikan emosi marahnya. Apalagi sama saya dia gak takut, Pak. Masih lumayan kalau ada Bapaknya, dia masih merasa takut dikerasi. Biasanya dia marah kalau ada keinginan yang tidak kunjung dipenuhi, seperti HP atau motor.”²¹

Dari kondisi kehidupan rumah yang seperti itu, emosinya dilampiaskan terhadap apa yang dia hadapi di sekolah. Bolos, malas di kelas, berbicara kasar dan keras. mungkin merupakan pelampiasan emosi marah terhadap orang tua atau walinya.

²⁰ Wawancara dengan WRT, 3 Maret 2017

²¹ Wawancara dengan orang tua ADK tanggal 6 April 2017

j. Wawancara dengan Kepala Madrasah

Apa yang disampaikan oleh Kepala Madrasah mengenai emosi marah siswa, ada satu kasus adu mulut antara siswa dan guru. Keduanya tidak mau disalahkan, sehingga keluarga dari siswa ikut andil dalam mengeruhkan suasana. Guru yang dimaksud memang memiliki watak keras, dan suka mengupload peristiwa-peristiwa khusus di face book. Sementara, siswa (GT) juga memiliki watak yang keras dan berani berkata kasar kepada gurunya.

“Masalah itu dapat diselesaikan dengan jalan kekeluargaan, pendekatan personal. Siswa mengadu kepada saya, karena tiba-tiba ada informasi bahwa dia tidak akan dinaikkan ke kelas IX, karena salah satu upload fotonya yang ada di face book. Dia marah kepada gurunya, walaupun secara etika memang dia bersalah. Mungkin dia tersinggung karena gurunya tidak pernah mengkonfirmasi atas foto yang diuploadnya di face book.”²²

k. Wawancara dengan Wakaur Kesiswaan

Anak-anak kita yang bermasalah, latar belakang keluarganya semuanya punya masalah yang mirip. Keluarga *broken home*; ayah ibunya cerai, ada yang hanya hidup dengan ayahnya karena ibunya TKW, ada juga yang hidup sama simbahnya, ayah ibunya gak tau di mana. Ada yang bersama ibunya saja, sementara ayahnya menghilang, atau hidup sama ibunya tetapi ayahnya ayah tiri yang belum dia akui dan ayahnya tidak mau mengakui dia juga.

“Ada siswa (ADK) sangat emosional, gak bisa dinasehati. Bawaanya dia marah, frustasi, kalo ngomong nylekit lah!”²³

²² Wawancara dengan Kepala Madrasah tanggal 3 Maret 2017

²³ Wawancara dengan kesiswaan tanggal 2 Maret 2017

Saat home visit ke rumahnya, didapat informasi bahwa ayahnya telah meninggalkan dia dengan ibunya. Sementara laki-laki yang ada bersama ibunya adalah ayah tirinya yang tidak mengakuinya. Si anak juga belum bisa mengakuinya sebagai ayah. Saat si anak mabuk karena dipengaruhi kawan nongkrongnya, ayah tirinya kalap dan memukulnya beberapa kali. Saat ini ayah tirinya sedikit demi sedikit diakuinya sebagai pengganti ayahnya, walaupun berawal dari perasaan takut.

3. Hasil Observasi

Observasi yang dilakukan terbatas di lingkungan sekolah yang meliputi kegiatan pembelajaran di kelas dan kegiatan di luar kelas. Kegiatan di dalam kelas meliputi kegiatan pembelajaran. Adapun kegiatan di luar kelas meliputi istirahat dan kondisi insidental lainnya. Dalam kegiatan pembelajaran di kelas, siswa-siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini memang memiliki kecerdasan verbal yang cukup khas. Ada di antara mereka yang suka berteriak, ke luar masuk ruangan, dan datang terlambat.

Adapun kegiatan mereka di luar kelas dapat diamati dari pembicaraan mereka, intonasi suara mereka pada saat mereka beristirahat.²⁴ Para siswa diperbolehkan untuk jajan di luar madrasah. Sebagian di antara mereka ada yang membeli jajanan di kantin dalam dan

²⁴ Observasi tanggal 16 Maret 2017

sebagian lagi membeli jajanan di luar area madrasah. Di saat mereka makan diselingi dengan canda tawa dan obrolan ringan di antara mereka. Satu hal yang tidak ketinggalan saat istirahat adalah mereka bermain HP.

“Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen para siswa tidak dilarang membawa HP, tetapi pada jam pertama di kelas harus ditiptkan dan dikumpulkan. Pada saat istirahat, HP boleh dipinjam atau diambil untuk sementara.”²⁵

4. Hasil Dokumentasi

Dokumentasi yang dilakukan merupakan pencermatan dari jurnal guru, buku raport, dan buku catatan kasus yang ada di guru Bimbingan Konseling. Hasil dari pencermatan tidak jauh berbeda dengan data yang didapat dari hasil wawancara dengan guru BK dan wali kelas. Jurnal guru merupakan sumber data yang didapat dari catatan-catatan guru tentang sikap spiritual maupun sikap sosial yang mengiringi kegiatan pembelajaran di madrasah.

Dalam jurnal guru, siswa-siswa yang dijadikan sampel penelitian juga frekuensinya sangat dominan. Dalam buku raport, catatan-catatan tersebut lebih mengarah kepada ketidakhadiran siswa tanpa keterangan. Dalam kasus yang berkaitan dengan emosi marah, tidak terdapat catatan dalam buku raport. Catatan-catatan tersebut tepatnya berada dalam catatan BK.

Dalam kasus yang berkaitan dengan emosi marah seperti berkelahi di lingkungan sekolah, marah dengan guru, marah dengan teman, berdasar hasil pencermatan dalam dokumen catatan kasus siswa

²⁵ Wawancara dengan kesiswaan 16 Maret 2017

dari guru BK, terdapat tujuh kasus pada semester ganjil tahun pelajaran 2016/2017. Apabila diprosentase dari kasus tersebut dapat digambarkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.5. Kasus dan Penanganan Bimbingan Pribadi Siswa²⁶

| No. | Jenis Masalah | Frekuensi | Prosentase |
|--------|--------------------------|-----------|------------|
| 1. | Membolos | 6 | 30 % |
| 2. | Merokok | 2 | 10 % |
| 3. | Berkelahi/Marah | 7 | 35 % |
| 4. | Tidak berseragam | 1 | 5 % |
| 5. | Ke luar masuk tanpa izin | 2 | 10 % |
| 6. | Merusak sarana sekolah | 1 | 5 % |
| 7. | Mencoret-coret dinding | 1 | 5 % |
| Jumlah | | 20 | 100 % |

Dilihat dari prosentase penanganan bimbingan pribadi dalam menangani kemarahan siswa cukup tinggi. Hal ini menjadi perhatian khusus madrasah dalam program bimbingan konseling siswa. Menurut guru BK, tingginya kasus marah pada siswa sangat dipengaruhi oleh lingkungan mereka dan juga kebiasaan mereka sehari-hari di rumah.

²⁶ Hasil pencermatan buku kasus BK tanggal 2 Maret 2017

C. Penggunaan *SEFT* di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta

Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, *SEFT* sudah dikenal oleh guru BK dan guru Sejarah Kebudayaan Islam. Di samping informasi itu datang dari buku dan media-media yang mengulasnya, juga ada satu guru PAI yang berkesempatan mengikuti Training *SEFT* selama dua hari. Dalam kegiatan pembelajaran di MTs Muhammadiyah Gedongtengen belum ada pengaruh teknik *SEFT* yang tampak. Sama halnya dengan layanan BK dalam menangani kasus-kasus pribadi siswa, belum ada teknik terapi yang digunakan, termasuk teknik *SEFT*. Penanganan kasus lebih mengarah kepada punishment.

Kendati demikian, penggunaan *SEFT* pernah dilakukan walaupun bersifat insidental. Penggunaannya pada saat kegiatan *AMT* (*Achievement Motivation Training*) khusus untuk kelas IX menjelang Ujian Nasional. Dalam kegiatan tersebut teknik *SEFT* dipakai, khususnya dalam aspek spiritualnya. Bagaimana psikis siswa menjadi pribadi yang dipenuhi dengan rasa yakin, khusyu', ikhlas, pasrah, dan sabar.²⁷

Pada saat kegiatan *AMT*, siswa dimotivasi untuk selalu memiliki rasa syukur dan kebahagiaan tanpa syarat. Rasa syukur ini akan membuka pintu-pintu kesuksesan belajar siswa. Diharapkan mereka bisa merilis emosi-emosi negatif, sekaligus mampu memperbaiki 5 hubungan dalam kehidupannya sehari-hari. Hubungan tersebut adalah perbaikan hubungan mereka dengan

²⁷ Dokumentasi kegiatan *AMT* di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta

Allah SWT, hubungan mereka dengan orang tua, hubungan dengan guru, hubungan dengan teman, dan hubungan dengan semua manusia.

Kalau dilihat secara instan, teknik AMT dengan pola *SEFT* ini sangat efektif. Hal ini terbukti dari perubahan perilaku siswa selama mengikuti pelatihan. Mereka lebih rileks, semangat dalam ibadah, khusyu dalam do'a, menghormati guru dan orang tua.²⁸ Siswa mengikuti AMT dengan pengelompokan secara klasikal, bukan individual. Dengan demikian, hasilnya hanya dapat dilihat secara umum.

D. Mereduksi Emosi Marah Siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen dengan Menggunakan *SEFT*

Dalam mengungkap manfaat *SEFT* serta efektivitasnya dalam mereduksi emosi marah, peneliti telah mempraktikkan pelatihan *SEFT* bagi siswa. Pelatihan tersebut bersifat individual dan bersifat klasikal dengan uraian sebagai berikut:

1. Materi *SEFT*

Materi yang disampaikan dalam pelatihan *SEFT* bagi siswa hanya terbatas ke dalam tiga materi yang dianggap sesuai dengan kondisi siswa. Materi tersebut adalah *Personal Peace Procedure*, *Logos*, dan *Healing*. Untuk materi *Personal Peace Procedure* merupakan materi yang menggiring siswa untuk menyatakan semua masalah dan permasalahan yang dideritanya. Dalam materi ini, siswa diberi kebebasan untuk

²⁸ Hasil wawancara dengan panitia AMT

mengekspresikan kondisi hatinya yang marah, sedih, kecewa, serta dendam yang dimiliki.

Dalam materi ini terdiri dari beberapa tahapan. Tahapan pertama, siswa diberi selembar kertas yang terdiri dari kolom-kolom khusus untuk mengungkapkan kondisi hatinya. Kemudian tahap berikutnya, siswa akan mengisi kolom tersebut dengan penghayatan yang dalam dan mengingat-ingat peristiwa yang dialaminya hingga ia merasa marah atau sedih. Tabel yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6. Isian untuk Tahapan SEFT

| No. | Peristiwa | Ungkapan perasaan |
|-----|---------------------------|--|
| 1. | Marah kepada orang tua | Saya marah kepada orang tua, tidak menyayangi saya |
| 2. | Marah kepada guru | Guru tidak enak, membosankan, tidak menarik |
| 3. | Marah kepada teman | Teman saya jahat, tidak setia kawan |
| 4. | Marah kepada diri sendiri | Saya tidak beruntung seperti teman-teman saya |

Setelah mengekspresikan perasaan tersebut, siswa dimotivasi untuk memiliki pribadi yang yakin, khusyuk, ikhlas, pasrah, sabar, syukur. Mengekspresikan perasaan marah tersebut pada dasarnya mereka sedang melepas emosi negatif yang sering mengganggu. Di sinilah letaknya spiritual yang sedang diterapkan kepada mereka. Akhir dari tahapan ini, siswa sanggup memaafkan siapa yang menyakiti hatinya.

Adapun materi logos merupakan materi *Loving God, Blessing Others, and Self Improvement*; cinta Allah SWT, berbagi kebaikan dengan

orang lain, dan perbaikan diri terus menerus. Dalam materi ini, siswa dimotivasi agar mampu hidup dengan melibatkan Allah SWT dalam keidupannya. Mereka juga diajak untuk berbagi kebaikan dengan orang lain, dan tidak henti-hentinya perbaikan diri dalam kehidupan sehari-hari.

2. Metode *SEFT* yang Digunakan

Metode *SEFT* yang digunakan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta adalah metode *shurt-cut* atau ringkas. Secara teori, ada dua versi dalam melakukan *SEFT*. Yang pertama adalah versi lengkap, yang kedua adalah versi ringkas (*short-cut*). Keduanya terdiri dari 3 langkah sederhana, perbedaannya hanya pada langkah ketiga (*the tapping*). Pada versi singkat, langkah ketiga dilakukan hanya pada 9 titik, dan pada versi lengkap *tapping* dilakukan pada 18 titik. Adapun versi ringkas yang digunakan terdiri dari tiga langkah:²⁹

a. *Set-Up*

Langkah ini bertujuan untuk memastikan agar aliran energi tubuh siswa terarahkan dengan tepat. Langkah ini dilakukan untuk menetralkan *Psychological Reversal* atau perlawanan psikologis. Biasanya perlawanan psikologis siswa muncul berupa pikiran negatif spontan atau keyakinan bawah sadar yang negatif.

Perlawanan psikologis tersebut dapat berupa perasaan: “*Saya marah, kesal, sakit hati, kepada teman saya yang menghina saya. Saya tidak bisa memaafkan dia, saya masih marah, saya sakit hati, saya*

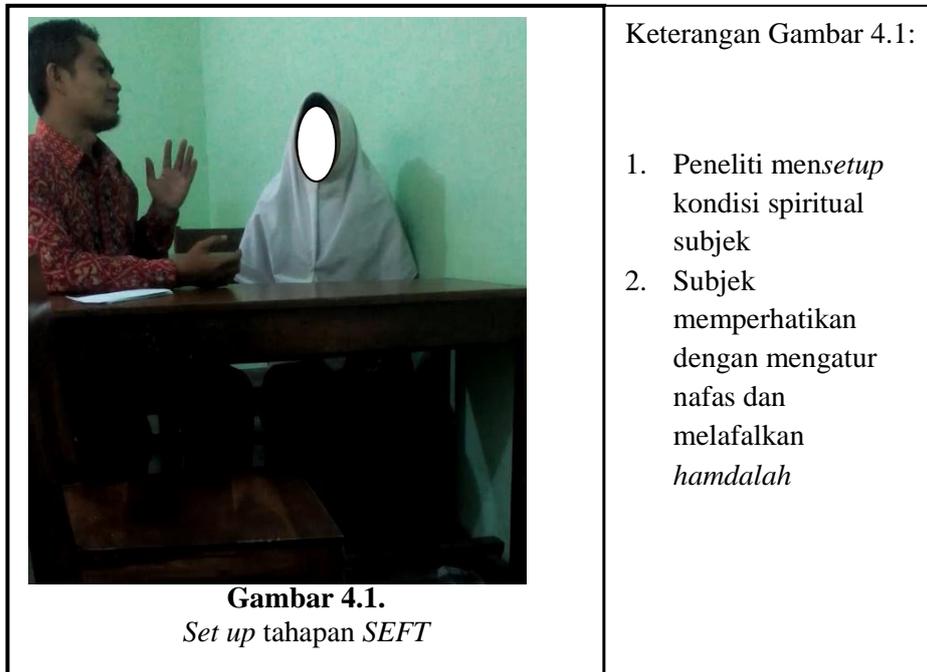
²⁹ Langkah ini disesuaikan dengan buku panduan SEFT dan pengalaman penulis dalam mengikuti training SEFT

emosi.” Pikiran negatif tersebut harus di *set up* ulang. Cara SEFT dalam tahapan *set up* adalah mengubah kebahagiaan bersyarat ke arah kebahagiaan tidak bersyarat dengan mengulang-ulang ucapan:³⁰

- SEFTER : Masihkah merasa marah atas kejadian kemarin?
 Siswa (NA) : Masih Pak!
 SEFTER : Jika ada level 1 sampai dengan 10, marahnya di level berapa?
 Siswa (NA) : level 3 Pak!
 SEFTER : Maukah melepaskan emosi marah itu?
 Siswa (NA) : Ya Pak!
 SEFTER : Anakku tahu nggak? Walaupun saat ini mungkin sedang marah atau sakit hati, banyak sekali nikmat yang Allah berikan kepadamu, bisa sehat, hidup normal, hidup selamat. Saat ini di luar sana, banyak anak seusiamu sedang meregang nyawa karena sakit, idak bisa makan. Kamu yakin akan hal itu kan? Maka mari hadirkan Allah SWT dan niatkan yang ikhlas ya! Duduk yang tenang dan atur nafas dengan baik, silahkan ucapkan *alhamdulillah!*
- SEFTER dan
 Siswa (NA) : “Ya Allah walaupun saya marah, saya ikhlas menerimanya, saya serahkan kepadamu untuk menyembuhkannya.”

Kalimat tersebut merupakan tahapan *set up* dalam SEFT. Kata-kata *set up* ini harus diucapkan dengan penuh perasaan untuk menetralsir *Psychological Reversal* atau perlawanan psikologis berupa keyakinan atau pikiran negatif. Dalam Islam, *the set-up words* merupakan doa kepasrahan kita kepada Allah SWT. Bahwa apapun masalah dan rasa sakit hati yang dialami saat ini, kita ikhlas menerimanya dan kita pasrahkan kesembuhannya pada Allah SWT.

³⁰ Set up dengan subjek NA pada tanggal 2 Maret 2017



Gambar 4.1.
Set up tahapan *SEFT*

Set up sebenarnya terdiri dari 2 aktivitas. Yang pertama adalah mengucapkan kalimat seperti diatas dengan penuh rasa khusyu, ikhlas dan pasrah kepada Allah sebanyak 3 kali. Adapun yang kedua, kita menekan *sore spot* atau titik nyeri sambil mengucapkan do'a kepasrahan kepada Allah SWT.

b. Tune In

Setelah menekan *sore spot* sambil menghayati doa kepasrahan kepada Allah SWT dalam tahapan *set up*, langkah berikutnya adalah melakukan *tune in*. Dalam tahapan ini, seolah olah rasa sakit hati atau marah dihadirkan kembali seperti perasaan yang telah di alami di masa lalu. Untuk masalah fisik, *tune-in* dilakukan dengan cara merasakan rasa sakit yang dialami, lalu mengarahkan pikiran ke tempat rasa sakit.

Untuk masalah emosi, subjek melakukan *tune-in* dengan cara memikirkan sesuatu atau peristiwa spesifik tertentu yang dapat membangkitkan emosi negatif yang ingin dihilangkan. Ketika terjadi reaksi negatif (dalam konteks ini emosi marah,) hati dan mulut subjek mengatakan, “*Ya Allah...saya ikhlas...saya pasrah...*”. *Tune in* yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:³¹

SEFTER : Kamu pasti ingat ketika dia menghinamu, memermalukanmu di hadapan teman sekelas. Begitu kamu dihinakan, dipermalukan, tidak dihargai, bahkan kamu dikhianati temanmu! Coba kamu rasakan, kamu rasakan lebih dalam! Kamu sedih, marah, silahkan, sekarang saat yang tepat mengeluarkannya!

Siswa (NA) : Ya Allah,.....saya ikhlas,.....saya pasrah,...ya Allah!
Ya Allah,.....saya ikhlas,.....saya pasrah,...ya Allah!

Bersamaan dengan *tune-in*, dilakukan langkah ketiga yaitu *tapping*. Pada proses inilah (*tune-in* yang dibarengi *tapping*) dinetralisir emosi negatif, yaitu emosi marah siswa.

c. *Tapping*

Tapping adalah mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di tubuh siswa sambil terus menerus *tune-in*. Titik-titik ini adalah titik-titik kunci dari “*The Major Energy Meridians*”, yang jika diketuk beberapa kali akan berdampak pada ternetralisirnya gangguan emosi atau rasa sakit yang dirasakan. Demikian terjadi karena aliran energi tubuh berjalan dengan normal dan seimbang kembali.

³¹ *Tune In* dengan subjek NA, 2 Maret 2017



Gambar 4.2.
Tahapan Tapping

Keterangan Gambar 4.2:

1. Peneliti melakukan tapping pada titik meridian
2. Subjek menghadirkan rasa ikhlas dan pasrah serta harapan dilepaskan perasaan dendam dan amarah dari dirinya

Sembilan titik dengan versi *short cut* tersebut terdiri dari (1) di posisi ubun-ubun, (2) titik di antara dua alis, (3) di pelipis samping, (4) di bawah kelopak mata, (5) di bawah hidung, (6) di dagu, (7) di tulang kerah, (8) di bawah ketiak, dan (9) di bawah buah dada. Tapping ini tidak harus dilakukan secara berurutan, bisa secara acak asal dilakukan di semua titik, dan kita boleh melakukannya pada sisi sebelah kiri atau sebelah kanan atau kedua-duanya.

Setelah melakukan tapping di sembilan titik meridian tersebut, diakhiri dengan mengambil nafas panjang dan menghembuskannya sambil mengucap rasa syukur, *Alhamdulillah*. Biasanya setelah melakukan tapping, akan terasa

perubahan pada emosi yang sedang di derita. Dalam tahapan ini peneliti melakukannya sebagai berikut:³²

- SEFTER : Silahkan dibuka matanya, tarik nafas yang panjang, keluarkan dengan melafalkan *alhamdulillah!*
- Siswa (NA) : *Alhamdulillah!*
- SEFTER : Apakah masih ada rasa marah?
- Siswa (NA) : Masih Pak!
- SEFTER : Kalau ada level 1 sampai 10, di level berapa rasa marah itu?
- Siswa (NA) : Level satu, Pak!
- SEFTER : *Alhamdulillah!* Terima kasih semoga Allah SWT tetap menjagamu, ya! Insya Allah
- Siswa (NA) : Insya Allah, terima kasih, Pak!

3. Proses *SEFT* dalam Mereduksi Emosi Marah Siswa

Proses *SEFT* yang dilakukan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen dibagi ke dalam dua sesi. Sesi pertama berupa pelatihan secara klasikal dan sesi kedua berupa terapi secara personal bagi subjek yang memiliki intensitas marah yang meluap, seperti kasus marah atau berkelahi dengan sesama teman. Pada tanggal 3 Maret 2017 diadakan bimbingan *SEFT* secara klasikal. Tiga tahapan *SEFT* dilakukan dalam sesi ini. Penekanannya terletak pada tahapan *set up*-nya. Dalam tahapan inilah mereka dibimbing untuk menghadirkan rasa syukur yang dalam dan merilis emosi marah secara perlahan. Secara klasikal, mereka juga dibimbing untuk men-tapping titik-titik meridian secara serius. Tahap Perlakuan atau intervensi tersebut adalah sebagai berikut:

³² Tapping dengan subjek NA, 2 Maret 2017

a. Kegiatan Pendahuluan

Pada langkah ini, peneliti menyiapkan ruangan yang kondusif untuk perlakuan terhadap subjek. Peneliti juga menyiapkan media dan materi *SEFT*. Selanjutnya peneliti menyampaikan tujuan yang akan dicapai oleh subjek.

b. Kegiatan Inti

Kegiatan inti terdiri dari *set up*, *tune in*, dan *tapping*. Dalam tahapan *set up*, mereka ditanya tentang rasa sakit hatinya, tentang marahnya berada di level berapa. Mereka memilih angka dari satu sampai sepuluh. Kemudian mereka dibimbing untuk menyatakan masalah, menerima masalah, dan melepas masalah dengan mengucapkan kalimat kepasrahan: Ya Allah, walaupun saya sakit hati, saya marah, saya ikhlas, saya pasrahkan kepadamu Ya Allah untuk menyembuhkannya.

Setelah itu, mereka mengingat dengan dalam terhadap peristiwa yang menyebabkan mereka sakit hati dan marah. Pada saat mereka mengingat dengan dalam peristiwanya, mereka tidak lepas dari pernyataan: “saya ikhlas, saya pasrah” sambil memejamkan mata dengan penuh penghayatan. Tahapan berikutnya adalah men-*tapping* mereka dengan menekan *sore spot*. Pada saat mereka di *tapping*, kalimat “saya ikhlas, saya pasrah” jangan pernah berhenti mereka ucapkan. SEFTER men-*tapping* sembilan titik meridian secara berahap.

c. Tahap Akhir

Setelah satu kali putaran, mereka disuruh membuka mata, menarik napas panjang, serta mengeluarkannya dengan dibarengi ucapan “*alhamdulillah.*” Setelah selesai tapping, mereka ditanya tentang level marah yang mereka rasakan. Jika hasilnya belum ada penurunan level, maka diulang kembali tahapan *set up*, *tune in*, dan *tapping*.

Adapun proses *SEFT* yang dilakukan untuk individu, diterapkan kepada mereka yang memiliki emosi marah lebih meluap di banding yang lain. Sesi individual ini dilakukan pada tanggal 3 Maret 2017. Harinya sama dengan teknik klasikal, mengingat emosi marah tersebut akan berbeda intensitasnya jika dilakukan di lain hari atau selang waktu yang terlalu lama. Prosesnya sama dengan *SEFT* yang dilakukan untuk kelompok atau klasikal. Perbedaannya, pada saat klasikal diberikan materi tentang spiritual dengan menggunakan LCD dan disampaikan dengan semi AMT. Adapun dalam proses *SEFT* secara individual, materi tersebut cukup disampaikan secara liris tanpa penggunaan LCD. Hal ini lebih bertujuan kepada komunikasi dari hati ke hati dengan subjek.

4. Hasil Terapi *SEFT* dalam Mereduksi Emosi Marah Siswa

Terapi *SEFT* yang diterapkan untuk subjek penelitian, merupakan intervensi dalam mereduksi emosi marah siswa. Hasil dari bimbingan *SEFT* yang sudah dilakukan adalah sebagai berikut:

a. *SEFT* Secara Klasikal

SEFT yang diterapkan pada siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, ada yang diterapkan secara klasikal dari keseluruhan sampel yang diteliti.

Tabel 4.7. Hasil Terapi *SEFT* Kelompok

| No. | Efek Tindakan <i>SEFT</i> | Frekuensi | Keterangan |
|-----|---------------------------|-----------|------------|
| 1. | Menurun | 17 | Kelompok |
| 2. | Tidak ada efek | 13 | Kelompok |

Hasil dari penggunaan *SEFT* dalam tabel di atas menunjukkan 56,6 % yang merasakan penurunan emosi marah yang mereka rasakan. Adapun 43,4 % siswa tidak merasakan efek dari *SEFT*. Angka-angka tersebut telah menjawab satu pertanyaan tentang level berapa mereka merasakan emosi amarah yang dimiliki sebagai rasa dendam kepada orang lain.

b. *SEFT* Secara Individual

Individu yang dimaksud adalah subjek yang memiliki emosi marah lebih besar dari subjek yang lain. Hal ini terungkap dari kasus perkelahian atau adu mulut antara dirinya dengan temannya di madrasah. Pada penerapan *SEFT* untuk mereduksi marah secara individual, lebih dirasakan keseriusannya karena mereka tidak saling mempengaruhi dan tidak menganggap main-

main lagi. Ada dua subjek yang dijadikan sampel dalam *SEFT* secara individual ini. Hasilnya dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4.8. Hasil Terapi *SEFT* Individu

| No. | Subjek | Level Awal | Hasil |
|-----|--------|------------|---------|
| 1. | A1 | 3 | Menurun |
| 2. | A2 | 4 | Menurun |

Dari tabel di atas tampak bahwa A1 sejak sebelum merasakan *SEFT* secara individual, sudah merasakan penurunan emosi marah dibandingkan pada saat ia sebelum menerima *SEFT* dalam kelompok atau kelas. Pada akhirnya, emosi marah sudah menurun di level satu. Begitu halnya dengan subjek A2 yang merasakan penurunan emosi marah dengan intensitas emosi yang lebih rendah dibandingkan dengan sebelum ia menerima *SEFT*. Walaupun semuanya memiliki kelabilan emosi yang berbeda dari waktu ke waktu, apabila dilihat dari hasil akhirnya mendapatkan angka 100 % tentang penurunan emosi marah yang tinggi dari semua sampel penelitian.

Level emosi marah yang dijadikan ukuran adalah level 1 samapi level 10.³³ Tingkat emosi marah yang ringan berada dalam kisaran level 1 sampai dengan 3. Tingkat emosi marah level sedang

³³ Zainudin, Ahmad Faiz. 2013. *SEFTer Handbook Edisi 2*

berada dalam kisaran level 4 sampai dengan level 7. Adapun level berat berada di level 8 sampai 10.

E. Faktor Pendukung dan Penghambat Penggunaan *SEFT* di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta

1. Faktor Pendukung

Segala hal yang dilakukan pasti memiliki faktor pendukung dan penghambat. Begitu halnya dalam menerapkan *SEFT* untuk mereduksi emosi marah siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen. Hal-hal yang sudah mendukung dalam menerapkan *SEFT* di madrasah tersebut adalah:

a. Kebutuhan Penanganan Masalah Siswa Secara Spiritual

Kondisi emosi siswa di madrasah tersebut beraneka ragam, seperti marah, sedih, takut setelah menerima hukuman, dan lain sebagainya. Pada dasarnya mereka memiliki tumpukan emosi-emosi negatif yang dirasakan dari masa lalunya. Kondisi seperti ini butuh penanganan kasus secara spiritual yang berorientasi pada pelepasan emosi negatif, khususnya emosi marah. Kebutuhan ini menjadi pendukung diterapkannya teknik *SEFT* di madrasah Gedongtengen.

b. *SEFT* Mudah dipelajari dan diterapkan

Menurut para narasumber yang sudah berpengalaman menjelaskan bahwa *SEFT* tidak memerlukan background pendidikan tertentu.³⁴ Ia lebih mengarah pada stimulasi pada posisi

³⁴ Amad Faiz Zainudin menjelaskan dalam bukunya dan setiap sesi pelatihan *SEFT*

pasrah dan yakin akan keberadaan dan pertolongan Allah SWT. Siswa di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta sudah mampu untuk *men-set up, tune in, dan tapping*. Artinya, tidak menghadapi banyak kesulitan dalam menggunakannya.

c. Layanan BK

Faktor pendukung lainnya adalah layanan Bimbingan Konseling (BK) di madrasah. Guru BK biasanya menjadi bagian dari jabatan fungsional di madrasah yang ditakuti siswa, karena BK lah yang biasanya memanggil siswa-siswa yang bermasalah. Pola pikir siswa masih menganggap bahwa siswa yang dipanggil oleh BK adalah siswa yang bermasalah.³⁵ Akan tetapi, layanan BK pada dasarnya untuk mengoptimalkan juga potensi yang ada dalam dirinya.

Bimbingan Konseling pada dasarnya merupakan proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan keluarga serta masyarakat. Dengan demikian ia dapat mengecap kebahagiaan hidupnya serta dapat memberikan sumbangan yang berarti.³⁶

Layanan Bimbingan Konseling (BK) menjadi faktor yang mendukung *SEFT*, karena memang tujuan dari layanan BK di madrasah adalah siswa dapat mengecap kebahagiaan hidup dengan

³⁵ Hasil wawancara dengan sebagian siswa secara acak di madrasah.

³⁶ W.S. Winkel. 1997. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia Mediasarana. h. 67

cara memahami diri dan bertindak wajar. Hal ini pada dasarnya meliputi semua jenis layanan, baik bimbingan belajar, bimbingan pribadi, bimbingan karir, ataupun bimbingan sosial. Dalam bimbingan pribadi dan sosial, orientasi spiritual siswa juga menjadi program layanan BK. Di antara layanan itu adalah pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT.³⁷

d. Kegiatan *AMT*

Di MTs Muhammadiyah Gedongtengen, kegiatan training motivasi dan prestasi selalu diadakan setahun sekali, khusus untuk siswa kelas IX menjelang ujian akhir atau ujian nasional. Materi-materi yang disampaikan tidak lepas dari bagaimana siswa memiliki kesehatan mental, tenang, yakin, pasrah atas pertolongan Allah SWT. Bahkan pernah sesekali kegiatan *AMT* di madrasah tersebut menyisipkan teknik *SEFT* dalam kegiatan *AMT*.

Kegiatan *AMT* ini pada dasarnya merupakan kegiatan terapi secara instan bagi siswa-siswa yang bermasalah secara pribadi dan dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu kegiatannya tidak akan pernah lepas dari pendekatan spiritual.³⁸ Kegiatan serupa ini merupakan daya dukung dalam mengembangkan *SEFT* dalam kegiatan motivasi bagi siswa, sehingga emosi negatif seperti marah akan cepat dirilis atau dilepas sedikit-demi sedikit dari dalam jiwa siswa.

³⁷ Salah satu program layanan BK Pribadi di MTs Muhammadiyah Gedongtengen

³⁸ Hasil wawancara dengan panitia kegiatan *AMT*

Penggunaan *SEFT* yang sudah pernah digunakan di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta adalah teknik *SEFT* yang mengiringi kegiatan *AMT* (*Achievement and Motivation Training*) menjelang Ujian Nasional. Belum ada penelitian efektif atau tidaknya teknik tersebut di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta. Dapat dikatakan bahwa teknik *SEFT* di MTs tersebut tidak diterapkan secara serius, sifatnya insidental tanpa program.³⁹

Tabel 4.9. Program Sukses UN MTs Muh. Gedongtengen

| No. | Kegiatan Sukses UN | Jenis Kegiatan | Deskripsi Kegiatan |
|-----|--------------------|-------------------|---|
| 1. | Tahun 2013/2014 | Les, Try Out, AMT | a. Les internal, BKS, MKKS, dan Les Diknas Kota/Provinsi b. Kegiatan AMT diselenggarakan indoor (ada SEFT di dalamnya) |
| 2. | Tahun 2014/2015 | Les, Try Out, AMT | a. Les internal, BKS, MKKS, dan Les Diknas Kota/Provinsi b. Kegiatan AMT diselenggarakan outdoor |
| 3. | Tahun 2015/2016 | Les, Try Out, AMT | a. Les internal, BKS, MKKS, dan Les Diknas Kota/Provinsi b. Kegiatan AMT diselenggarakan outdoor |
| 4. | Tahun 2016/2017 | Les, Try Out, AMT | a. Les internal, BKS, MKKS, dan Les Diknas Kota/Provinsi b. Kegiatan AMT diselenggarakan outdoor (dalam rencana program) |

³⁹ Hasil wawancara dengan Wakaur Kesiswaan, BK, dan Kurikulum, 9 Januari 2017

Tabel tersebut merupakan hasil pencermatan dokumen program madrasah dan wawancara dengan Wakaur Kurikulum serta Kesiswaan. Frekuensinya tidak menunjukkan adanya program pemanfaatan teknik *SEFT* dalam menunjang keberhasilan pendidikan di madrasah. Begitu juga halnya dalam program yang lain, seperti Bimbingan Konseling (BK) belum ada sentuhan teknik *SEFT*. Jika teknik ini diterapkan dalam pelaksanaan program Bimbingan Konseling, baiknya diujicobakan juga.

Permasalahan siswa sebagai individu yang sedang mengalami jiwa perkembangan, tentu memiliki banyak problema. Hal ini dapat dilihat dari catatan kasus yang dimiliki guru BK. Marah menjadi salah satu emosi paling sering muncul. Marah kepada guru yang memberikan hukuman, marah kepada orang tua, dan marah kepada sesama teman.

e. Penanganan kasus secara spiritual

Kasus-kasus pribadi siswa di MTs Muhammadiyah Gedongtengen tidak hanya diselesaikan dengan bobot point pelanggaran dalam konteks punishment, akan tetapi digunakan juga pendekatan spiritual. Dalam kasus siswa marah atau beradu fisik dan perang mulut dengan temannya, maka sudah pernah dilakukan peredaman emosi dengan cara berwudhu. Seperti halnya subjek A1 yang menjadi sampel penelitian ini, pernah diredam emosinya dengan cara dibimbing melakukan wudhu.⁴⁰

⁴⁰ Hasil wawancara dengan wakaur kesiswaan

Cara seperti itu pada dasarnya digunakan dalam teknik *SEFT*, hanya saja memang tidak secara langsung siswa diperintahkan untuk berwudhu. Akan tetapi cara penerimaan emosi marah dan penyerahannya kepada Allah SWT yang menjadi titik persamaan dan dukungannya.

2. Faktor Penghambat

Dalam penerapan *SEFT* untuk mereduksi emosi marah siswa memiliki beberapa hambatan. Hambatan-hambatan yang terjadi, ada yang sifatnya dapat diprediksi, tetapi ada juga yang terjadi secara alamiah dan spontan terjadi. Hambatan-hambatan tersebut dapat dideskripsikan sebagai berikut:

a. Subjek tidak serius

Beberapa subjek yang dijadikan sampel dalam penelitian ini tampak tidak serius mengikuti training *SEFT*. Mereka banyak yang menganggap teknik ini aneh dan lucu. Semua subjek belum mengenal apa itu *SEFT*, sehingga yang mereka terima hanya berupa pemahaman bahwa teknik tersebut hanya menepuk-nepuk kepala, dahi, pelipis dan seterusnya sampai sembilan titik meridian terpenuhi.

Ketidaksiwaan tersebut terjadi terutama ketika *SEFT* diberikan dalam sistem kelompok. Mereka merasa ada kelucuan yang dialami oleh teman-temannya. Bahkan sebagian subjek ada

yang secara santai berbicara dengan temannya, tidak memperhatikan pelaksanaan bimbingan *SEFT*.⁴¹

b. Ada penolakan-penolakan

Sebagian subjek merasa ketakutan untuk mendapatkan perlakuan atau intervensi. Hal ini mengakibatkan mereka tidak sepenuh hati untuk menjalankan instruksi-instruksi dari peneliti. Lebih jauh lagi, sikap mereka akhirnya ada yang menolak untuk mendapatkan perlakuan *SEFT*. Penolakan tersebut menjadi penghambat besar kepada subjek untuk dapat melakukan *set up*, *tune in*, maupun *tapping*.

“Untuk apa, Pak? Yang lain aja Pak, saya takut!” kata sebagian subjek. Sebagian yang lain mengatakan: “Besok aja, Pak! Sekarang saya belum siap!saya malu, Pak!”⁴²

c. Penghayatan lemah

Penghayatan terhadap apa yang mereka ucapkan seharusnya menjadi pendukung keberhasilan dalam tahap *set up* dan *tune in*. Penghayatan ini masalah hati subjek yang belum mengizinkan untuk menerima emosi marah dan melepaskannya sejauh mungkin.

Subjek tampak biasa-biasa saja. Tidak banyak subjek yang secara serius betul-betul ingin mereduksi emosi marah. Di samping itu, masih banyak subjek yang aspek spiritualnya masih

⁴¹ Hasil pengamatan terhadap subjek yang mengikuti terapi SEFT, 7 Maret 2017

⁴² Hasil observasi tanggal 7 Maret 2017

tidak tampak, seperti nada dan intonasi suara datar-datar saja, tidak konsentrasi atau khusyu.⁴³

d. Ruangannya tidak kondusif

Ruangan yang tidak kondusif menjadi penghambat keberhasilan *SEFT*. Di samping tidak kedap suara, jendela ruangan juga terlalu bawah, sehingga siswa lain dapat menonton apa yang sedang terjadi. Akibatnya sebagian subjek menjadi tidak konsentrasi dan tidak serius.

Pada saat penerapan *SEFT*, sebagian subjek melihat ke luar ruangan melalui jendela kelas, karena ada sebagian temannya yang melihat bahkan memanggilnya.⁴⁴ Hal itulah yang menjadi penghambat keberhasilan *SEFT*. Ruangannya menjadi penting, karena penerapan *SEFT* tersebut merupakan *setting* atau *by design* yang memerlukan ruangan yang kondusif.

e. *SEFTER* yang berprofesi sebagai guru jarang ditemui.

Di saat-saat pelatihan, rata-rata alumni *SEFT* yang ditemui berprofesi dalam bisnis dan kesehatan atau akupuntur. Karena memang salah satu tujuan dari *SEFT* adalah meraih magnet-magnet kesuksesan dan juga penyembuhan.⁴⁵

f. Buku *SEFT* tidak bebas dijual

Tidak mudah menemukan buku *SEFT* di lapangan. Biasanya buku tersebut hanya dimiliki oleh alumni-alumni atau *SEFTER*

⁴³ Hasil Observasi 7 Maret 2017

⁴⁴ Hasil Observasi 7 Maret 2017

⁴⁵ Hasil pengamatan penulis saat mengikuti Training SEFT Yogyakarta

yang sudah menjadi trainer atau stokis. Hal ini menjadi kendala bagi siapa yang akan mendalami *SEFT*. Termasuk guru BK juga belum memiliki buku tersebut.

Buku-buku tentang *SEFT* hanya dijual ketika ada pelatihan dan dijual oleh *SEFTER* senior yang sudah punya lisensi atau izin dari *LOGOS* atau Founder *SEFT*, sehingga di toko-toko buku tidak ditemukan buku *SEFT*.⁴⁶

g. Tidak ada alokasi waktu dan program khusus

Alokasi waktu dalam penanganan kasus pribadi siswa yang memiliki emosi marah tidak diposisikan secara khusus. Pendekatan guru BK dalam meredam atau mereduksi emosi marah lebih mengarah kepada punishment atau hukuman. Siswa akan patuh dan tidak muncul emosi marahnya karena sudah ada unsur takut akan kena hukuman.⁴⁷

h. Lingkungan dan keluarga

Lingkungan siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta merupakan lingkungan perkotaan yang sarat dengan pemukiman penduduk dengan berbagai jenis emosinya. Lingkungan tersebut kadang menjadi pemicu keresahan pikiran, bukan ketenangan dan kebahagiaan.

Hal lain yang menjadi faktor penghambat *SEFT* dalam mengintervensi emosi marah siswa adalah keluarga. Keluarga

⁴⁶ Hasil pengamatan penulis dan wawancara dengan alumni *SEFT* Yogyakarta

⁴⁷ Hasil pencermatan dokumen di buku kasus dan wawancara dengan guru BK, 2 Maret 2017

yang dimiliki anak-anak banyak yang dikategorikan broken home; perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, kekerasan dalam pendidikan di keluarga yang menstimulus emosi-emosi negatif menjadi terpelihara.⁴⁸

F. Analisis Efektifitas *SEFT* dalam Mereduksi Emosi Marah Siswa di MTs Muhammadiyah Gedongtengen

Efektivitas dapat dilihat dari hasil perlakuan atau intervensi yang telah diterapkan untuk sampel penelitian. Dalam hal ini perubahan intensitas emosi marah siswa yang dilihat dari sisi efektivitasnya. Adakah penurunan emosi marah atau tidak ada perubahan sama sekali. Emosi marah merupakan sifat bawaan manusia. Manusia memiliki berbagai jenis nafsu, seperti nafsu mutmainnah, nafsu lawwamah, dan nafsu amarah. Marah merupakan turunan dari nafsu amarah yang selalu menggiring manusia ke dalam kejelekan-kejelekan.

Efektifitas berarti keberhasilan.⁴⁹ Apabila dikaitkan dengan *SEFT*, maka efektifitas dalam hal ini bermakna keadaan yang menggambarkan sejauh mana hasil guna yang diperoleh setelah ada perlakuan *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap siswa. Adapun indikator efektivitas dalam penelitian ini adalah perubahan intensitas emosi marah. Dari penelitian yang dilakukan menghasilkan data 56,6 % dalam perlakuan *SEFT* terhadap

⁴⁸ Hasil wawancara dengan BK, 16 Maret 2017

⁴⁹ Pengertian efektivitas dapat dilihat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia.

kelompok dan 100 % terhadap individu dengan intensitas emosi marah yang tinggi.

Rentang yang dipakai mengetahui efektifitas atau tidaknya dari intervensi *SEFT* dalam mereduksi emosi marah adalah sebagai berikut:

| No. | Prosentase | Kategori |
|-----|------------|----------------|
| 1. | 0 – 70 % | tidak efektif |
| 2. | 71 – 80 % | kurang efektif |
| 3. | 81 – 90 % | cukup efektif |
| 4. | 91 – 100 % | sangat efektif |

Tabel 4.10. Rentang Efektifitas *SEFT*

Dari data penelitian yang diperoleh adalah 56,6 % untuk perlakuan *SEFT* terhadap kelompok dan 100 % dari perlakuan *SEFT* terhadap individu dengan intensitas emosi marah yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *SEFT* untuk mereduksi emosi marah siswa di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta tidak efektif dipakai dalam kelompok. Adapun untuk perlakuan *SEFT* bagi individu yang emosi marahnya tinggi sangat efektif untuk dilakukan.

G. Mengembangkan *SEFT* pada Siswa MTs Muhammadiyah Gedongtengen

1. Mengembangkan *SEFT* dalam Pembelajaran

Pembelajaran siswa pada dasarnya terjadi keterlibatan emosi. Mengembangkan *SEFT* dalam kehidupan siswa di madrasah, berarti juga mengelola kegiatan pembelajaran berbasis emosi. Emosi yang dibangun

untuk kesuksesan kegiatan pembelajaran adalah emosi yang positif, seperti semangat, antusias, bahagia. Adapun emosi yang dihindari dalam kegiatan pembelajaran adalah emosi yang bersifat negatif, seperti kecewa, sedih, dan marah.

Dengan demikian, emosi berpengaruh dalam membantu mempercepat atau memperlambat proses pembelajaran. Tanpa keterlibatan emosi, kegiatan syaraf otak kurang mampu merekatkan pelajaran dalam ingatan.⁵⁰ Emosi juga membantu proses pembelajaran lebih bermakna dan menyenangkan. Berbagai penelitian telah menunjukkan adanya keterkaitan antara emosi dengan struktur otak manusia. Perasaan senang akan mempercepat pembelajaran, sedangkan perasaan negatif seperti sedih, takut, marah akan memperlambat belajar atau bahkan dapat menghentikannya sama sekali.⁵¹

Peran *SEFT* dalam kegiatan pembelajaran akan membantu siswa untuk senantiasa menjaga emosi positifnya dan berusaha merilis atau melepaskan emosi negatifnya secara bertahap. Dengan adanya peran *SEFT* dalam pembelajaran, diharapkan akhlak belajar siswa akan lebih baik. Siswa tidak akan cepat marah, cepat membenci guru, memarahi orang tua. Jika emosi-emosi negatif, terutama emosi marah masih tinggi pada diri siswa, pada dasarnya tujuan pendidikan Islam belum tercapai di Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Gedongtengen. Hal ini jika dibandingkan

⁵⁰ Sugiharto. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press. h. 35

⁵¹ Hamruni. 2000. *Konsep Edutainment dalam Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Bidang Akademik UIN Suka. h. 200

dengan tujuan pendidikan Islam yang menjunjung tinggi nilai-nilai akhlakul-karimah.

Al-Syaibani menjelaskan bahwa tujuan pendidikan itu adalah untuk mempertinggi nilai-nilai akhlak hingga terwujudnya akhlakul-karimah di dalam diri siswa. Sejalan dengan penjelasan itu, al-Ghazali menyatakan bahwa tujuan pendidikan Islam berwujud dua hal, yaitu: tercapainya insan yang dekat dengan Allah dan insan yang mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁵² *SEFT* dalam pembelajaran diperlakukan untuk menghindarkan siswa dari penderitaan karena emosi negatif, khususnya marah.

Dalam implementasinya, *SEFT* dapat masuk dalam kegiatan pendahuluan dan kegiatan penutup pembelajaran. Hal ini dapat diterapkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) berbasis *SEFT*. Sebagai bentuk kongkrit dari pengembangan *SEFT* dalam pembelajaran dapat diaplikasi dalam RPP sebagai berikut:

a. Kegiatan Pendahuluan

Dalam kegiatan pendahuluan pembelajaran, guru mengelola kesiapan fisik dan psikis siswa. Kesiapan fisik terdiri dari kerapihan tempat duduk siswa, kerapihan berpakaian, buku dan alat pelajaran, kebersihan kelas, kehadiran, dan kesehatan. Adapun dalam mengelola kesiapan psikis siswa, guru dapat membimbing mereka agar berdo'a dengan khusyu' memiliki keyakinan akan pertolongan Allah dalam

⁵² Hamruni. 2000. *Konsep Edutainmnet*h. 66

menuntut ilmu, ikhlas dalam menerima ilmu dan kehadiran guru, pasrah dan sabar dalam menuntut ilmu, serta merilis emosi negatif siswa, seperti marah, sedih dengan cara *set up*, *tune in*, dan *tapping* secara klasikal sesuai teknik SEFT.

Pada saat *set up*, guru membimbing siswa dengan kalimat: Ya Allah,... walaupun saya capek, marah, saya ikhlas menerimanya dan saya serahkan kepadamu untuk menyembuhkannya. Pada tahapan *tune in*, siswa akan menghadirkan rasa marah dan capek tersebut untuk dinetralisir dan dilepas dengan *tapping* di sembilan titik meridian.

b. Kegiatan Penutup

Dalam menutup kegiatan pembelajaran, standar yang didapat dari RPP adalah menyimpulkan, merefleksikan pembelajaran, dan merencanakan pembelajaran berikutnya. Dalam kegiatan refleksi, *SEFT* dapat diterapkan untuk merilis atau melepas kembali emosi negatif, terutama marah terpendam yang ada dalam jiwa siswa.

Guru dapat membimbing siswa dengan kalimat: “Ya Allah,...walaupun saya capek, marah, saya ikhlas menerimanya dan saya serahkan kepada Mu untuk menyembuhkannya, Alhamdulillah. Mengembangkan *SEFT* dalam pembelajaran dapat menguatkan sikap spiritual siswa sebagaimana kegiatan pembelajarn dalam Kurikulum 2013.

Pengembangan dalam pembelajaran, lebih mengarah kepada system pembelajaran emosional dan reflektif, karena pada dasarnya

SEFT adalah melepas emosi negatif sehingga pribadi siswa menjadi emosi yang positif, lebih tenang dan rileks. Emosi yang relaks dan tenang akan memengaruhi kerja otak, hormone, dan seluruh sel tubuh. Di samping itu, cara berfikir akan menjadi lebih positif dan bijak, denyut jantung menjadi pelan, tekanan darah menurun, menurunkan kemarahan dan frustrasi, dan meningkatkan konsentrasi dalam belajar.⁵³

SEFT yang dikembangkan dalam pembelajaran memerlukan daya dukung yang baik. Daya dukung tersebut adalah suasana kelas, penampilan pengajar, dan kalimat-kalimat yang digunakan. Kondisi lingkungan kelas harus membuat siswa menjadi rileks. Hal yang diperhatikan adalah kebersihan ruangan kelas, penataan meja dan kursi, suhu ruangan, penerangan kelas, dan sumber-sumber suara yang ada di sekitar kelas.

Begitu juga halnya dengan penampilan pengajar atau guru memegang peranan penting dalam proses belajar mengajar. Hal ini dapat berwujud performa guru yang rapi, tidak kusut. Hal penting lainnya yang mendukung pengembangan *SEFT* dalam pembelajaran adalah kalimat-kalimat yang dipakai oleh guru. Apakah kalimat yang dapat menenangkan atau malah menegangkan siswa.

3. Mengembangkan *SEFT* dalam Layanan Bimbingan Konseling

Layanan Bimbingan Konseling (BK) merupakan layanan yang berorientasi kepada orientasi individual, orientasi perkembangan siswa,

⁵³ Suryanto, Bondan. 2015. *Terapi* h. 40 – 41

orientasi permasalahan yang dihadapi siswa. Mengembangkan *SEFT* dalam layanan BK dapat diimplementasikan secara khusus ke dalam orientasi permasalahan siswa, khususnya dalam bimbingan pribadi dan bimbingan sosial peserta didik.

a. Bidang Bimbingan Pribadi

Bimbingan jenis ini bertujuan untuk membantu peserta didik dapat mengenal, menemukan, dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, mandiri, serta sehat jasmani dan rohani.⁵⁴ Bimbingan pribadi jika dianalisa lebih cocok dilengkapi dengan *SEFT*, karena dalam bimbingan pribadi ada orientasi untuk menjadi pribadi yang beriman kepada Allah SWT serta sehat rohani.

Pada saat tahapan *set up* dalam *SEFT*, maka orientasi spiritual itu sangat dominan. Bagaimana siswa dikonsepsi untuk yakin, ikhlas, dan syukur atas segala apa yang dideritanya. Pada saat siswa marah, maka secara rohani dia tidak sehat. Dengan demikian, emosi marah harus dilepas. Salah satunya dengan teknik *SEFT*.

b. Bidang Bimbingan Sosial

Dalam bimbingan sosial, peserta didik dibantu memahami dirinya dalam kaitannya dengan lingkungan dan etika pergaulan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur dan tanggung jawab sosial. Dalam interaksi dengan orang lain, kadang terajadi

⁵⁴ Program BK di MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta

ketidakharmonisan, ada pertengkaran, adu mulut bahkan adu fisik. *SEFT* yang diintegrasikan dalam penanganan kasus untuk bimbingan sosial adalah bagaimana siswa mampu menjadi pribadi yang pemaaf, tidak suka menyimpan dendam.

Hal ini menjadi aspek spiritual dalam *SEFT*, yakni siswa dapat menerima dengan ikhlas apa yang dideritanya dan hanya menyerahkan kepada Allah SWT untuk ketenangan dan kebahagiaan perasaannya lagi.

3. Mengembangkan *SEFT* dalam Kegiatan *AMT* Siswa

Achievement and Motivation Training (AMT) saat ini semakin dibutuhkan oleh siswa, khususnya siswa kelas IX yang akan menghadapi ujian nasional. Pada kenyataannya, mereka menghadapi ujian dengan cemas, tidak semangat, takut, bahkan ada yang marah dengan keadaan.

Kondisi seperti inilah yang dicarikan solusinya melalui kegiatan *AMT*. Dalam perkembangannya, kegiatan *AMT* banyak ragam. Paling tidak orientasinya ada tiga macam, yaitu: *Self Centered*, *Principle Centeed*, dan *God Centered*.⁵⁵ *SEFT* mengikuti orientasi *God Centered*, artinya segala hal yang diderita berupa emosi negatif tetap ikhlas diterima sebagai pemberian Allah SWT untuk diserahkan kepada Allah SWT agar diganti dengan emosi yang positif dan membahagiakan.

Kegiatan *AMT* tersebut pada dasarnya merupakan obat yang bersifat spiritual. Berdasarkan penelitian Larry Dossey, selama lima abad dunia kedokteran barat percaya bahwa masa depan ilmu pengetahuan dan

⁵⁵ Zainudin, Ahmad Faiz. 2013. *SEFTer Handbook Edisi 2*. h. 39

pengobatan terletak pada hal-hal yang bersifat teknis dan murni ilmiah. Akan tetapi, saat ini terjadi perubahan drastis. Setelah diperkuat dengan bukti-bukti ilmiah, ternyata kekuatan do'a, kesadaran, dan hal-hal yang bersifat spiritual sama vital dan validnya dibanding dengan obat dan pembedahan.⁵⁶

SEFT mengandalkan do'a dan kepasrahan kepada Allah SWT dalam mengantisipasi negatifnya emosi. Dengan keikhlasan, kepasrahan dan rasa syukur pada saat melakukan *SEFT*, kita telah memberikan makna spiritual atas penderitaan yang dirasakan. Istilah Victor E. Frankl adalah *meaning in suffering*. Sikap ikhlas dan pasrah yang dilatih terus menerus akan menghasilkan kemampuan menerima dan melepaskan segalanya dengan nyaman dan bahagia. Inilah kondisi yang akan mempercepat penyembuhan luka emosi, seperti marah yang sering dialami oleh siswa.

Dalam kegiatan AMT yang diselenggarakan untuk siswa, biasanya tidak lepas dari bahasa-bahasa motivasi yang biasa dilakukan dalam *Neuro Language Program (NLP)*. Bagaimana bahasa dapat mengubah emosi. Dalam *SEFT* kondisi tersebut berada dalam tahap *set up*. Pada saat *set up*, siswa telah melakukan *reframing* dan *anchoring* yang biasa dilakukan di training *NLP*.⁵⁷

⁵⁶ Zainudin, Ahmad Faiz. 2013. *SEFTer* h. 7

⁵⁷ Zainudin, Ahmad Faiz. 2013. *SEFTer* h. 9

H. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Penerapan *SEFT* untuk Mereduksi Emosi Marah Siswa

MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta berlokasi di pusat keramaian kota. Secara lokasi, di daerah Gedongtengen dipenuhi dengan pusat-pusat bisnis seperti hotel dan pertokoan. Apa yang dilihat dan didengar, lebih kepada suara dan pemandangan kegiatan bisnis perkotaan. Sebelah timur madrasah berdekatan dengan pusat perbelanjaan Malioboro. Sebelah utara madrasah adalah stasion tugu.

Sepanjang jalan Dagen, dipenuhi dengan hotel-hotel, cafe, dan rental kendaraan bermotor. Luas gedung madrasah seluas 360 m dengan bangunan tiga lantai terhitung dari satu di dasar gedung. MTs Muhammadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta yang berada di lingkungan kota memiliki keuntungan dan kerugian. Keuntungannya, madrasah ini mudah diakses dan kenali masyarakat. Akan tetapi, kerugian yang akan didapat madrasah ini adalah polusi suara maupun udara.

Di samping itu, madrasah harus bekerja keras untuk menjaga siswa dari pengaruh yang tidak baik, seperti kebiasaan taouris yang berpakaian minimalis, bahasa-bahasa kasar yang didengar dari jalan, pola hidup konsumtif dari kebiasaan jajan dan belanja. Apabila dianalisa dari sisi pendukung dan penghambat untuk perlakuan SEFT di MTs Muhamadiyah Gedongtengen Kota Yogyakarta, lebih banyak faktor penghambatnya. Dari sisi kondisi ruangan saja, SEFT memerlukan ruangan yang nyaman dari sisi

suhu dan suara. Akan tetapi pada kenyataannya, ruangan masih tidak kondusif untuk perlakuan SEFT terhadap siswa.

Di samping itu, lingkungan keluarga sangat mempengaruhi siswa untuk marah dan berbicara dengan pembicaraan yang keras atau kasar. Dalam hal ini ada ketidakselarasan antara program madrasah atau program BK dengan dukungan kondisi keluarga. Akibatnya, berat untuk menerapkan perlakuan *SEFT* kepada mereka, khususnya secara kelompok.

Untuk mengantisipasi dalam hal ini, bagaimana dengan dukungan yang minimal dapat dilakukan optimalisasi perlakuan *SEFT* secara individual saja dengan mengintegrasikan ke dalam program layanan BK dan kegiatan AMT di madrasah. Hambatan-hambatan tersebut sebenarnya dapat diminimalisasi dengan cara memisahkan ruangan BK menjadi ruangan yang nyaman, privasi, dan kondusif untuk penerapan *SEFT*. Salah satu caranya adalah dengan menambahkan korden dan kipas angin di ruangan BK.

Untuk mengantisipasi hambatan yang lain, yakni ketidakseriusan siswa dalam mengikuti perlakuan *SEFT* terhadap mereka, memang tidak bisa instant. Diperlukan pendekatan secara personal terhadap mereka. Ole karena itu dalam penelitian yang telah dilakukan, pada saat perlakuan *SEFT* secara personal, efektivitasnya sesuai dengan apa yang diharapkan.