

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Pada bab ini akan dijelaskan teori dan beberapa penelitian terkait yang mendukung topik penelitian, yakni penjelasan tentang Ujian Nasional, kecemasan, terapi berwudhu, dan pengaruh berwudhu terhadap tingkat kecemasan.

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Ujian Nasional**

Ujian nasional menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No 5 tahun 2015 Pasal 1 adalah kegiatan pengukuran dan penilaian pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu. Pelaksanaan UN dapat dilakukan melalui ujian berbasis kertas (*Paper Based Test*) dan/atau ujian berbasis komputer (*Computer Based Test*) (Kemdikbud, 2015).

Hasil UN digunakan sebagai pemetaan mutu program dan/atau satuan pendidikan, pertimbangan seleksi masuk jenjang pendidikan berikutnya, dan pertimbangan dalam pembinaan dan pemberian bantuan kepada satuan pendidikan dalam upayanya untuk meningkatkan mutu pendidikan (Kemdikbud, 2015).

## 2. Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional (UN)

### a. Definisi

Kecemasan adalah kebingungan, kekhawatiran pada objek yang tidak spesifik yang bersifat subjektif dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Suliswati *et al.*, 2005). Dalam penelitian ini, kecemasan yang dimaksud adalah kecemasan saat menghadapi Ujian Nasional.

Ujian Nasional (UN) merupakan sarana evaluasi belajar siswa secara nasional yang menentukan tingkat pemahaman siswa selama tiga tahun proses pembelajaran. Meskipun UN tidak lagi sebagai penentu kelulusan, UN masih menimbulkan kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian Lastina dan Abidin (2013), faktor penyebab kecemasan pada UN adalah faktor internal (tidak percaya diri, kurang persiapan, takut gagal), dan faktor eksternal (lingkungan dan dukungan sosial). Sedangkan penelitian Walasary, *et al.* (2015) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi UN sebagian besar berada pada tingkat ringan dan sedang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa definisi kecemasan menghadapi UN adalah kebingungan dan kekhawatiran siswa saat menghadapi UN dengan tingkat ringan hingga sedang yang disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal.

## **b. Bentuk Kecemasan**

Spielberger (*cit.* Safaria, 2005) mengemukakan ada dua bentuk kecemasan, yaitu:

- 1) Kecemasan Sesaat (*State Anxiety*) : kecemasan sebagai suatu reaksi terhadap situasi tertentu. Jika situasi itu tidak ada maka kecemasannya pun hilang. Misalnya cemas ketika ujian, cemas ketika melewati tempat yang sepi dan angker.
- 2) Kecemasan Dasar (*Trait Anxiety*): kecemasan yang menetap pada diri seseorang. Kecemasan model ini merupakan kecemasan berupa disposisi/sifat dari individu itu sendiri yang pencemas, sehingga kadang-kadang pada situasi yang sebenarnya tergolong biasa, dia bereaksi cemas.

## **c. Penyebab Kecemasan**

Menurut Maramis (2009), ada beberapa penyebab kecemasan:

### 1) Frustrasi

Frustrasi terjadi bila keinginan yang ingin dicapai terhalang oleh sebab- sebab tertentu, bisa berasal dari individu tersebut atau dari luar yang berhubungan dengan kebutuhan harga diri.

### 2) Konflik

Konflik terjadi bila tidak bisa memilih antara dua atau lebih kebutuhan dan tujuan hidup.

### 3) Tekanan

Tekanan bisa berasal dari diri sendiri seperti memiliki cita-cita yang terlalu tinggi sehingga dalam proses pencapaiannya akan penuh dengan tekanan. Tekanan dapat pula berasal dari lingkungan sekitar, misal: lingkungan sekolah dan tempat tinggal yang menuntut keberhasilan gemilang dari suatu individu.

### 4) Krisis

Krisis adalah suatu keadaan mendadak yang menimbulkan stress pada seseorang, contohnya ujian mendadak, kehilangan pekerjaan mendadak, jatuh miskin mendadak, dan sebagainya.

Penyebab kecemasan pada penelitian ini berasal dari tekanan. Ujian Nasional dianggap sebagai tekanan karena siswa dituntut untuk mendapatkan nilai yang baik sebagai modal bersaing pada jenjang pendidikan selanjutnya.

#### **d. Fisiologi Kecemasan**

Kecemasan dimulai ketika stressor yang datang ditangkap melalui panca indera. Stressor tersebut diteruskan oleh sistem saraf panca indera ke sistem saraf pusat, yaitu pada sistem limbik di otak, kemudian diteruskan ke sistem saraf simpatis (Hawari, 2011).

Serabut saraf simpatis “mengaktifkan” tanda-tanda vital pada setiap tanda bahaya untuk mempersiapkan pertahanan tubuh. Kelenjar adrenal melepas adrenalin (epinefrin) yang menyebabkan

tubuh mengambil lebih banyak oksigen, mendilatasi pupil, dan meningkatkan tekanan arteri serta frekuensi jantung, membuat konstriksi pembuluh darah perifer dan memirau darah dari sistem gastrointestinal dan reproduksi serta meningkatkan glikogenolisis menjadi glukosa bebas untuk menyokong jantung, otot, dan sistem saraf pusat. Ketika bahaya telah berakhir, serabut saraf parasimpatis membalik proses ini dan mengembalikan tubuh ke kondisi normal (Videbeck, 2015).

**e. Tingkat Kecemasan**

Menurut Peplau (*cit.* Videbeck, 2015), ada empat tingkat kecemasan yaitu ringan, sedang, berat, dan panik.

- 1) Kecemasan ringan: individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indra. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.
- 2) Kecemasan sedang: individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapang persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.
- 3) Kecemasan berat: lapang persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detil yang spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan, otot-otot tegang, tanda vital meningkat, gelisah, dan iritabilitas.

4) Panik: individu kehilangan kendali diri dan detil perhatian hilang sehingga tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Selain itu, terjadi peningkatan aktivitas motorik dan respon fisik *fight, flight*, atau *freeze* (menyerang, menarik diri, atau beku tidak dapat melakukan sesuatu). Lonjakan adrenalin menyebabkan tanda vital sangat meningkat, pupil membesar, dan satu-satunya proses kognitif berfokus pada pertahanan individu tersebut.

**f. Adaptasi Fisiologis**

Tubuh memiliki adaptasi terhadap stres atau kecemasan, salah satunya dengan sindrom adaptasi umum (*General Adaptation Syndrome/ GAS*). *General Adaptation Syndrome* menggambarkan bagaimana respon tubuh terhadap stresor melalui reaksi peringatan, tahap pertahanan, dan tahap kelelahan (Potter & Perry, 2010).

*General Adaptation Syndrome* melibatkan beberapa sistem tubuh, terutama sistem saraf otonom dan sistem endokrin, serta respon cepat terhadap stres. Ketika cemas/stres, kelenjar pituitari memulai GAS. Kelenjar pituitari berkomunikasi dengan hipotalamus, yang menyekresikan endorfin. Endorfin adalah hormon yang bekerja pada otak (seperti morfin dan opiate), menghasilkan perasaan damai dan mengurangi rasa nyeri (Potter & Perry, 2010).

### a. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Respon Kecemasan

Setiap individu memiliki respon yang berbeda terhadap suatu stressor. Faktor-faktor yang mempengaruhi respon individu terhadap stress/kecemasan diantaranya adalah:

- 1) Usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin banyak pengalaman hidup yang dimilikinya. Pengalaman hidup tersebut dapat mengurangi respon seseorang terhadap kecemasan (Stuart & Laraia, 2005).
- 2) Jenis Kelamin. Gangguan kecemasan, baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk dengan perbandingan antara wanita dan pria 2:1 (Hawari, 2011). Perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif (Stuart & Laraia, 2005).
- 3) Pendidikan. Individu yang berpendidikan tinggi dapat menggunakan koping lebih baik sehingga memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah (Stuart & Laraia, 2005).
- 4) Keadaan Fisik. Seseorang yang mengalami gangguan fisik seperti cedera, penyakit, operasi, lebih mudah mengalami kelelahan fisik sehingga mudah mengalami kecemasan (Stuart & Sundeen, 1998 *cit* Sadiyah, 2014).
- 5) Faktor Budaya. Budaya memengaruhi individu dalam menilai stres/kecemasan. Apa yang dirasakan sebagai suatu stresor

pada suatu budaya dapat dipandang sebagai masalah kecil pada budaya lain. Budaya juga memberikan cara yang berbeda untuk beradaptasi dengan stres/kecemasan (Potter & Perry, 2010).

- 6) Sistem Pendukung. Sistem pendukung adalah kesatuan antara individu, keluarga, lingkungan, dan masyarakat sekitar yang mempengaruhi mekanisme coping individu sehingga memberi gambaran kecemasan yang berbeda (Stuart & Laraia, 2005)
- 7) Spiritualitas. Individu yang menganut agama dan aliran spiritual serta berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan dilaporkan memiliki kesehatan fisik lebih baik, depresi lebih sedikit, dan dukungan sosial yang lebih baik (Potter & Perry, 2010). Puchalski (*cit.* Angelos, 2007) mengatakan bahwa spiritualitas merupakan sumber coping bagi individu dengan cara membuat individu memiliki keyakinan dan harapan positif, mampu menerima kondisi, sumber kekuatan, dan membuat hidup lebih berarti. Selain itu, Puchalski mengemukakan bahwa spiritual dapat dikaji melalui empat domain, yakni *Faith or belief, Importance and influence, Community*, dan *Address in Care* (FICA) yang kemudian dijadikan sebuah instrumen untuk memudahkan petugas kesehatan dalam pengkajian spiritual pada klien/pasien (Angelos, 2007).



**b. Dampak Kecemasan**

- 1) *Fisiologis*. Respons tubuh terhadap kecemasan adalah mengaktifkan sistem saraf otonom (simpatis dan parasimpatis). Sistem saraf simpatis mengaktivasi proses tubuh, sedangkan sistem parasimpatis meminimalkan respons tubuh. Rangsangan yang diterima korteks otak akan dikirim melalui saraf simpatis ke kelenjar adrenal yang akan melepaskan adrenalin atau epinefrin sehingga efeknya antara lain napas menjadi lebih dalam, nadi meningkat, dan tekanan darah meningkat.
- 2) *Psikologis*. Kecemasan memengaruhi aspek interpersonal maupun personal, yakni dapat membuat individu menarik diri dan menurunkan keterlibatan dengan orang lain.
- 3) *Kognitif*. Kecemasan memengaruhi kemampuan berpikir baik proses pikir maupun isi pikir, diantaranya yaitu konsentrasi menurun, mudah lupa, menurunnya lapang persepsi, dan bingung.
- 4) *Afektif*. Secara afektif klien akan mengekspresikan dalam bentuk kebingungan dan curiga berlebihan sebagai reaksi emosi terhadap kecemasan (Stuart, 2009).

Dari penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa kecemasan berdampak pada fisiologis, psikologis, kognitif, dan afektif yang dapat menyulitkan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

### c. Penatalaksanaan Kecemasan

Kecemasan dalam menghadapi ujian dapat diatasi dengan pendekatan farmakologis dan non-farmakologis, diantaranya:

- 1) Farmakologi. Farmakologi hanya digunakan pada kecemasan tingkat berat, yakni dengan benzodiazepin, buspiron, dan berbagai antidepresan juga digunakan. Farmakologi untuk kecemasan tidak dianjurkan untuk jangka panjang karena pengobatan ini menyebabkan toleransi dan ketergantungan (Isaac, 2005 *cit* Wandu, 2013).
- 2) Non-Farmakologi. Penatalaksanaan pada kecemasan yang belum parah/berat diantaranya adalah dengan olahraga teratur, humor, nutrisi dan diet yang baik, istirahat yang cukup, teknik relaksasi, pijat, dan spiritualitas (Potter & Perry, 2010).
  - a) Olahraga Teratur. Olahraga meningkatkan tonus otot dan postur otot, mengontrol berat badan, mengurangi ketegangan, dan meningkatkan relaksasi.
  - b) Humor. Menyerap hal lucu dan tertawa dapat melepaskan endorfin ke dalam sirkulasi sehingga stress dapat hilang.
  - c) Nutrisi dan Diet. Setiap orang didorong untuk memperhatikan kualitas makanan dan mempertahankan berat badan sesuai rentang standar usia, jenis kelamin, dan bentuk tubuh untuk menghindari masalah metabolisme. Diet yang buruk juga dapat memperburuk respon stres.

- d) Istirahat. Tidur tidak hanya menyegarkan tubuh tetapi juga membantu merilekskan mental.
- e) Teknik Relaksasi. Relaksasi progresif dengan dan tanpa ketegangan otot dan teknik manipulasi pikiran mengurangi komponen fisiologis dan emosional stres.
- f) Terapi pijat. Terapi pijat memanipulasi jaringan ikat melalui pukulan, gosokan, atau meremas untuk meningkatkan sirkulasi, memperbaiki sifat otot, dan relaksasi.
- g) Spiritualitas. Aktivitas spiritual mempunyai efek yang positif dalam menurunkan stres. Praktik seperti berdoa, meditasi, atau membaca buku keagamaan dapat menjadi sumber kekuatan atau dukungan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa wudhu termasuk dalam terapi pijat dan spiritual. Terapi berwudhu akan dijelaskan pada bagian selanjutnya.

### **3. Terapi Berwudhu**

#### **a. Pengertian**

Wudhu secara etimologi berarti bersih. Menurut istilah, wudhu adalah mempergunakan air pada anggota tubuh tertentu dengan maksud untuk membersihkan dan mensucikan (Hasanuddin, 2007).

**b. Hukum Wudhu dalam Islam**

- 1) Fardlu/ wajib: ketika hendak melakukan shalat, memegang mushaf Al Quran, dan *thawaf* mengelilingi Ka'bah.
- 2) Sunah: sebelum berdzikir dan berdoa, sebelum tidur, setiap kali berhadast, setelah membawa jenazah, dan sebagainya.
- 3) Makruh: mengulang wudhu sebelum menunaikan shalat dengan wudhu yang pertama (berwudhu di atas wudhu yang lain).
- 4) Mubah/ boleh: wudhu untuk kebersihan dan kesegaran.
- 5) Haram: berwudhu dengan air rampasan dan anak yatim (Hasanuddin, 2007).

**c. Rukun Wudhu**

Rukun adalah sesuatu yang wajib dikerjakan. Rukun wudhu menurut surat Al-Maidah ayat 6 adalah membasuh wajah, membasuh kedua tangan sampai siku, mengusap kepala satu kali, membasuh kaki sampai mata kaki (Jamaluddin, 2011).

**d. Sunah Wudhu**

Sunah wudhu diantaranya adalah bersiwak, mencuci kedua telapak tangan, mengusap anggota wudhu, membasuh tiap anggota wudhu sebanyak tiga kali kecuali kepala, berdoa, dan shalat dua rakaat setelah wudhu (Sagiran, 2012).

**e. Tata Cara Berwudhu**

Berikut paparan tentang tata cara berwudhu yang dicontohkan Rasulullah SAW (Jamaluddin, 2011):

1) Niat berwudhu karena Allah semata dan mengucapkan *bismillah*.

*“...dan tidak dipandang wudhu orang berwudhu dengan tidak menyebut nama Allah.”* (HR. Abu Dawud, Ibnu Majah, Ahmad, dan lainnya)

2) Membasuh tangan tiga kali sambil menyela-nyelai jari. Beliau juga mencontohkan cara membasuh anggota wudhu yakni dengan sedikit menggosoknya.

3) Berkumur dengan istinsyaq (memasukkan air ke hidung) dan istinsyar (mengeluarkannya kembali) tiga kali.

4) Membasuh wajah tiga kali

5) Membasuh tangan hingga siku tiga kali

6) Mengusap kepala sekaligus dengan telinga satu kali

7) Membasuh kaki tiga kali sambil menyela-nyelai jari

8) Tertib

9) Membaca doa

Setelah berwudhu, Nabi SAW berdoa:

Asyhadu alla ilaaha illalloohu wahdahu laa syariika lahu wa asyhadu anna muhammadan ‘abduhuuwa rosuluhuu.

*“Saya bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah, yang tidak pernah ada sekutu bagi-Nya dan saya bersaksi pula bahwa Muhammad adalah hamba dan utusan-Nya”* (HR. Muslim).

#### **f. Manfaat Wudhu dalam Kesehatan**

Allah dan Rasulnya membuat perintah untuk berwudhu sudah pasti ada manfaatnya. Manfaat yang terkandung di setiap gerakan wudhu diantaranya adalah:

##### 1) Membasuh tangan

Tangan menjadi agen pembawa kuman dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain. Mencuci tangan saat berwudhu memutus mata rantai kuman sehingga dapat mencegah penyakit. Selain itu, menggosok sela-sela jari dapat memperlancar aliran darah perifer yang menjamin pasokan makanan dan oksigen (Sagiran, 2012). Air yang mengalir lembut dengan suhu dingin juga memberikan rasa segar dan menenangkan pikiran (Sangkan, 2008).

##### 2) Berkumur dengan *istinsyaq* dan *istinsyar*

Berkumur dapat mencegah infeksi gigi dan mulut (Zein, 2015). Berkumur juga dapat menggerakkan otot-otot wajah yang memberikan efek relaksasi pada wajah (Matheer, 2015).

##### 3) Membasuh muka

Membasuh muka dapat mengurangi depresi dan melancarkan peredaran darah sehingga membuat wajah segar dan sehat (Zein, 2015).

4) Membasuh tangan hingga siku

Titik akupunktur terdapat pada tangan sampai siku yang menyembuhkan penyakit pada dada, paru-paru, tenggorokan, lambung, jantung, dan organ gerak bagian atas. Titik-titik yang dapat menghilangkan kecemasan pun terdapat pada bagian ini (Zein, 2015).

5) Mengusap kepala

Mengusap kepala membuat pikiran jernih, ingatan tajam, rambut tidak cepat rontok, dan terhindar dari penyakit Alzheimer karena terdapat titik-titik yang berhubungan dengan otak dan syaraf. Mengusap kepala juga bisa sebagai terapi stres atau tekanan (Zein, 2015).

6) Mengusap telinga

Mengusap telinga merangsang titik pendengaran dan keseimbangan. Pemijatan pada telinga seakan-akan melakukan stimulasi daerah punggung dan ruas-ruas tulang belakang. Selain itu, menggosok telinga dengan lembut dapat menambah konsentrasi belajar (Sagiran, 2012).

7) Membasuh kaki

Kaki merupakan organ yang paling lemah peredaran darahnya karena letaknya jauh dari jantung, sehingga membasuh kaki dapat memperlancar peredaran darah (Zein, 2015). Sedangkan menurut ilmu akupunktur, membasuh kaki memberikan efek

terapi pada seluruh tubuh karena kaki merupakan cerminan seluruh perangkat tubuh (Hasanuddin, 2007).

Manfaat berwudhu seperti di atas dapat dirasakan apabila disertai niat yang ikhlas dan dilakukan dengan maksimal sesuai tuntunan Rasulullah SAW (Matheer, 2015). Pemijatan dan penggosokan anggota wudhu juga diperlukan untuk mendapatkan manfaat dari terapi berwudhu. Hal ini disebutkan dalam sebuah hadist, yakni:

*“Sempurnakanlah dalam berwudhu dan gosoklah sela-sela jari kalian.”* (HR. Imam Abu Hanifah, Imam Malik, Imam Syafi'i, Imam Ahmad Hambali)

#### **4. Pengaruh Berwudhu Terhadap Tingkat Kecemasan**

Berwudhu memiliki prinsip penanganan kecemasan yang sama dengan hidroterapi. Hidroterapi menggunakan air, suhu, dan teknik *massage* untuk memberikan efek relaksasi pada tubuh.

Media yang digunakan untuk berwudhu adalah air. Air bersifat membersihkan, menyejukkan, dan *syifa'* (terapis) (Hasanuddin, 2007). Berwudhu juga memberikan manfaat yang sama seperti pada terapi mandi air dingin. Hal ini dikarenakan membasuh anggota wudhu seakan-akan sudah membasuh seluruh tubuh (Sagiran, 2012). Jurnal terkait hidroterapi dengan judul *A Study of Hydrotherapy and Its Health Benefits* oleh Bahadorfar (2014) menyatakan bahwa mandi air



dingin/*cold water hydrotherapy* dapat mengecilkan pembuluh darah (*vasokonstriksi*) yang menyebabkan darah segera kembali ke sirkulasi pusat, sehingga tubuh menjadi segar. Tubuh yang segar dapat mengurangi ketegangan jiwa, stress, khawatir, cemas, dan penyakit kejiwaan lainnya. Mandi juga dapat mengurangi ketegangan otot serta urat syaraf dan memberikan kejernihan dalam pikiran. Pernyataan ini dibuktikan oleh Muslimah (2014) dalam penelitiannya tentang terapi mandi terhadap pecandu narkoba. Hasil penelitiannya menemukan bahwa terapi mandi efektif meningkatkan kesehatan mental dan fisik pecandu sehingga mencegah untuk kembali menggunakan narkoba.

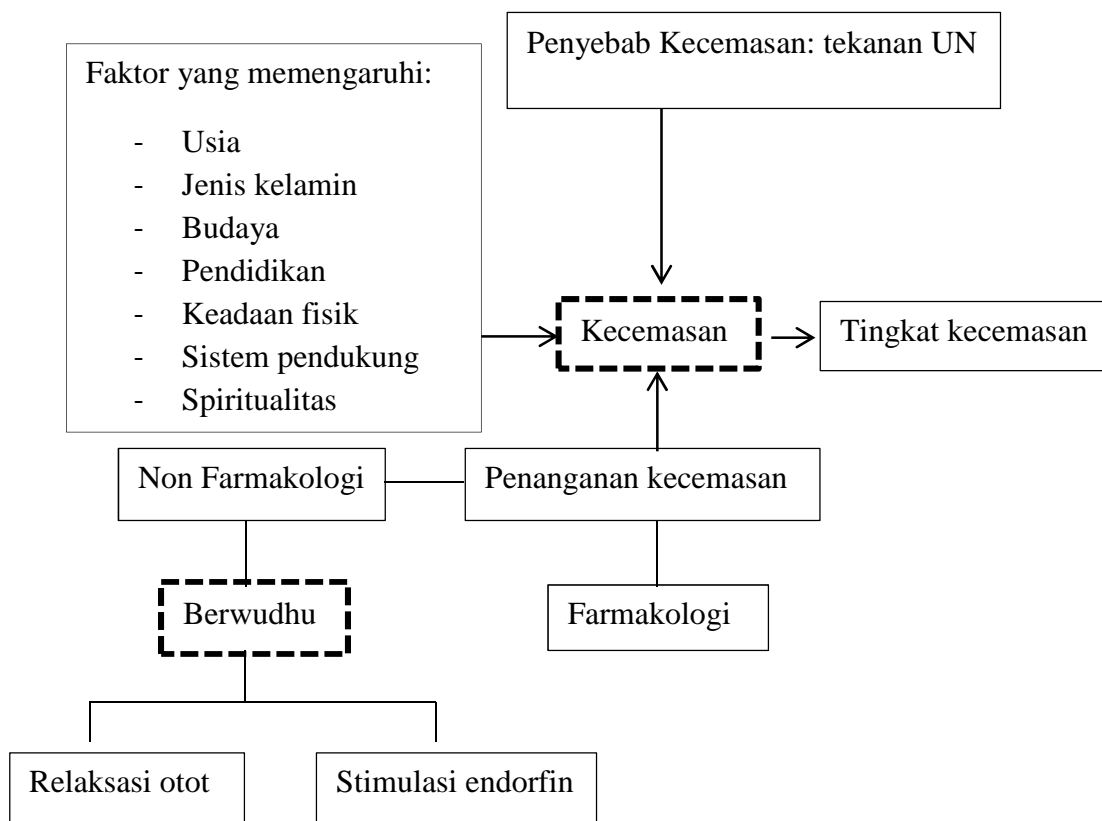
Membasuh anggota wudhu memberikan efek *massage* yang merupakan salah satu teknik relaksasi. Teknik relaksasi dapat membuat tubuh menjadi relaks, dan saat tubuh dalam kondisi relaks maka yang bekerja adalah sistem parasimpatik. Sistem saraf simpatik melepaskan epinefrin sehingga napas menjadi lebih dalam, nadi meningkat, dan tekanan darah meningkat, sedangkan sistem saraf parasimpatik menstimulasi turunnya semua fungsi yang dinaikkan oleh sistem saraf simpatik dan menaikkan semua fungsi yang diturunkan oleh sistem saraf simpatik sehingga relaksasi dapat menekan rasa tegang dan cemas (Potter & Perry, 2010). Hal ini didukung penelitian Wandi (2013) yang menunjukkan penurunan tingkat kecemasan siswa kelas 3 SMP menjelang ujian nasional setelah diberikan intervensi latihan relaksasi selama enam hari berturut-turut. Selain merilekskan

tubuh, efek *massage* juga dapat mendorong tubuh melepaskan endorfin yang menghasilkan perasaan nyaman (Potter & Perry, 2010). Hal ini dibuktikan oleh Sari dan Pantiawati (2013) yang menemukan bahwa teknik *massage* lebih efektif dibandingkan terapi musik dalam menurunkan kecemasan pada ibu bersalin primipara.

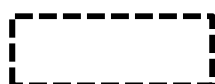
Perlu diketahui juga bahwa berwudhu merupakan kegiatan yang mencakup spiritualitas dan kepercayaan. Studi literatur yang dilakukan oleh Mardiyono, *et al.* (2011) sejak tahun 1994 hingga 2010 menemukan enam studi yang menunjukkan bahwa kegiatan spiritual meningkatkan perasaan bahagia dan kesehatan fisik, serta menurunkan ansietas dan depresi. Spiritualitas dan kepercayaan mengandung harapan yang merupakan konsep multidimensional yang memberikan kenyamanan selama individu menjalani situasi yang mengancam, penderitaan, dan tantangan personal lainnya. Harapan adalah energi, memberikan individu motivasi untuk mencapai keinginannya (Potter & Perry, 2010).

## B. Kerangka Konsep

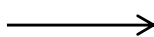
Berdasarkan tinjauan pustaka dan masalah penelitian yang telah dirumuskan di atas, peneliti merumuskan kerangka konsep yang menguraikan hubungan atau kaitan antara variabel yang satu dengan variabel lain yang dalam penelitian yakni variabel terikat (tingkat kecemasan) dan variabel bebas (berwudhu).



Keterangan:



= variabel yang diteliti



= adanya pengaruh langsung

**C. Hipotesis**

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh berwudhu terhadap tingkat kecemasan pada siswa SMA yang menghadapi Ujian Nasional

$H_1$  : Terdapat pengaruh berwudhu terhadap tingkat kecemasan pada siswa SMA yang menghadapi Ujian Nasional