

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Panjat tebing merupakan olah raga yang bisa dilakukan di tebing langsung maupun miniatur tebing yang biasanya disebut wall climbing. Pertama kali panjat tebing dikenal di kawasan Eropa, tepatnya di pegunungan Alpen. Pada tahun 1910, penggunaan alat dalam panjat tebing mulai diperkenalkan meskipun masih terbatas pada carabiner dan piton yang terbuat dari baja, sejak itulah pendaki dari Austria dan Jerman mulai mengembangkan teknik dan alat-alat baru dalam panjat tebing. Di Inggris sebelum perang dunia meletus, kegiatan panjat tebing sangat dibatasi dalam penggunaan piton dengan alasan merusak lingkungan, sehingga menyebabkan Inggris tertinggal dari Jerman. Kemudian pada tahun 1920 dikenalkan tentang teknik pemanjatan tebing dengan menggunakan tali.¹

Tahun 1970, para pemanjat Amerika mulai mengembangkan teknik baru di kawasan Yosemite. Memasuki tahun 1980 panjat tebing mulai terpisah dari induknya (mendaki gunung). Sementara di Indonesia sendiri panjat tebing mulai dikenal tahun 1960 yang dirintis oleh Mapala UI dan Wanadri diantaranya: Harry Suliztianto, Agus Resmonohadi, Heri Hermanu, dan Deddy Hikmat yang memulai latihan di tebing Citatah Jawa Barat. Kantor kementerian Negara Pemuda dan Olah Raga bekerja sama dengan Pusat Kebudayaan Perancis (CCP) tahun 1989 mengundang para pemanjat Perancis Patrick Bernhault, Jean Baptise Tribout dan Corriene Lebrune, serta Jean Harau seorang instruktur teknis panjat tebing. Berdirinya FPTGI diikrarkan di Tugu Monas 21 April 1988 yang dilakukan sekitar 40-an orang dari berbagai OPA dari Jakarta, Bandung, Padang, Medan, Semarang,

¹M.Sofyan, *Rock Climbing/Panjat Dinding*, Jakarta: CV Ricardo, 2009, Hal. 10

Yogyakarta Surabaya dan Ujung Pandang. Kemudian FPTGI berubah nama menjadi FPTI (Federasi Panjat Tebing Indonesia). Dan tahun 1992 diakui sebagai anggota Union Internationale des Association des Alpinisme (UIAA) yang mewadahi organisasi panjat tebing dan gunung Internasional. Tahun 1994 FPTI diakui sebagai induk olah raga panjat tebing oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) dan mulai ikut event pon sejak 1996.²

Dalam olah raga panjat tebing sendiri ada dua klasifikasi pembedaan, yaitu :

1. Perbedaan yang pertama adalah antara Free Climbing dengan Artificial Climbing. Free Climbing adalah suatu tipe pemanjatan dimana si pemanjat menambah ketinggian dengan menggunakan kemampuan dirinya sendiri, tidak dengan bantuan alat. Dalam Free Climbing, alat digunakan hanya sebatas pengaman, bukan sebagai alat untuk menambah ketinggian. Bedanya dengan Artificial Climbing, di mana alat selain digunakan sebagai pengaman, juga berfungsi untuk menambah ketinggian.
2. Perbedaan yang kedua adalah antara Sport Climbing dengan Adventure Climbing. Sport Climbing adalah suatu pemanjatan yang lebih menekankan pada faktor olahraganya. Dalam Sport Climbing, pemanjatan dipandang seperti halnya olahraga yang lain, yaitu untuk menjaga kesehatan. Sedangkan pada Adventure Climbing, yang ditekankan adalah lebih pada nilai petualangannya.³

Sejalan dengan perkembangan olahraga di indonesia salah satunya adalah olahraga panjat. Olahraga panjat terbagi menjadi dua macam yakni panjat tebing yang dilaksanakan di tebing yang sesungguhnya dan panjat dinding yang di laksanakan di dinding buatan. Sebagaimana diketahui olahraga panjat dinding termasuk jenis kategori olahraga populer

²M.Sofyan, *Ibid*, Hal. 11

³M.Sofyan, *Ibid*, Hal. 12

dikalangan remaja akhir-akhir ini, hal ini terbukti dengan seringnya dilaksanakan kejuaraan-kejuaraan panjat dinding dari sekala daerah, nasional, bahkan sampai tingkat nasional. Olahraga panjat dinding tersebut telah digemari dan di jadikan olahraga tantangan bagi para generasi muda, di samping itu olahraga yang penuh tantangan dan harus di lakukan dengan keberanian dan keterampilan ini merupakan salah satu olahraga kompetitif (prestasi) sehingga pembinaannya harus dilakukan dengan sebaik-baiknya agar tujuan akhir mencapai prestasi maksimal dapat terwujud.

Dinding panjat pertama kali diperkenalkan di Indonesia pada tahun 1988 oleh empat atlet pemanjat Perancis yang diundang atas kerjasama kantor MENPORA dengan KEDUBES Perancis di Jakarta, dan sekaligus memberikan kursus singkat. ada olahraga panjat tebing, terutama pada pada olahraga tebing buatan (dinding) dipertandingkan tiga nomer pertandingan yaitu kategori rintisan (kesulitan/difficult), kategori kecepatan (speed) dan jalur pendek atau sering disebut dengan boulder. Setiap nomer yang dipertandingkan dalam olahraga panjat tebing buatan memiliki tingkat kesulitan berbeda. Pada kategori rintisan, pemanjat harus pandai membaca jalur pemanjatan untuk dapat mencapai puncak tertinggi tebing buatan. Pada kategori kecepatan (speed) pemanjatan dilakukan secara top roop (tali sudah dikaitkan di top agar pemanjat sudah berada dalam posisi aman) untuk mengantisipasi apabila pemanjat terjatuh.⁴

Pengaman yang sudah dikaitkan di top sebagai pengaman utamanya. Untuk kategori rintisan dan speed pemanjat diatur atau dijaga oleh belayer (rekan pemanjat yang berada dibawah yang mengatur turunya pemanjat. Pada kategori jalur pendek atau boulder,

⁴FPTI, *Materi praktek Memanjat Pelatihan Pelatih Tingkat Dasar*, Surabaya: FPTI Jawa Timur, 2002, Hal 15

pemanjat harus pandai membaca jalur dan harus memiliki keberanian untuk melompat, atlet tidak menggunakan pengaman tubuh, pengaman hanya diberikan dengan cara menyimpan matras dibawah tebing /papan untuk pengamanan bila atlet terjatuh.

Dari kutipan diatas di tarik kesimpulan bahwa rintisan (lead) merupakan kompetisi dimana pemanjat melakukan pemanjatan di dinding dan di-belay oleh teman satu team, setiap pemanjat memasang pengaman secara berurutan sesuai peraturan dan ketinggian yang di capai. Tidak mudah bagi seorang pemanjat untuk mencapai garis finish tersebut, sehingga diperlukan keterampilan dan kondisi fisik yang baik, cabang olahraga panjat dinding khususnya kategori rintisan sangat sulit karena dalam pertandingan ini pemanjat harus memiliki kondisi fisik yang ekstra atau lebih pemanjat pun harus pandai memilih pegangan dan pijakan untuk bisa melangkah ke atas hingga menyelesaikan pertandingan dengan sempurna, untuk itu seorang pemanjat memerlukan kekuatan otot lengan dan fleksibilitas panggul yang baik, maka kedua komponen di atas harus dilatih untuk mendukung atlet mencapai hasil yang maksimal.⁵

Olahraga panjat tebing tidak hanya mengedepankan fisik dan materi yang bagus. Olahraga panjat tebing ini tergolong dalam olahraga ekstrim yang kompetitif juga untuk dipertandingkan dengan persaingan yang sangat ketat. Bisa jadi atlet yang psikologisnya kurang baik akan merasa tertekan dengan keadaannya tersebut yang menyebabkan kurangnya percaya diri sehingga dapat mempengaruhi performa seorang atlet pada waktu bertanding.

. Hal ini menjadi suatu ketakutan tersendiri bagi sebagian atlet, kondisi psikologis atlet bermacam-macam dalam menghadapi sebuah kejuaraan atau pemanjatan di tebing langsung.

⁵Mapala Himalaya, *Modul pendidikan ekspedisi Rock Climbing*, Tulungagung: Mapala Himalaya, 2016, Hal. 13

Hal ini disebabkan adanya kondisi psikologis yang berbeda-beda dalam diri setiap atlet. Stres, tegang, gelisah, khawatir, tidak percaya diri dan takut dalam menghadapi sebuah kejuaraan. Sebaliknya atlet yang psikologisnya baik pasti akan tenang dan optimis, percaya diri dalam menghadapi sebuah kompetisi.

Olahraga panjat tebing juga merupakan olahraga yang ekstrim. Dalam olahraga panjat tebing ini ketika pemanjatan di tebing alam langsung dan pemanjat sebuah tebing yang tinggi pastinya ketakutan dan rasa kurang percaya diri akan muncul, ketika di hadapkan dalam situasi yang kurang baik, semisal jalur pemanjatan yang sulit, tebing yang di panjat tinggi, mempunyai tingkat kesulitan yang lebih, dan pengaman yang di tebing tidak terlalu banyak. Dari situasi tertekan itu seorang pemanjat harus mempunyai upaya-upaya untuk menjaga performanya dalam panjat tebing. Lindiefield berpendapat orang dapat dikatakan memiliki kepercayaan diri super ketika kepercayaan diri batin dan kepercayaan diri tingkah laku terbentuk secara istimewa. Kekuatan dan kekuasaan tambahan dari percaya diri yang super berasal dari interaksi lahir dan batin yang terus berkesinambungan.⁶

Menurut Prof Dr. Zakiah Daradjat, pakar dan praktisi konseling dan psikoterapi Islam, berpendapat bahwa doa dapat memberikan rasa optimis, percaya diri, semangat hidup dan menghilangkan perasaan putus asa ketika seorang menghadapi keadaan atau masalah-masalah yang kurang menyenangkan baginya. Dalam hal ini dia menyatakan Dalam kehidupan manusia sehari-hari, ditemukan aneka ragam cara menghadapi masalah atau keadaan yang kurang menyenangkan. Ada orang yang mudah patah semangat, menyerah kepada keadaan, kehilangan kemampuan untuk mengatasi kesulitan, bahkan menjadi putus asa dan murung.

⁶A. Febi Yanto, *Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling*, Semarang: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2009, Hal. 5

Bagi orang yang taat beribadah, dan selalu merasa dekat kepada Allah SWT. Doa menjadi penunjang bagi semangat hidup yang tiada taranya. Dan doa adalah penunjang semangat hidup yang amat penting. Doa memang penting bagi ketenteraman batin. Dengan berdoa kita memupuk rasa optimis di dalam diri, serta menjauhkan rasa pesimis dan putus asa. Lebih dari itu semua, doa mempunyai peranan penting dalam penciptaan kesehatan mental dan semangat hidup.

Doa mempunyai makna penyembuhan bagi stress dan gangguan kejiwaan. Doa juga mengandung manfaat untuk pencegahan terhadap terjadinya kegoncangan jiwa dan gangguan kejiwaan. Lebih dari itu, doa mempunyai manfaat bagi pembinaan dan peningkatan semangat hidup. Atau dengan kata lain, doa mempunyai fungsi preventif dan konstruktif bagi kesehatan mental.⁷

Berbagai upaya telah dilakukan Organisasi Mapala Himalaya untuk membantu atletnya yang psikologinya kurang baik dalam menghadapi sebuah kompetisi dan pemanjatan tebing alam langsung. Mapala Himalaya tidak hanya melatih atletnya secara rutin namun juga membantu mengembangkan kepercayaan dirinya, optimisme, ketenangan melalui jalan spiritual. Jalan spiritual di nilai efektif untuk membantu mengurangi kecemasan dan menimbulkan rasa percaya diri, dan mengurangi tingkat stres seorang atlet. Dinamika psikologis melalui kegiatan sepiritual, seperti sholat, berdoa, atau dzikir akan membuat atlet mengalami keadaan santai. Keadaan ini mempengaruhi otak atlet yang berhubungan dengan proses emosional terutama pada bagian *hipotalamus*. Pada keadaan meditatif melalui konsentrasi pada pernapasan pengucapan doa, dzikir sholat dan pengucapan kalimat autosugesti lainnya akan menyebabkan stimulasi aktifitas *hipotalamus* sehingga

⁷Zakiah D. *Doa Menunjang Semangat Hidup*, Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhama, 1992, Hal.

menghambat pengeluaran hormon *Corticotropin-Releasing Factor (CFT)*, yang mengakibatkan kelenjar *anterior pituitari* terhambat mengeluarkan *Aradinocorticotrophic Hormonemapala (ACTH)* sehingga menghambat kelenjar *adrenal* untuk mengeluarkan hormon *kortisol*, *adrenalin*, dan *noradrenalin*. Hal ini menyebabkan hormon *tiroksin* yang dikeluarkan oleh kelenjar *tiroid* dalam tubuh juga terhambat. Hormon *tiroksin* yang tinggi akan menyebabkan individu mudah lelah, stres, kurang percaya diri, mudah cemas, mudah tegang, dan susah tidur sehingga keadaan meditatif yang penuh perasaan tenang dan relaks. Keadaan meditatif juga memengaruhi dan menstimulus susunan saraf simpatis jika individu dalam keadaan tegang stres dan kurang percaya diri dan susunan saraf parasimpatis jika individu dalam keadaan santai.

Pada keadaan meditatif susunan syaraf parasimpatislah yang bekerja sehingga menyebabkan menurunkan tekanan darah dan detak jantung, ketegangan otot-otot tubuh menjadi menurun sehingga menjadi relaks, menurunnya kadar glukosa dalam darah, dan penurunan energi. Pengaruh dari syaraf parasimpatis ini bagi keadaan psikologis individu seperti menimbulkan perasaan santai, tenang, damai, dan peningkatan kemampuan konsentrasi individu. Menurut penelitian yang sudah ada, keadaan meditatif memunculkan gelombang alpha pada otak yang memunculkan gelombang jika keadaan individu tenang.⁸ Maka dari itu MAPALA Himalaya selalu meminta atletnya melakukan berdoa dan meminta kepada Allah untuk hasil yang maksimal dan selalu menanamkan sikap optimis kepada para atletnya dalam setiap kompetisi maupun adventure (pemanjatan di tebing alam langsung).

Dari fenomena yang ada tersebutlah sehingga penulis mengambil judul “ **Makna Doa Bagi Atlet Panjat Tebing Mahasiswa Pencinta Alam (MAPALA) Himalaya.**”

⁸Safaria, Trianto dkk., *Menejemen Emosi*, Jakarta: Bumi Aksara, 2012, Hal.232-233

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah di uraikan di atas, penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana cara berdoa atlet panjat tebing MAPALA Himalaya baik di tebing alam maupun di dalam pelombaan?
2. Apakah makna doa bagi atlet panjat tebing MAPALA Himalaya?
3. Apakah pengaruh doa terhadap psikologi atlet panjat tebing MAPALA Himalaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui cara berdoa atlet panjat dinding MAPALA Himalaya.
2. Untuk mengetahui makna doa bagi atlet panjat tebing di MAPALA Himalaya.
3. Untuk mengetahui pengaruh berdoa terhadap psikologis atlet panjat dinding MAPALA Himalaya baik di kompetisi maupun di tebing alam.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan secara teoritis maupun praktis.

1. Secara teoritis

- a. Menambah informasi dalam ilmu kajian Tasawuf dan Psikoterapi.
- b. Melatih mahasiswa untuk mengaplikasikan pemahaman dan kointensinya dalam melakukan usaha keilmuan melalui kegiatan penelitian lapangan (*field research*).
- c. Menambah pengalaman peneliti dalam mengaplikasikan teori yang telah di peroleh selama proses menempuh pendidikan di institusi.
- d. Hasil penelitian ini dapat menambah perbendaharaan pengetahuan bagi peneliti juga dapat dijadikan sebagai referensi dan bahan pengembangan ilmu pengetahuan dalam dunia akademis.

2. Secara praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk memperluas kajian ilmu Tasawuf dan Psikoterapi .
- b. Hasil penelitian ini untuk menambah bahan informasi bagi para peneliti yang ingin mengkaji lebih mendalam tentang Makna Doa Bagi Atlet Panjat Dinding MAPALA Himalaya dalam mengembangkan wawasan studi.
- c. Serta diharapkan mampu menggambarkan Makna Doa Bagi Atlet Panjat Dinding MAPALA Himalaya.

E. Penegasan Istilah

Untuk mempelajari bahasa skripsi yang berjudul “ Makna Doa Bagi Atlit Panjat Tebing Mahasiswa Pencinta Alam (MAPALA) Himalaya” penulis akan paparkan beberap istilah sebagai berikut:

1. Doa

Kata prayer (doa) diartikan sebagai kegiatan yang menggunakan kata-kata baik secara terbuka bersama-sama atau secara pribadi untuk mengajukan tuntutan-tuntutan (petitions) kepada Tuhan. Ibnu Arabi memandang doa sebagai bentuk komunikasi dengan Tuhan sebagai satu upaya untuk membersihkan dan menghilangkan nilai-nilai kemusrikan dalam diri.⁹

Menurut Zakiyah Darajat yang dikutip oleh Dadang Ahmad fajardoa merupakan suatu dorongan moral yang mampu melakukan kinerja terhadap segala sesuatu yang berada diluar jangkauan teknologi. Doa merupakan suatu bentuk penyadaran tingkat tinggi guna mencapai kesuksesan ruhani seseorang. Dikalangan awam, doa muncul ketika mereka berada dalam keadaan cemas akan menuju sebuah keadaan fana’ (kehancuran). Dalam hal ini, doa merupakan wujud penyadaran atas diri yang tidak mempunyai daya upaya dalam diri ini, selanjutnya akan terpancar keyakinan bahwa Yang Maha Esa dan Maha Benar itu pasti ada.

Sebagian filsuf mengatakan bahwa doa merupakan buah dari pengalaman spiritual ilmiah dan menjadi satu kajian yang berkaitan dengan otentisitas wahyu dan Tuhan. Doa merupakan pemujaan universal, baik tanpa suara maupun bersuara, yang dilakukan

⁹Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Doa*, Cet.Ketiga, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000, Hal. 165

baik untuk kepentingan pribadi maupun untuk kepentingan umum, baik secara spontan maupun dilakukan secara rutin.¹⁰

Doa adalah permohonan kepada Allah yang disertai kerendahan hati untuk mendapatkan suatu kebaikan dan kemaslahatan yang berada di sisi-Nya. Sedangkan sikap *khushu'* dan *tadharru'* dalam menghadapkan diri kepada-Nya merupakan hakikat pernyataan seorang hamba yang sedang mengharapkan tercapainya sesuatu yang dimohonkan. Itulah pengertian doa secara syar'i yang sebenarnya. Doa dalam pengertian pendekatan diri kepada Allah dengan sepenuh hati, banyak juga dijelaskan dalam ayat-ayat Al-Qur'an. Bahkan Al-Qur'an banyak menyebutkan pula bahwa *tadharu'* (berdoa dengan sepenuh hati) hanya akan muncul bila disertai keikhlasan. Hal tersebut merupakan kebiasaan yang dilakukan oleh orang-orang shalih.

Pengertian doa bagian dari ibadah adalah bahwa kedudukan doa dalam ibadah ibarat mustaka dari sebuah bangunan mesjid. Doa adalah tiang penyangga, komponen penguat serta syiar dalam sebuah peribadatan. Dikatakan demikian karena doa adalah bentuk pengagungan terhadap Allah dengan disertai keikhlasan hati serta permohonan pertolongan yang disertai kejernihan nurani agar selamat dari segala musibah serta meraih keselamatan abadi.

Berdasarkan definisi di atas, maka doa dalam penelitian ini merupakan suatu kegiatan permohonan serta bentuk komunikasi dengan Tuhan sebagai bentuk permintaan atau harapan yang dilakukan oleh individu kepada Allah, dalam upaya untuk suatu kebaikan, juga sebagai salah satu upaya untuk membersihkan dan menghilangkan nilai-nilai kemusrikan dalam diri. Sehingga dapat memberikan ketenangan pada jiwa.

¹⁰*Ibid.*, hal. 166

Macam-macam dan Bentuk Doa Ditinjau dari makna, doa adalah pengharapan kepada sesuatu kekuatan yang dinilai melebihi kemampuan dirinya. Dalam pengertian ini doa dibagi kedalam beberapa bagian. Pertama, doa mahmudah, yakni doa yang kandungannya adalah segala sesuatu yang telah diajarkan oleh nabi Muhammad Saw melalui hadis-hadisnya atau segala hal yang berkaitan dengan nilai kebenaran menurut syariat Islam, baik yang dibawa Nabi Muhammad Saw maupun yang dibawa oleh nabi-nabi yang sebelumnya, serta semua pengharapan akan kebaikan yang diperoleh oleh agama. Kedua, doa Madzmumah atau fasidah, yaitu harapan yang berakhir keburukan atau niat buruk yang bertentangan dengan syariat, seperti saja yang dilarang langsung oleh Rasulullah Saw.

Dalam kategori mahmudah, jika ditinjau dari bentuknya, dapat dibagi menjadi beberapa kelompok. Pertama, yang menggunakan kalimat perintah (fi'il amr) atau permohonan kepada Allah. Kedua, yang menggunakan nama-nama Allah atau al-asma' al-husna, yaitu dengan membaca berulang-ulang salah satu nama-Nya dengan harapan mendapatkan sesuatu yang sesuai dengan makna nama tersebut. Ketiga, yang berupa pujian kepada Allah dan secara harfiah tidak menyiratkan apa yang dimohonkan. Pada masa ini, doa dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu doa fuqoha dan doa para sufi,

- a. Doa fuqoha, umumnya ditandai dengan penggunaan kalimat perintah (fi'il amr) dan penyebutan langsung apa yang diminta tanpa berliku-liku dengan mengungkapkan kelemahan dan tak keberdayaan diri dihadapan Allah.
- b. Doa para sufi, ditandai dengan kecenderungan pada keyakinan bahwa Allah memahami segala yang diharapkannya melalui pujian-pujian yang ditunjukkan kepada-Nya.

Selain kedua hal tersebut tersebut diatas, doa juga memiliki bentuk-bentuk sebagai berikut:

- 1) Berdoa menggunakan ayat Al-quran.
- 2) Berdoa menggunakan hadis.
- 3) Berdoa dengan bahasa arab selain Al-quran dan hadis.
- 4) Berdoa dengan menggunakan bahasa non-arab.
- 5) Doa buatan sendiri.
- 6) Berdoa dengan hisab (pendekatan ilmu falak dan hisab).

Berdasarkan definisi di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa doa pada dasarnya dibagi menjadi dua yaitu, doa mahmudah yang merupakan segala sesuatu yang telah diajarkan oleh nabi muhammad Saw baik melalui hadis-hadisnya atau segala hal yang berkaitan dengan nilai kebenaran menurut syariat Islam, baik yang dibawa Nabi Muhammad Saw maupun yang dibawa oleh nabi-nabi yang sebelumnya, serta semua pengharapan akan kebaikan yang diperoleh oleh agama. Sedangkan doa madzmumah yang merupakan harapan yang berakhir keburukan atau niat buruk yang bertentangan dengan syariat, serta apa saja yang dilarang langsung oleh Rasulullah Saw. Serta memiliki bentuk doa dengan menggunakan ayat al-quran dan sebagainya.¹¹

2. Atlet

Atlet (sering pula dieja atlit) adalah se orang yang mahir dalam olahraga dan bentuk lain dari olahraga fisik. Menurut kamus besar bahsa indonesia, atlet adalah olah

¹¹ M.Sofyan, *Rock Climbing/Panjat Dinding...*, Hal 168.

ragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan).¹²

3. Panjat tebing

Panjat tebing atau sering di kenal dengan istilah *rock climbing* merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga alam bebas dan merupakan salah satu bagian dari mendaki gunung yang tidak bisa dilakukan dengan cara berjalan kaki melainkan harus menggunakan peralatan dan tehnik tertentu untuk melewatinya. Pada umumnya panjat tebing di lakukan pada daerah yang berkontur tebing dengan sudut kemiringan mencapai lebih dari 40 drajat dan memiliki tingkat kesulitan tertentu. Tetapi seiring perkembangan olahraga ini bisa di lakukan di ruangan terbuka yang ada fasilitasnya miniatur tebing yang sering di sebut juga *wall climbing*.¹³ Dalam panjat tebing diklasifikasikan menjadi dua:

a) *Sport climbing*

Sport climbing adalah suatu pemanjatan yang lebih menekankan pada faktor olahraganya. Dalam *sport climbing* sendiri biasanya di lakukan di media tebing langsung tetapi untuk jalur pemanjatannya tidak lebih dari 25 meter. Bisa juga dilakukan di miniatur tebing yang biasanya di sebut *wall climbing* dan papan *boulder*.

b) *Advanture climbing*

Advanture climbing adalah suatu pemanjatan yang lebih menekankan pada petualngannya. Biasanya *advanture climbing* ini di lakukan di tebing langsung.¹⁴

4. Mahasiswa Pencinta Alam (MAPALA) HIMALAYA

¹²[Http://Id.M.Wikipedia.Org/Wiki/Atlet](http://Id.M.Wikipedia.Org/Wiki/Atlet). 9 Mei 2017, 19:30

¹³[Http://Id.M.Wikipedia.Org/Wiki/Panjat_Tebing](http://Id.M.Wikipedia.Org/Wiki/Panjat_Tebing) 9 Mei 2017, 19:07

¹⁴M.Sofyan, *Rock Climbing/Panjat Dinding...*, Hal 5

Menurut kamus bahasa indonesia, mahasiswa di artikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi.¹⁵ Sedangkan pencinta alam adalah orang atau kelompok yang sangat suka akan alam.¹⁶

Sedangkan Mahasiswa Pencinta Alam Himalaya merupakan organisasi pencinta alam yang menjadi salah satu Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) dilingkungan kampus IAIN Tulungagung. MAPALA merupakan Unit Kegiatan Mahasiswa yang bertujuan untuk menumbuhkan dan mengembangkan minat dan bakat mahasiswa dalam rangka mendekatkan mahasiswa dengan alam.¹⁷

¹⁵Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Kamus Besar, hal. 696.

¹⁶*Ibid*, hal. 215

¹⁷Buku Pedoman Pendidikan Tahun Akademik (Tulungagung: STAIN Tulungagung, 2013/2014) hal.

F. Penelitian Terdahulu

No	Nama peneliti & Tahun penelitian	Judul	Temuan	Relevansi
1	Muhibatul wahyuni (2011)	Hubungan Intensitas Mengikuti Majelis Doa “Mawar Allah” Terhadap Sikap Tawakal (Studi Pada Peserta Majelis Doa “Mawar Allah” Biro Konsultasi Psikologis Tazkia STAIN Salatiga)	Menunjukkan bahwa tingkat intensitas peserta mengikuti majelis doa dikategorikan tinggi dengan prosentase 51,492%, untuk kategori sedang dengan prosentase 42,867%, pada kategori rendah dengan prosentase 5,714%, sedang sikap tawakal peserta majelis doa “Mawar Allah” dikategorikan	Relevansi penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan hanya terletak pada objek kajiannya. Sedangkan permasalahan yang diangkat sama sekali berbeda. Penelitian yang dilakukan Muhibatul wahyuni yaitu menggali hubungan doa terhadap sikap tawakal dan penelitian ini menggunakan Kuantitatif.

			tinggi dengan prosentase 62,857%, untuk kategori sedang dengan prosentase 34,285%, untuk kategori rendah 2,857%. Dan telah dibuktikan dengan menggunakan rumus product moment bahwa ada pengaruh yang signifikan antara intensitas mengikuti majlis doa terhadap sikap tawakal peserta majelis doa “Mawar Allah” hal ini dibuktikan dengan hasil r	Sedangkan peneliti menggali dengan data cara penelitian kualitatif, dan peneliti menggali tentang bagaimana seorang atlet panjat dinding itu memaknai sebuah doa.
--	--	--	---	--

			hitung 0,66875 > dari r tabel product moment..	
2	Aris Yudanto (2012)	Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Speed Siswa SMA 1 Muhammada yah Surakarta	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan panjat dinding speed siswa SMA 1 Muhammadiya h Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebesar (54,22%) berkategori ”baik”	Relevansi penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan hanya terletak pada objek kajiannya. Sedangkan permasalahan yang diangkat sama sekali berbeda. Penelitian yang dilakukan Aris Yudanto yaitu Tingkat Kemampuan Panjat Dinding Speed Siswa SMA 1 Muhammadaya h Surakarta dan penelitian ini menggunakan Kuantitatif.

				Sedangkan peneliti menggali dengan data cara penelitian kualitatif, dan peneliti menggali makna doa bagi atlet panjat tebing
	Suhairi (2010)	Hubungan Antara Istighosah Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Ujian Nasional di MTs	menunjukkan bahwa istighosah mempunyai hubungan yang cukup signifikan dengan kesiapan siswa menghadapi Ujian Nasional di MTs. Al-Huda Sumber Nangka Duko Timur Kecamatan Larangan	Relevansi penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan hanya terletak pada objek kajiannya. Sedangkan permasalahan yang diangkat sama sekali berbeda. Penelitian yang dilakukan suhairi yaitu Hubungan Antara

			Kabupaten Pamekasan. Hasil ini di peroleh dari analisis statistik dengan teknik product moment yang menunjukkan bahwa hasil “r” kerja (0,640) lebih besar dari nilai “r” tabel product moment, baik pada tingkat kepercayaan 95% (0,244), atau tingkat kepercayaan 99% (0,317). Demikian halnya dalam tabel interpretasi nilai “r” kerja 0,640 berada pada rentangan	Istighosah Dengan Kesipan Siswa Menghadapi Ujian Nasional di MTs dan penelitian ini menggunakan Kuantitatif. Sedangkan peneliti menggali dengan data cara peneltia kualitatif,dan peneliti menggali tentang bagaimana seorang atlit panjat dinding itu memaknai sebuah doa.
--	--	--	--	---

			antara 0,600 sampai dengan 0,800 dengan interpretasi cukup.	
3	Akhmad Bahtiar(20 06)	Hubungan Antara Kekuatan Lengan, Daya Ledak Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kecepatan Memanjat Tebing Pada Mahasiswa Pencinta Alam Perguruan Tinggi Se - Kota Semarang	kekuatan lengan adalah 27,25 dengan kekuatan lengan tertinggi 36,00 dan terendah 18,00. Ratarata daya ledak tungkai sebesar 46,3824 dengan data tertinggi sebesar 69,00 dan terendah 33,00. Rata- rata kelincahan sebesar 25,5215 dengan hasil tertinggi 30,24	Relevansi penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan hanya terletak pada objek kajiannya. Sedangkan permasalahan yang diangkat sama sekali berbeda. Penelitian yang dilakukan Akhmad Bahtiar yaitu Hubungan Antara Kekuatan Lengan, Daya Ledak Tungkai Dan Kelincahan

			dan terendah 23,31. Rata-rata kecepatan memanjat tebing pada mahasiswa pencinta alam perguruan tinggi se Kota Semarang sebesar 28,73 dengan hasil tertinggi 51,61 dan terendah 18,98.	Dengan Kecepatan Memanjat Tebing Pada Mahasiswa Pencinta Alam Perguruan Tinggi Se - Kota Semarang dan penelitian ini menggunakan Kuantitatif. Sedangkan peneliti menggali dengan data cara penelitian kualitatif, dan peneliti menggali tentang bagaimana seorang atlet panjat dinding itu memaknai sebuah doa.
--	--	--	--	--

G. Sistematika Penulisan Skripsi

Sistematika pembahasan laporan penelitian yang berjudul “Makna Doa Bagi Atlit Panjat Tebing Mahasiswa Pencinta Alam (MAPALA) Himalaya”. ini terdiri dari:

Bab I Pendahuluan. Bab ini memaparkan konteks penelitian yang berisi latar belakang diadakannya penelitian, fokus penelitian yang menyajikan beberapa permasalahan pokok dalam bentuk pertanyaan, tujuan penelitian dirumuskan secara singkat berdasarkan fokus penelitian, manfaat penelitian, hasil penelitian terdahulu dan terakhir sistematika pembahasan.

Bab II Kajian Teori. Bab ini menguraikan teori yang akan digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan penelitian dan analisis data. Di dalamnya terdapat tiga kata kunci yaitu Doa, Atlit, Panjat Tebing dan Mapala Himalaya.

Bab III Metodologi Penelitian. Bab ini menjelaskan jenis penelitian, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan data, tahap-tahap penelitian dan keterbatasan penelitian.

Bab IV berisikan paparan data yang di peroleh peneliti, baik itu data dari observasi, wawancara, dokumentasi dan penggalan data yang lain, nanti di paparkan dalam bab ini.

Bab V Paparan Hasil dan pembahasan penelitian. Dalam bab ini akan dijelaskan hasil penelitian yang berisi tentang deskripsi objek penelitian, paparan data penelitian, temuan penelitian serta analisa data. Juga berisikan pembahasan dari fokus masalah yang diteliti.

Bab VI Penutup. Bab ini terdiri dari kesimpulan yang memaparkan inti dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan terakhir diuraikan saran.