

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konseling Qur'ani

a. Pengertian Konseling Qur'ani

Konseling adalah hubungan profesional antara konselor dengan konseli, konseling bertujuan untuk memberikan bantuan kepada konseli agar konseli dapat memecahkan pilihan dan tindakannya, pada proses konseling terjadi proses belajar serta perubahan dan perkembangan kepribadian. Menurut (Walgito,1982: 10-11) mengartikan konseling merupakan kegiatan pemberian bantuan kepada individu untuk memecahkan permasalahan kehidupannya melalui wawancara, dengan menyesuaikan pada keadaan individu guna mencapai kesejahteraan hidupnya. Sehingga harus diingat bahwa individu nantinya akan dapat memecahkan permasalahannya dengan kemampuan diri sendiri (Farid, 2010:34).

Sementara konseling Qur'ani sendiri merupakan upaya untuk membantu individu kembali kepada fitrah dan belajar mengembangkan fitrah, melalui cara memberdayakan akal, iman, dan keinginan yang dikarunia Allah SWT. Nilai-nilai agama yang dipercayai dan dianut oleh individu merupakan satu hal yang perlu konselor pertimbangkan dalam melakukan layanan konseling, hal ini dikarenakan tidak sedikit individu yang memiliki keyakinan kuat dalam pemecahan masalahnya melalui nilai-nilai agama. Seperti dikemukakan oleh Bishop (1992:179) bahwa nilai-nilai agama penting untuk dipertimbangkan oleh konselor dalam proses konseling agar proses konseling terlaksana secara efektif.

Selain masyarakat dibarat yang berkembang untuk lebih cenderung mengatasi permasalahan kejiwaan dengan meminta bantuan kepada ~~Peneragam Konseling Qur'ani~~ masyarakat Indonesia yang

1. Nilai agama penting untuk di pertimbangkan dalam membantu klien memecahkan masalahnya (Bishop (1992:179).
- 2.

terkenal lebih religius sejak dahulu hingga sekarang apabila memiliki permasalahan hidup juga lebih condong mendatangi tokoh agama. Hal ini dapat kita amati di masyarakat, banyak sekali orang-orang yang datang ke tempat para kyai bukan untuk menanyakan tentang permasalahan hukum agama, tetapi justru mengadukan permasalahan kehidupannya untuk meminta bantuan jalan keluar baik berupa nasehat, saran, meminta doa-doa dan di doakan untuk kesembuhan penyakit maupun keselamatan dan ketenangan jiwa. Menurut H.M Arifin (1982:2) bimbingan konseling religius merupakan usaha pemberian bantuan kepada individu yang mengalami kesulitan baik batiniah ataupun lahiriyah baik yang berkaitan dengan masa kini dan di masa mendatang pada kehidupan individu. Pemberian bantuan tersebut berupa layanan dibidang spiritual dan mental, agar individu yang memiliki masalah mampu mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri maupun dorongan dari kekuatan iman dan taqwa kepada Tuhan.

Bimbingan dan konseling religius apabila dilaksanakan di sekolah maupun madrasah, sangatlah bermanfaat, karena walaupun mereka masih tergolong masih anak-anak dan remaja, tetapi siswa juga memerlukan bantuan untuk mengatasi maupun menanggulangi masalah. Pemantapan dan penghayatan iman dan taqwa kepada Tuhan perlu ditanamkan sejak dini. Dengan iman dan taqwa kepada Tuhan, manusia akan merasa tenang sehingga semua pekerjaan akan terselesaikan dengan baik dan akan memberikan kebahagiaan pada diri individu. Bila dilihat dari aspek fungsionalnya maka bimbingan dan konseling religius berada dalam ruang lingkup:

- 1) Menjadi penunjang dalam program pelaksanaan pendidikan maupun sebagai pemamdu etika dan perilaku peserta didik di

lembaga-lembaga pendidikan baik di sekolah maupun di masyarakat.

- 2) Menjadi motivasi bagi peserta didik dalam mengikuti proses belajar-mengajar di sekolah, sehingga timbul semangat belajarnya.
- 3) Menjadi penyeimbang dan penggerak bagi peserta didik, guru dan staf administrasi sekolah serta kepala sekolah dalam melakukan kegiatan mensukseskan jalannya pendidikan dan pengajaran di sekolah sehingga tujuan-tujuan institusional, kurikuler, instruksional dapat lebih mudah untuk dicapai. Dengan motivasi ajaran agama, segala tugas dilaksanakan dengan dasar ibadah kepada Tuhan.
- 4) Menjadi pengarah bagi pelaksanaan program pendidikan khususnya pendidikan agama di lembaga pendidikan yang bersangkutan, sehingga dalam pelaksanaan program tersebut kemungkinan menyimpang akan dapat dihindari.

Dengan demikian, bimbingan dan konseling religius merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada individu yang memiliki permasalahan baik mental dan spiritual agar individu tersebut mampu mengatasi dengan kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri melalui dorongan dari kekuatan iman dan takwa (Farid, 2010:43).

b. Posisi Bimbingan dan Konseling Qur'ani dalam dunia Konseling

Menurut (Anwar, 2015:22) Posisi Konseling Qur'ani dalam dunia konseling pada umumnya dapat dilihat dari dua sisi:

- 1) Dilihat dari Al-Qur'an sebagai rujukan untuk membantu mengembangkan potensi individu dan membantu menyelesaikan problematika yang sedang dihadapi individu, sehingga bimbingan dan konseling Qur'ani adalah rujukan

untuk berbagai area, *setting*, dan tema konseling. Hal ini disebabkan Al-Qur'an adalah pedoman hidup yang pasti bagi manusia seluruhnya dan kitab bagi seluruh bidang kehidupan baik dalam kehidupan pribadi, kelompok, keluarga, kehidupan bersama, pendidikan, pernikahan, pekerjaan, menghadapi musibah, sakit dan pengobatan, hingga kehidupan sesudah mati.

- 2) Dilihat dari bimbingan dan konseling Qur'ani merupakan suatu metode yang memiliki pandangan hidup mengenai manusia yang paling komprehensif, tujuan konseling, definisi konseling, tata hubungan konselor dengan konseli, peran dan fungsi konselor, prosedur serta teknik tidak sama dengan pendekatan yang lain: maka konseling Qur'ani adalah salah satu dari model konseling dengan tema khusus dalam lingkup agama Islam.

c. Dasar Layanan Konseling Qur'ani

Menurut Anwar dalam Ahmad (2017:49) dasar layanan konseling Qur'ani adalah sebagai berikut:

- 1) Subjek yang di bimbing Allah adalah manusia, manusia adalah ciptaan Allah SWT. Allah tentu lebih mengetahui rahasia makhluk ciptaanya, Allah tentu lebih mengetahui potensi yang dikaruniakan kepada mereka dan bagaimana perkembangannya, Allah tentu lebih mengetahui bagaimana pula mengatasinya. Hasbi menyatakan bahwa dalam membangun manusia tidak akan mungkin hanya berpegang teguh pada pengalaman tanpa menggunakan petunjuk dan dasar dari Yang Maha Menciptakan manusia.
- 2) Informasi-informasi penting untuk membantu mengembangkan dan mengatasi segala persoalan yang di hadapi oleh manusia terdapat didalam Al-Qur'an yang dibawa oleh nabi Mohammad SAW.

- 3) Al-Qur'an merupakan panduan hidup bagi manusia serta merupakan Undang-Undang bagi seluruh lapisan masyarakat. Terkadang pedoman praktik bagi setiap pribadi dalam hubungannya dengan Tuhanya, keluarga, lingkungan sekitar, sesama muslim, non muslim baik yang berdamai maupun yang memeranginya, serta untuk diri sendiri. Individu yang mengikuti panduan ini pasti selamat dalam hidupnya di dunia maupun di akhirat.
- 4) Al-Qur'an adalah kitab suci yang di jamin terpelihara keasliannya oleh Allah, dan bagi siapa yang hendak memahaminya, Allah memudahkan pemahamannya.
- 5) Al-Qur'an sebagai kitab suci Allah SWT dan merupakan sumber utama serta utama dari segala ajaran Islam dan merupakan pedoman bagi umat untuk menuju kebahagiaan hidup dunia akhirat.
- 6) Sebagai pembimbing dan pegangan benar dan kokoh bagi manusia. Padahal tidak ada petunjuk serta rujukan-rujukan yang paling benar serta lebih kokoh selain yang bersumber dari Allah SWT.

d. Langkah-Langkah Konseling Qur'ani

Terdapat beberapa langkah-langkah dalam penerapan layanan konseling Qur'ani di antaranya adalah:

Menurut Fauzan (2018:82) konseling Qurani berbasis juz Qur'ani yaitu manusia dengan potensi fitriyah dan juz pribadinya langkah konseling Qur'ani adalah sebagai berikut:

1. *Ta'rifi (Arifi)* Ini merupakan tahap pengenalan/pengidentifikasian juz pribadi.
2. *Arafa fiy* Hasil pengenalan juz dialami atau dieksplorasi kedalaman dan keluasanya untuk mempertajam pemahaman diri.

3. *Taufiqi* Pemahaman terhadap karakteristik diri dan prinsip-prinsip kebenaran dan kesetimbangan tidak dengan serta merta menjadikan seseorang memilih jalan untuk menyeleraskan dirinya. Perlu keyakinan akan kebenaran nilai dan isi juz.
4. *Fi'li* Pemahaman yang telah mendapatkan pencocokan diri dan rancangan perilaku baru yang telah dibuat perlu diwujudkan pada tindakan nyata. Langkah nyata mewujudkan rancangan (langkah awal) memerlukan semangat kuat (azam) yang diiringi dengan tawakkal.
5. *Ihtisabi* Ini merupakan langkah monitoring dan evaluasi. Memantau dan mengevaluasi langkah nyata dapat dilakukan oleh konselor. Namun lebih menjamin kebaikannya jika konseli dibantu untuk mampu memantau, mengukur dan mengevaluasi sejauh mana langkah awal telah dilakukan oleh konseli.

Sementara menurut Ahmad (2017:54) tahapan konseling Al-Qur'an terhadap pemecahan masalah adalah sebagai berikut:

1. Langkah pertama, adalah pengenalan dan pembinaan hubungan baik antara mentor dengan konseli.
2. Langkah kedua, adalah konseli mengungkapkan problematika yang sedang dihadapi serta dampak yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut.
3. Langkah ketiga, yaitu mengarahkan konseli untuk melakukan kegiatan layanan konseling Al-Qur'ani, di antaranya adalah: a) Berwudhu, bertujuan untuk mensucikan diri baik secara lahir maupun batin, b) meniatkan diri dan berdoa memohon petunjuk kepada Allah SWT melalui Al-Qur'an atas permasalahan yang di

alami. c) mulai membuka Al-Qur'an berdasarkan suara hati (hanya satu kali membuka Al-Qur'an secara random). d) mentadaburi Al-Qur'an yaitu membaca dan memperhatikan terjemahan ayat demi ayat pada halaman Al-Qur'an yang telah di buka. Disini dilakukan proses interaksi rasa dan rasio secara mendalam dan menyeluruh untuk memperoleh petunjuk. e) mengaktifkan intuisi yaitu mengungkap makna kebenaran yang tersirat di balik ayat-ayat Al- Qur'an sebagai petunjuk dan jalan keluar dari permasalahan yang sedang di alami. f) memperoleh petunjuk (hidayah).

4. Langkah keempat, adalah klien melakukan *sharing* pendapat dengan mentor terkait pengalaman spiritual yang di alami selama berinteraksi dengan Al-Qur'an. Mentor dalam hal ini berperan untuk memperkuat dan mengarahkan pengalaman dan pemahaman yang di peroleh subjek.

Menurut Al-Alusi dalam tafsirnya langkah-langkah konseling Qur'ani di bagi menjadi tiga tahap. Yakni :

1. Proses *takhalli*, ialah membersihkan segala hal yang bersifat lahiriah, diantaranya adalah perilaku atau tindakan yang menyimpang serta bersifat batiniah.
2. Proses *tahalli*, ialah bimbingan serta pengisian jiwa yang murni, bersih disertai akhlak yang terpuji serta akidah yang benar.
3. Proses *tajalli*, ialah memfokuskan ruhaniah pada yang bersifat spiritual ke tingkatan ilahiyah dan rabbaniah.

Kegiatan konseling diyakini akan mendapatkan hasil yang lebih optimal, jika konseling merujuk pada nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan sunah. Namun demikian,

pada layanan konseling Qur'ani ini tidak ada larangan untuk menggunakan rujukan ilmu pengetahuan, asalkan rujukan tersebut tidak bertentangan dengan tuntunan agama (Aswadi, 2012).

Berdasarkan beberapa langkah-langkah konseling di atas maka peneliti membuat pengembangan langkah-langkah penerapan konseling Qur'ani yang disesuaikan dengan problematika dan juga tujuan konseling yang peneliti laksanakan, tahapannya sebagai berikut:

1. Langkah pertama pengenalan dan pembinaan hubungan baik antara konselor dengan konseli.
2. Langkah kedua konselor dan konseli mensucikan diri dengan berwudhu.
3. Berniat dan berdoa meminta petunjuk kepada Allah SWT melalui Al-Qur'an atas permasalahan yang di alami.
4. Membaca Al-Qur'an, dimulai dari halaman awal, satu hari minimal membaca satu lembar Al-Qur'an. (Kegiatan membaca Al-Qur'an ini terus siswa lakukan selama masa pelaksanaan *treatment* masih di lakukan, dan minimal siswa wajib untuk membaca satu hari satu lembar Al-Qur'an). Hal ini penting untuk di lakukan agar memberikan energi positif terhadap klien dan memberikan ketenangan hati dan pikiran bagi siswa, sehingga akan memberikan semangat baru bagi siswa yang akan melakukan ujian nasional. Sesuai dengan Firman Allah dalam QS Ar-Ra'du:28 bawasanya "Orang-orang beriman serta hati mereka menjadi tenteram melalui berzikir atau mengingat Allah. Maka ingatlah, karena hanya dengan mengingat Allah hati manusia dapat menjadi tentram". Ayat tersebut mempunyai arti bahwa melalui zikir kepada

Allah SWT maka setiap problematika dan ke Gundahan dalam hati akan sirna dan berganti dengan kesenangan. Hal ini tentu dengan membaca Al-Qur'an maka segala kegelisahan yang di hadapi oleh siswa akan berganti dengan kesiapan mental menghadapi ujian kenaikan kelas.

5. Langkah ketiga adalah diskusi mengenai kondisi diri, tentang kesiapan mental dan juga mendalami beberapa ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan petunjuk serta penyembuh dari segala permasalahan yang sedang di alami oleh siswa sehingga akan membetuk pribadi yang positif dan kesiapan dalam melakukan segala hal. Ayat-ayat yang di gunakan atau didalami pada penelitian ini di antaranya adalah ayat-ayat yang mengandung pemahaman bahwa Al-Qur'an merupakan petunjuk dari Allah SWT, ayat-ayat tersebut di antaranya adalah surat Al-Baqarah 45, 155, 186, surat Ali Imran 159, surat Al-Insyirah 8, surat At-Taubah 40, surat Al-Ma'arif 19-23. Selain ayat-ayat Al-Qur'an yang mengandung pengertian bahwa Al-Qur'an merupakan petunjuk dari Allah SWT, penelitian ini juga menggunakan ayat-ayat yang mengarahkan individu untuk mempersiapkan serta meningkatkan kesiapan mental, ayat-ayat tersebut di antaranya adalah surat Al-Baqarah 216, 286, surat Al-Insyirah 5-6, surat At-Thalaq 2-3, surat An-Nuur 26,

Selain itu untuk memudahkan penelitian, peneliti menggunakan metode konseling kelompok untuk pemberian layanan konseling Qur'ani. Konseling kelompok ialah layanan konseling individual yang dilakukan dalam suasana kelompok. Keunggulan konseling kelompok adalah dinamika interaksi sosial yang didapat berkembang dengan intensitif dalam suasana kelompok yang justru tidak didapati dalam

koseling perorangan (Prayitno, 2004, 311). Prayitno dan Amti (2004, 314). Menyebutkan ciri-ciri dalam konseling kelompok sebagai berikut:

- a. Jumlah anggota terbatas 5-10 orang
- b. Karakteristik anggota dan kondisi, hendaknya memiliki karakteristik yang sama namun dapat pula dilakukan dengan karakteristik anggota yang berbeda-beda.
- c. Tujuan yang ingin di capai ialah, Pemecahan masalah, Pengembangan, Kemampuan Komunikasi dan Interaksi sosial.
- d. Pemimpin kelompok adalah Konselor
- e. Peran anggota ialah, berpartisipasi dalam dinamika interaksi sosial, menyumbang pengetahuan masalah, menyerap bahan untuk pemecahan masalah.
- f. Suasana interaksi ialah, interaksi multi arah, mendalam dengan melibatkan aspek emosional.
- g. Sifat isi pembicaraan bersifat rahasia
- h. Frekuensi kegiatan, kegiatan dilakukan dengan mengetahui tingkat kemajuan pemecahan masalah. Kemudian evaluasi juga dilakukan dengan mengetahui tingkat kemajuan pemecahan masalah.

Berdasarkan pengertian di atas, maka kegiatan konseling Qur'ani pada penelitian ini menggunakan metode konseling kelompok. Konseling kelompok selain berguna dalam memudahkan penelitian dan juga pemberian *treatment*, metode ini dapat meningkatkan interaksi antar anggota dalam satu kelompok konseling Qur'ani.

Berdasarkan pengertian dari para ahli di atas dapat di simpulkan bahwa konseling Qur'ani merupakan layanan bantuan yang di berikan kepada

siswa yang lebih mengarahkan tidak hanya pada tercapainya keberhasilan siswa pada proses belajar mengajar di sekolah namun juga membantu siswa untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, hal ini dapat di ketahui dari 7 (tujuh) ayat yang memberikan pemahaman bahwa Al-Qur'an merupakan petunjuk yang sah dari Allah SWT, kemudian dengan mendalami ke 5 (lima) Ayat yang lain siswa akan mampu membentuk kesiapan mentalnya. Dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, maka diharapkan siswa akan mampu menumbuhkan ketenangan di dalam hatinya sehingga siswa akan siap untuk menghadapi setiap problematika yang akan di lalukannya termasuk meningkatkan kesiapan mental menghadapi ujian kenaikan kelas. Hal ini sesuai dengan yang tertuang di dalam surat Al-Baqarah ayat 186 bahwa

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.

Menurut Shihab (2010), menafsirkan bahwa pada ayat Al-Baqarah ayat 186 bahwa doa seseorang akan sampai pada Allah dan dikabulkan pada saat ia berdoa. Maka jika Allah telah memperkenankan dan mengabulkan doa mereka, hendaknya mereka itu membalasnya dengan iman dan ketaatan karena hal itu akan menjadi jalan kebenaran dan kebaikan mereka. Sehingga sudah jelas bahwa individu yang mampu untuk meyakini serta mendekatkan diri kepada yang maha kuasa maka individu tersebut akan mendapatkan petunjuk serta jalan keluar untuk menghadapi setiap problematika yang akan di lalukannya hingga meraih kesuksesan.

2. Kesiapan mental

a. Pengertian Kesiapan Mental

Menurut Slameto (2010:114) kesiapan merupakan kondisi seseorang yang membuat dirinya siap untuk memberikan respon maupun tindakan dengan cara tertentu pada sebuah situasi. Menurut Hamalik (2003:41) kesiapan merupakan sebuah keadaan atau kapasitas pada individu, dalam hubungannya dengan tujuan pengajaran tertentu. Sementara Thorndike menyebutkan bahwa kesiapan merupakan prasyarat untuk dapat belajar hal baru lainnya.

Menurut Gulo (1987:277) kesiapan mental yakni suatu kondisi kematangan psikis untuk menerima dan mempraktikkan tingkah laku tertentu. kesiapan mental sebagai sesuatu keinginan yang mengacu pada tingkat kematangan, pengalaman, dan emosi. Sementara menurut Salamah (2006:2-3) Kesiapan mental adalah suatu kondisi keadaan psikologis yang berhubungan dengan pengetahuan, keterampilan dan sikap individu. Kesiapan mental pada aspek afektif, aspek kognitif, dan aspek psikomotorik. Indikator-indikator yang digunakan adalah:

- 1) Mempunyai pertimbangan yang logis
- 2) Mempunyai kemauan dan kemampuan untuk bekerja sama
- 3) Mempunyai keberanian untuk bertanggung jawab
- 4) Mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri
- 5) Selalu berusaha untuk mendapatkan kemajuan
- 6) Mampu mengendalikan emosi.

Berdasarkan uraian dari para ahli di atas dapat disimpulkan jika kondisi kesiapan mental sangat diperlukan dalam menghadapi ujian kenaikan kelas, karena kondisi mental siswa yang telah siap dapat menentukan respon atas apa yang akan dialaminya dalam ujian nantinya. selanjutnya kondisi mental merupakan kondisi yang memiliki peranan penting terhadap pelaksanaan ujian nantinya sehingga sangat mempengaruhi proses dan hasil dalam melakukan ujian kenaikan kelas nantinya.

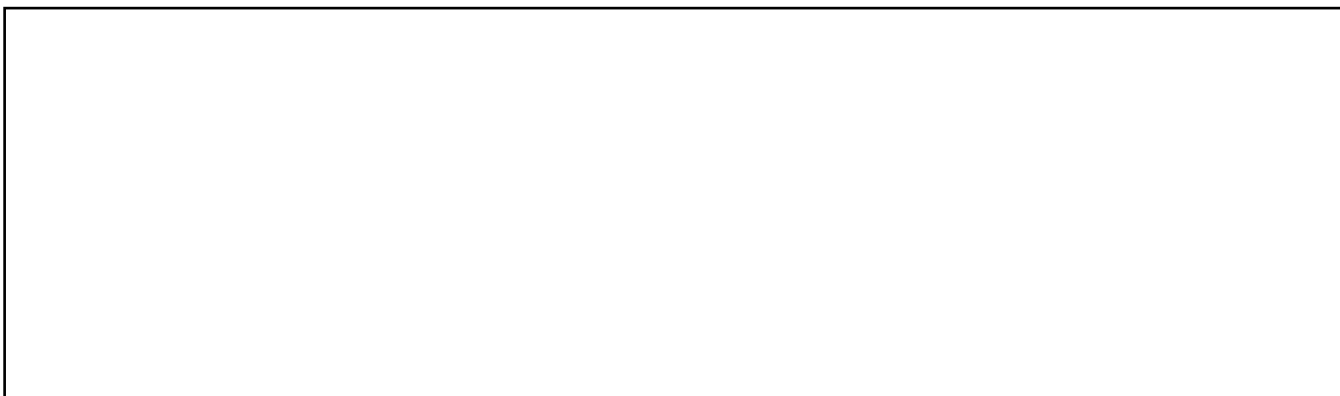
b. Hukum Kesiapan

Thorndike mengemukakan terdapat beberapa ide penting berkaitan dengan hukum-hukum belajar, di antaranya adalah hukum kesiapan (*law of readiness*). Dalam hukum kesiapan (*law of readiness*) ini, semakin siap individu memperoleh suatu perubahan tingkah laku, maka pelaksanaan tingkah laku akan menimbulkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat (Rahyubi, 2012:35).

Masalah pertama hukum kesiapan adalah jika terdapat kecenderungan bertindak dan individu melakukannya, maka ia akan merasa puas. Akibatnya ia tidak akan melakukan tindakan lain. Masalah kedua, jika ada kecenderungan bertindak, tetapi seseorang tidak melakukannya, maka timbullah rasa ketidakpuasan. Akibatnya ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya. Masalah ketiga, bila tidak ada kecenderungan bertindak tetapi seseorang harus melakukannya, maka timbullah ketidakpuasan. Akibatnya ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya (Rahyubi, 2012). Dapat di simpulkan bahwa apabila seseorang telah siap untuk melakukan sesuatu dan ia melakukannya, maka kepuasan yang ia dapat. Begitu pula sebaliknya, yang mengakibatkan ia melakukan hal lain untuk mencari kepuasan. Tetapi, jika seseorang tidak siap untuk melakukan sesuatu dan ia memaksa untuk melakukannya, maka kekecewaanlah yang akan muncul.

c. Prinsip-prinsip kesiapan

Menurut Slameto (2012:183) prinsip-prinsip kesiapan meliputi:



2. Kematangan jasmani dan rohani adalah perlu untuk memperoleh manfaat dari pengalaman.
3. Pengalaman memiliki pengaruh positif pada terbentuknya kesiapan.
4. Kesiapan merupakan dasar bagi kegiatan tertentu serta terbentuk pada periode tertentu selama masa perkembangan.

d. Aspek-aspek kesiapan

Menurut Slameto (2010:115) aspek-aspek kesiapan ialah:

1. Kematangan, (*maturation*) merupakan proses pada perubahan tingkah laku, yang berasal dari perkembangan dan pertumbuhan.
2. Kecerdasan, disini hanya dibahas perkembangan kecerdasan menurut J. Piaget perkembangan kecerdasan adalah sebagai berikut:
 - a. Sensori motor periode (0–2 tahun) reaksi reflek yang dilakukan oleh anak belum terkoordinasi dengan baik. Sensori motor mengalami perkembangan dari perkembangan sederhana menuju perkembangan yang lebih kompleks lagi.
 - b. *Preoperational* periode (2–7 tahun) Anak tertarik untuk mulai mempelajari objek yang sama dengan objek yang orang dewasa pelajari.
 - c. *Concrete operation* (7–11 tahun) Anak mulai dapat berpikir lebih dahulu tentang akibat yang didapat dari tindakan yang akan dilakukan, anak tidak lagi melakukan tindakan coba-coba (*trial and error*).
 - d. *Formal operation* (lebih dari 11 tahun) tindakan kecakapan anak hanya terbatas pada objek yang konkret, namun anak dapat berfikir melalui kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi, anak dapat mengorganisasikan masalah dan situasi, anak dapat

berfikir dengan logis, memahami hubungan sebab akibat, berfikir secara ilmiah dalam memecahkan masalah.

Kemampuan belajar, berprestasi dan terampil pada pelajarannya, disesuaikan dengan kemampuan serta kecakapan yang dimiliki individu, merupakan salah satu bukti terpenting dari pentingnya memiliki kesiapan di dalam diri. Begitu juga saat siswa akan menghadapi ujian kenaikan kelas akan sangat memiliki hubungan erat dengan kesiapan, dikarenakan melakukan ujian termasuk dalam prasyarat kenaikan kelas, sehingga mengikuti ujian kenaikan kelas tanpa didasari oleh kesiapan dapat diartikan merupakan perbuatan yang sia-sia.

e. Pengertian kesehatan mental

Pribadi yang sehat secara mental tidak hanya berkaitan bebas dari penyakit mental, namun juga diperlukan penyesuaian diri yang baik, bukan hanya terbebas dari gejala abnormal, namun juga memiliki penyesuaian diri yang baik, tidak hanya penyesuaian untuk keperluan dipandang baik, namun penyesuaian yang dilakukan sepanjang hayat yaitu individu terus menerus menemukan dan menghadapi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.

- 1) Kesehatan mental merupakan keadaan terhindarnya individu dari gejala-gejala gangguan jiwa, gangguan jiwa disini secara ringkas dapat di katakan bahwa individu yang menderita gangguan jiwa dengan ciri-ciri sering merasa cemas tanpa di ketahui penyebabnya, tidak memiliki semangat untuk bekerja, badan lesu, malas dan lain-lain.
- 2) Kesehatan mental merupakan kemampuan individu dalam menyesuaikan dirinya dengan individu lainya serta masyarakat dan lingkungan dimana individu itu tinggal.

- 3) Kesehatan mental merupakan tindakan serta pengetahuan dalam mengembangkan dan memanfaatkan segala bakat, pembawaan serta potensi yang dimiliki oleh seseorang, serta terhindarnya individu dari segala gangguan penyakit kejiwaan sehingga individu mampu membawa pada kebahagiaan dirinya.
- 4) Kesehatan mental merupakan keadaan dimana individu mampu untuk mewujudkan keberfungsian keadaan jiwanya untuk memiliki kesanggupan dalam menghadapi problematika serta memiliki pemikiran positif terhadap kemampuan yang dimiliki.

Menurut Jalaluddin (2000:138) kesehatan mental merupakan ilmu yang meliputi sistem yang berkaitan dengan peraturan-peraturan, prosedur-prosedur, serta prinsip-prinsip dalam meningkatkan kesehatan rohani. Seseorang yang sehat rohaninya akan selalu merasa tenang, aman, serta selalu merasa tenang di dalam hatinya.

Sehingga dari beberapa teori diatas dapat dikatakan bahwa kesehatan mental merupakan terhindarnya individu dari segala gejala gangguan dan penyakit jiwa, mampu memanfaatkan potensi yang ada dalam diri secara semaksimal mungkin, mampu menyesuaikan diri, serta membawa diri menuju kebahagiaan. Sehingga didalam hati individu akan mampu untuk selalu merasa aman, tenang, dan tenang.

Kesehatan mental individu dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Untuk itu pembinaan berbasis agama dalam mewujudkan kesehatan mental baik pembinaan sejak usia dini ataupun setelah individu dewasa sangat penting untuk dilakukan. Karena agama merupakan konstruksi awal bagi pribadi individu. Akan tetapi jika individu dewasa tidak mengenal agama, maka individu tersebut rentan mengalami penyakit jiwa. Jika ilmu jiwa

membahas mengenai ketentraman jiwa serta perasaan, maka agama memberikan petunjuk dan arahan agar individu mampu mencapai ketentraman jiwa.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa keadaan mental yang sehat dapat menumbuhkan individu untuk beradaptasi serta memberikan respon terhadap setiap permasalahan dalam artian adalah kesiapan mental itu sendiri. Mental yang sehat juga menentukan siswa mempunyai semangat belajar atau justru siswa merasa pasif dan tidak bersemangat. Sehingga menjaga kondisi mental akan menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan. Kemudian untuk dapat memunculkan kondisi kesehatan mental dalam diri sehingga individu mampu untuk meningkatkan kesiapan mentalnya di perlukan stimulus agar mampu merangsang individu untuk melakukan sesuatu guna membentuk perilaku baru, salah satu stimulus yang dapat di berikan adalah melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Seperti halnya pada penelitian ini yaitu memberikan layanan konseling Qur'ani untuk meningkatkan kesiapan mental siswa. layanan ini dipilih karena agama selain merupakan pedoman bagi manusia, menyakini serta mendalami agama mampu memberikan ketenangan di dalam diri setiap individu. Hal ini tertera dalam surat Al-Baqarah ayat 186

Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.

Bawasanya individu yang beriman dan meyakini Allah SWT, akan mendapatkan petunjuk untuk menyelesaikan setiap problematika yang akan di hadapi. Sehingga layanan konseling Qur'ani ini selain dapat membantu siswa menyelesaikan permasalahannya juga dapat mendorong individu untuk lebih memiliki ketenangan di dalam dirinya yang kemudian dapat meningkatkan kesiapan mental di dirinya dalam memberikan respon

maupun tindakan dari setiap hal yang akan di lakukan termasuk kesiapan mental menghadapi ujian kenaikan kelas.

3. Ujian Kenaikan Kelas

a. Pengertian ujian kenaikan kelas

Menurut Permendikbud tahun 2013 Nomor 66 tentang standar penilaian pendidikan sendiri ialah

Standar penilaian pendidikan merupakan kriteria mengenai mekanisme, prosedur, dan instrumen penilaian hasil belajar peserta didik. Proses ini merupakan pengolahan informasi guna mengukur pencapaian hasil belajar siswa yang mencakup nilai otentik, nilai diri, nilai berbasis portofolio, ulangan, ulangan harian, ulangan tengah semester, ulangan akhir semester, ujian tingkat kompetensi, ujian mutu tingkat kompetensi, ujian nasional.

Sementara berdasarkan Permendikbud tahun 2013 Nomor 66

Ulangan merupakan proses yang dilakukan untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik secara berkelanjutan dalam proses pembelajaran, untuk memantau kemajuan dan perbaikan hasil belajar peserta didik. Ulangan akhir semester merupakan kegiatan yang dilakukan oleh pendidik untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik di akhir semester. Cakupan ulangan meliputi seluruh indikator yang merepresentasikan semua KD pada semester.

Dari beberapa pengertian menurut Permendikbud di atas maka dapat disimpulkan bahwa ujian kenaikan kelas merupakan

salah satu kegiatan untuk mengukur keberhasilan pembelajaran selama satu semester, serta untuk mengukur pencapaian kompetensi setiap peserta didik. Kegiatan ujian kenaikan kelas dilakukan di akhir semester, kegiatan ini mencakup penilaian seluruh ketrampilan dasar yang di berikan di sepanjang satu semester tersebut.

b. Kriteria Kenaikan Kelas

Berdasarkan Permendikbud nomor 23 tahun 2016 bahwa kriteria kenaikan kelas adalah sebagai berikut:

- 1) Kompetensi inti (Ki), Ki 1 dan Ki 2 yang meliputi sikap, tingkah laku siswa minimal berkelakuan baik (B).
- 2) Nilai pengetahuan (Ki 3) dan ketrampilan (Ki 4) harus tuntas.
- 3) Mata pelajaran dengan KBM (ketuntasan belajar minimal) yang tidak tuntas lebih dari 3. mata pelajaran dapat di katakan tuntas jika nilai Ki 3 dan nilai Ki 4 telah tuntas dengan predikat minimal c. Pada predikat ketrampilan serta pengetahuan di dasarkan pada KBM masing-masing satuan pendidikan.

Sementara kriterian kenaikan kelas yang di tentukan oleh satuan pendidikan, dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Siswa mampu menyelesaikan seluruh program pembelajaran pada dua semester di tahun pelajaran yang di ikuti.
- 2) Siswa mampu mencapai tingkat kompetensi yang di persyaratkan, minimal sama dengan KKM
- 3) Siswa mampu untuk mencapai nilai sikap di semua mata pelajaran dengan nilai minimal baik.
- 4) Tidak memiliki nilai kurang dari KKM maksimal pada tiga mata pelajaran.
- 5) Ketidakhadiran siswa dengan tanpa keterangan maksimal adalah 15% dari jumlah hari efektif.

B. Keterkaitan Konseling Qur'ani Terhadap Kesiapan Mental Siswa Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas

Ujian kenaikan kelas menjadi persalahaan tersendiri bagi siswa, di satu sisi ujian kenaikan kelas dilaksanakan untuk mengetahui tingkat kemampuan dan keberhasilan siswa dalam proses belajarnya, disatu sisi menimbulkan ketegangan tersendiri pada diri siswa karena Ujian kenaikan kelas sebagai prasyarat siswa naik atau tinggal kelas, tentu ketegangan-ketegangan tersebut dapat menimbulkan permasalahan termasuk hilangnya fokus saat menghadapi ujian kenaikan kelas hingga sampai pada tidak siapnya siswa menerima hasil nilai ujian yang keluar dengan nilai yang di harapkan oleh siswa tidak sesuai dengan apa yang di inginkan. Berbagai tekanan negatif yang di rasakan oleh siswa yang akan mengahadapi ujian kenaikan kelas sangat berpengaruh terhadap kesiapan mental siswa dalam menghadapi ujian kenaikan kelas nantinya, dan tentu kesiapan mental sangat di butuhkan oleh siswa dalam menghadapi ujian kenaikan kelas.

Kesiapan mental di butuhkan individu dalam menekan efek negatif yang muncul akibat tekanan perasaan cemas yang muncul saat akan menghadapi ujian kenaikan kelas (Slameto, 2010:114) . Salah satu faktor yang membentuk kesiapan mental adalah agama, yaitu hubungan individu dengan Tuhanya, kemampuan tersebut mampu meningkatkan efek positif sekaligus menurunkan efek negatif. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah mendekatkan diri dengan tuhan melalui media Al-Qur'an, yaitu di butuhkan kedekatan antara individu dan Allah agar dapat tercerahkan melalui Al-Qur'an, biasanya cara ini disebut dengan Konseling Qur'ani.

Kemampuan individu dalam membangun kedekatan dengan Tuhanya melalui Konseling Qur'ani , yaitu melakukan pendekatan dengan Allah melalui fasilitator yaitu Konselor yang membantu individu untuk dapat membaca, mengamalkan dan mendalami makna dari Al-Qur'an yang dibaca (Ahmad, 2017). Siswa yang mampu medekatkan diri pada Allah dan mencari petunjuk melalui Al-Qur'an akan lebih mudah mempersiapkan kesiapan mentalnya dalam menghadapi ujian kenaikan

kelas. Tuntunan agama mampu membantu individu untuk membangun kepribadian yang tangguh, sehat mental, tenang jiwa. Sehingga dapat menanggulangi berbagai problem hidupnya dan senantiasa menyesuaikan diri dengan lingkungan kehidupannya (Adz-Dzaky:2015). Begitupun dengan siswa yang akan menghadapi ujian kenaikan kelas, dengan mengambil pedoman dari al-Qur'an maka siswa akan lebih siap mental, memiliki tanggung jawab, tenang jiwa dan pikiran, serta mampu menghadapi permasalahannya yaitu meningkatkan kesiapan mental menghadapi ujian kenaikan kelas.

Dengan melakukan Konseling Qur'ani siswa akan mampu untuk lebih mendekatkan diri pada Allah dan lebih intens dalam membaca Al-Qur'an sebagai pedoman dalam menghadapi suatu problematika, aktifitas yang bisa dilakukan adalah seperti memperbanyak membaca Al-Qur'an, memahami dan mengamalkan makna dari isi surat yang ada di dalam Al-Qur'an, agar hati menjadi tenang dan mampu untuk meningkatkan kesiapan diri menghadapi ujian kenaikan kelas.

Berdasarkan tahapan konseling yang dilakukan terdapat beberapa manfaat yang didapatkan, seperti sesi layanan informasi siswa akan lebih mengetahui tentang pemahaman kondisi dirinya, lalu sesi membaca Al-Qur'an siswa akan lebih merasakan ketenangan dan konsentrasi, kemudian sesi penghayatan Al-Qur'an, konseli akan memaknai bahwa Al-Qur'an di turunkan sebagai petunjuk dan penyembuhan, dimana pada sesi ini konseli perlu untuk meyakini bahwa Allah SWT akan menunjukkan jawaban dari permasalahannya. Sesi selanjutnya adalah diskusi, *sharing*, dan evaluasi, siswa akan mendapatkan pemahamann terkait apa yang akan di lakukan selanjutnya, sehingga kecemasan yang muncul akan dapat berkurang, selain itu konseli akan lebih siap dalam membentuk pribadi yang memiliki mental yang sehat.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat di simpulkan bahwa individu yang melakukan Konseling Qur'ani akan lebih mendekatkan diri pada Tuhanya, memiliki jiwa yang lebih tenang, dan mengerti cara untuk

menghadapi setiap problematika yang muncul. Sehingga mampu membantu siswa untuk membentuk kesiapan mental menghadapi ujian kenaikan kelas.

C. Kajian penelitian yang relevan

No	Nama/Judul penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Shanty Komalasari (2018), “Pengaruh <i>Konseling Qur’ani untuk menurunkan tingkat depresi pada mahasiswa UIN Antasari</i> ”	Pada penelitian yang di lakukan oleh Shanty di ketahui skor Z dengan menggunakan analisis uji <i>Wilcoxon</i> pada kelompok eksperimen di peroleh skor Z = -0,609 ^a dan skor p = 0,542 karena skor p > 0,05 sehingga konseling Qur’ani dapat dikatakan cukup efektif untuk menurunkan tingkat depresi pada mahasiswa.	Penelitian dilakukan selama dua minggu lebih, ayat Al-Qur’an yang di gunakan random, penelitian tentang pengaruh <i>Konseling Qur’ani untuk menurunkan tingkat depresi</i> sedangkan peneliti yang dilakukan peneliti selama tiga minggu dan menggunakan 12 ayat Al-Qur’an pada proses konselingnya, serta tujuan penelitian yang dilakukan peneliti adalah untuk meningkatkan kesiapan mental	Sama-sama menerapkan pendekatan pendekatan <i>Konseling Qur’ani</i> untuk membantu problematika klien.
2	Syafira Putri (2018),	<i>Konseling Qur’ani</i> memiliki	Penelitian ini dilakukan selama	Menerapkan pendekatan

	<p>“Konseling Qur’ani terhadap kesejahteraan subjektif ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus”</p>	<p>peningkatan skor rata-rata kesejahteraan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada kelompok kontrol. Hal ini diketahui dari nilai uji analisis uji Wilcoxon pada kelompok eksperimen dengan nilai $Z = -1,826$, $\text{sig}(p) = 0,068$, sementara pada kelompok kontrol hasilnya $Z = 1,095$, $\text{sig}(p) = 0,273$</p>	<p>dua kali pertemuan dalam dua minggu, ayat yang digunakan pada proses konseling dipilih secara acak kemudian di baca, di hafalkan serta di ketahui maknanya. serta tujuan penelitian untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sedangkan penelitian yang dilakukan pada penelitian ini dilakukan tiga kali pertemuan selama tiga minggu, dan menggunakan 12 ayat Al-Qur’an untuk di tadaburi serta tujuan peneliti meningkatkan kesiapan mental siswa.</p>	<p>Konseling Qur’ani untuk membantu penyelesaian problematika yang di alami oleh klien</p>
3	Ahmad &	Respon positif di	Penelitian ini	Sama-saman

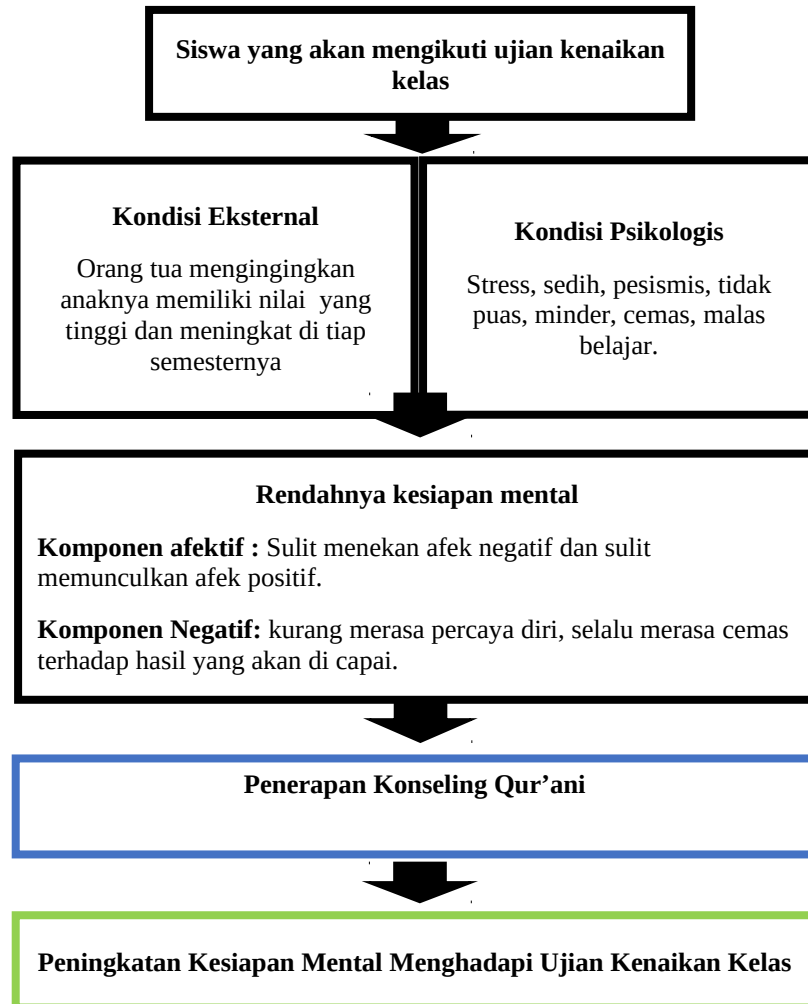
	Ahmad Yasser Mansyur “ <i>Problem Solving Berbasis Konseling Al-Qur’an</i> ”.	rasakan oleh klien setelah mengikuti konseling Al-Qur’ani, klien mengakui bahwa konseling Al-Qur’ani memberikan solusi atas permasalahan yang di alami	dilakukan dengan cara klien membuka Al-Qur’an secara random berdasarkan suara hati dan hanya di lakukan sekali membuka, kemudian mentadaburinya kemudian melakukan sahring dengan konselor, Konseling Qur’ani untuk mengatasi permasalahan yang di alami oleh klien sementara peneliti melakukan menggunakan 12 ayat untuk ditabaruri serta menggunakan konseling Qur’ani untuk meningkatkan kesiapan mental	menggunakan media layanan konseling Qur’ani
4	Mas’udi (2017) “ <i>Terapi Qur’ani Bagi Penyembuhan Gangguan</i> ”	Ayat-ayat dalam Al-qur’an menjadi penerapis guna mengubah pemikiran, kepribadian klien	Penelitian terdahulu memilih Al-Qur’an secara random kemudian membaca serta mendengarkan	Sama-sama menggunakan media Al-Qur’an sebagai metode layanan untuk

	<i>Kejiwaan”</i>	dengan metode afektif, yaitu motivasi, pengulangan, perhatian, pembagian belajar, dan perubahan secara bertahap.	secara berulang-ulang agar membersihkan sel-sel klien sehingga Terapi Qur’ani dapat di jadikan layanan untuk penyembuhan gangguan kejiwaan, sedang penelitian yang di lakukan oleh peneliti menggunakan 12 ayat untuk di tadaburi dan konseling Qur’ani untuk meningkatkan kesiapan mental.	membantu penyelesaian masalah yang di alami oleh klien.
--	------------------	--	---	---

Berdasarkan uraian dari beberapa penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa posisi penelitian yang di lakukan oleh peneliti lebih mengarah pada layanan konseling Qur’ani sebagai layanan penyembuhan dan pengembangan, penyembuhan di sini di artikan dengan penyembuhan ketidak siapan mental siswa, dan pengembangan terhadap pembentukan kesiapan mental siswa membentuk perencanaan lanjutan baik setelah selesai melaksanakan ujian kenaikan kelas maupun saat siswa melaksanakan proses belajar di sekolah hingga siswa lulus nantinya dan melakukan perencanaan untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi maupun pilihan untuk bekerja.

D. Kerangka Berfikir

Tabel 2.1 Kerangka Teoritis



Keterangan

— : Kondisi siswa menghadapi ujian kenaikan kelas

— : Penerapan konseling Qur'ani

— : perubahan setelah di beri Intervensi

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini adalah ke efektifan konseling Qur'ani untuk meningkatkan kesiapan mental siswa menghadapi ujian kenaikan kelas.