

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Pengertian Ujian Nasional

Ujian nasional merupakan salah satu bentuk evaluasi pembelajaran tingkat nasional yang telah ditetapkan oleh pemerintah untuk mengetahui hasil belajar siswa. Penilaian hasil belajar oleh pemerintah bertujuan untuk menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan teknologi dan dilakukan dalam bentuk ujian nasional (PP 19 tahun 2005, bab X pasal 66 ayat 1). Ujian nasional dilakukan secara obyektif, berkeadilan dan akuntabel (pasal 66 ayat 2). Ujian nasional diadakan sekurang kurangnya satu kali dan sebanyak-banyaknya dua kali dalam satu tahun pelajaran (pasal 66 ayat 3).¹

Berikut bunyi pasal yang menjelaskan tentang ujian nasional yang termaktub dalam peraturan pemerintah bab X pasal 66 :

- 1) Penilaian hasil belajar sebagaimana dimaksud dalam pasal 63 ayat (1) butir c bertujuan untuk menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan teknologi dan dilakukan dalam bentuk ujian nasional.
- 2) Ujian nasional dilakukan secara obyektif, berkeadilan dan akuntabel.
- 3) Ujian nasional diadakan sekurang kurangnya satu kali dan sebanyak-banyaknya dua kali dalam satu tahun pelajaran.²

Sebagaimana yang dipaparkan Muhammad Bagus Nugroho dalam karya tulis ilmiahnya mengatakan "ujian nasional adalah ujian yang digunakan sebagai taraf ujian berskala nasional yang dilaksanakan negara sebagai bentuk evaluasi

¹ Nurudin, dkk, *Ujian Nasional Di Madrasah: Persepsi Dan Aspirasi Masyarakat*, (Jakarta: Gaung, Persada Press, 2007), Hal. 7-8

² Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan, hal. 49

program pembelajaran, ujian nasional dianggap lebih memiliki prestis bagi siswa maupun sekolah karena kompetisi terjadi ditingkat nasional.³ Begitupun Ike Mardiaty Agustin dalam jurnal ilmiahnya mengatakan pendapatnya mengenai UN yaitu "ujian nasional (UN) diselenggarakan dalam rangka mengukur pencapaian Standar Kompetensi Lulusan (SKL) secara nasional pada jenjang satuan pendidikan SMP/MTs/SMPLB/Paket B dan SMA/MA/SMALB/Paket C."⁴

Menurut Dr. E Mulyasa dalam bukunya yang berjudul *Kurikulum Yang Disempurnakan: Pengembangan Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar*, bahwa:

Ujian nasional merupakan kebijakan pemerintah dalam bidang pendidikan untuk menentukan standar mutu pendidikan. Kebijakan ini berkaitan dengan berbagai aspek yang dinamis, seperti budaya, kondisi sosial ekonomi, bahkan politik dan keamanan, sehingga akan selalu rentan terhadap perbedaan dan kontroversi sejalan dengan perkembangan masyarakat. Kebijakan tersebut merupakan keputusan politik atau politik pendidikan, yang menyangkut kepentingan berbagai pihak, bahkan dalam batas-batas tertentu dapat dipolitisir untuk kepentingan kekuasaan.⁵

Dengan demikian, ujian nasional (ditulis UN) adalah bentuk evaluasi pembelajaran berskala nasional pada mata pelajaran tertentu yang diselenggarakan oleh pemerintah untuk mengetahui hasil belajar siswa yang dilaksanakan minimal 1 kali dalam satu tahun pelajaran. Ujian nasional dilaksanakan pada akhir setiap jenjang pendidikan. Secara yuridis kebijakan departemen pendidikan

³ Muhammad Bagus Nugroho, *Pola Perilaku Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional: Studi Kasus Di SMA Negeri 2 Boyolali*, Program Studi Pendidikan Sosiologi Antropologi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta

⁴ Ike Mardiaty Agustin, *Penerapan Tindakan Keperawatan generalisasi Terhadap Kecemasan Siswa SMA Menghadapi Ujian Nasional*, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, Vol. 12, No. 2, Juni 2016, STIKES Muhammadiyah Gombang, Kebumen, Hal. 55

⁵ E. Mulyasa, *Kurikulum yang Disempurnakan: Pengembangan Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2006), Hal. 258

nasional yang melaksanakan ujian nasional memiliki landasan hukum yang kuat. Secara konseptual ujian nasional merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional, untuk memenuhi pencapaian target kemampuan lulusan dan isi pendidikan yang bersifat nasional (standar) diperlukan penilaian hasil belajar yang bersifat nasional pula (standar).⁶

Ujian Nasional dilaksanakan oleh pemerintah dengan tujuan mengetahui hasil belajar siswa yang bersifat nasional dan sebagai upaya meningkatkan kualitas pendidikan secara nasional. Sebagaimana dijelaskan dalam Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 153/2003 sebagaimana berikut :

Tujuan penyelenggaraan UAN (UN) adalah untuk, (1) mengukur hasil pencapaian peserta didik, (2) mengukur mutu pendidikan ditingkat nasional, provinsi, kabupaten/kota, dan sekolah/madrasah, (3) pertanggungjawaban penyelenggaraan pendidikan secara nasional, provinsi, kabupaten/kota, sekolah/madrasah kepada masyarakat.⁷

Sebagaimana pendapat Maya pangastuti dalam karya ilmiahnya mengatakan :

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI no. 34 tahun 2007/2008, Ujian Nasional (UN) bertujuan untuk menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi. Hasil UN tersebut akan digunakan sebagai pemetaan mutu satuan pendidikan, seleksi masuk ke jenjang pendidikan selanjutnya, penentuan kelulusan siswa dan pertimbangan dalam pembinaan dan pemberian bantuan kepada satuan pendidikan, dalam rangka peningkatan mutu pendidikan secara nasional.⁸

Dan dicatat pula oleh Nuruddin dalam bukunya yang berjudul "Ujian Nasional di Madrasah" bahwa:

⁶ Nuruddin, dkk, *Ujian Nasional...*, hal. 8

⁷ Supa'at, *Madrasah...*, hal. 347

⁸ Maya Pangastuti, *Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional (UN) Pada Siswa SMA, Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, Januari 2014, Vol. 3, No. 01, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Hal. 32-33*

Tujuan dilakukannya UN adalah untuk menyediakan informasi yang berguna bagi masyarakat, sekolah dan pemerintah untuk dapat memperbaiki suatu program atau kegiatan. *UN dapat pula dilaksanakan sebagai alat evaluasi sumatif.* UN diselenggarakan dengan maksud untuk menyediakan informasi yang akurat kepada pengambil kebijakan atau konsumen potensial agar mereka dapat mengambil suatu keputusan yang tepat. Keputusan yang diambil berkaitan dengan apakah suatu program pantas dilanjutkan, direvisi atau bahkan dihentikan.⁹

Begitupun menurut Dr. H Ali Rohmad dalam bukunya yang berjudul "Kapita Selekta Pendidikan" mengemukakan :

Secara umum, tujuan ebtanas itu adalah untuk menciptakan standar nasional mengenai mutu lulusan pendidikan dasar dan menengah serta untuk mengetahui secara nasional sejauh mana tujuan kurikuler dapat dicapai oleh masing-masing sekolah.¹⁰

Dari beberapa pendapat diatas dapat dipahami bahwa tujuan dari penyelenggaraan UN selain sebagai alat evaluasi standar nasional adalah untuk menilai kompetensi yang dicapai oleh lulusan, mengukur mutu pendidikan di tingkat nasional, sebagai alat seleksi ujian masuk pada jenjang pendidikan selanjutnya, dan juga untuk memberikan informasi kepada masyarakat dan pemerintah tentang suatu program agar pemerintah bisa mengambil keputusan apakah suatu program tersebut sudah baik ataukah perlu direvisi.

Disamping beberapa tujuan diselenggarakannya UN diatas, UN pun juga memiliki fungsi sebagai pendorong untuk meningkatkan mutu pendidikan bagi instansi sekolah maupun madrasah. Fungsi UN adalah: (1) alat pengendali mutu secara nasional, (2) pendorong peningkatan mutu pendidikan, (3) bahan dalam menentukan kelulusan peserta didik, (4) bahan pertimbangan dalam seleksi

⁹ Nuruddin dkk, *Ujian Nasional...*, Hal. 100

¹⁰ Ali Rohmad, *Kapita Selekta Pendidikan Cetakan Kedua* (Yogyakarta: TERAS, 2009), Hal. 86

penerimaan peserta didik pada jenjang yang lebih tinggi.¹¹Ujian nasional juga dapat berfungsi sebagai standar dan instrumen penilaian mutu hasil pendidikan atau hasil pembelajaran tingkat satuan pendidikan. Dengan standar atau instrumen tersebut tiap sekolah diharapkan meningkatkan proses pendidikan dan pembelajarannya sehingga minimal mencapai tahap penguasaan tersebut.¹² Menurut Dr. E Mulyasa dalam bukunya yang berjudul Kurikulum Yang Disempurnakan: Pengembangan Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar, mengatakan :

UN berfungsi sebagai "*quality control*" terhadap sistem pendidikan, karena kontrol terhadap proses, dan *input* pendidikan sudah sedemikian kecil, bahkan pada saat sentralisasi pun sebenarnya kontrol pusat di bidang pendidikan tidak dapat dilakukan sepenuhnya, karena rapuhnya mental jaringan birokrasi akibat berbagai faktor di luar masalah pendidikan.¹³

Sebagaimana dalam karya tulis ilmiah yang di tulis oleh Muntholi'ah dipaparkan :

UAN berfungsi sebagai alat pengendali mutu pendidikan secara nasional, pendorong peningkatan mutu pendidikan secara nasional, bahan dalam menentukan kelulusan peserta didik, dan sebagai bahan pertimbangan dalam seleksi penerimaan pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi.¹⁴

Jadi dapat difahami bahwa UN berfungsi sebagai alat pengendali mutu pendidikan secara nasional dan sebagai standar penilaian mutu pendidikan, dengan adanya standar tersebut setiap sekolah diharapkan akan selalu meningkatkan proses pendidikan sehingga mencapai tahap penguasaan.

¹¹ Supa'at, *Madrasah...*, Hal. 347

¹² Nuruddin dkk, *Ujian Nasional...*, Hal. 8

¹³ E. Mulyasa, *Kurikulum ...*, Hal. 261

¹⁴ Muntholi'ah, *Ujian Nasional, Dulu, Kini Dan Yang Akan Datang: Tinjauan Normatif, Nadwa (Jurnal Pendidikan Islam), Vol. 7, Nomor 1, April 2013*, Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang, Hal. 170

Dipandang dari sudut lain UN juga memiliki kelebihan dan kelemahan dalam pelaksanaannya. Menurut Nuruddin dalam bukunya yang berjudul "Ujian Nasional di Madrasah" mengatakan :

Kelebihan dari UN adalah : (1) karena ada resiko tidak lulus, maka siswa lebih giat belajar dan guru lebih serius dalam mengajar, (2) dapat dilakukan pemetaan mutu sekolah berdasarkan nilai UN pada tingkat daerah dan nasional, (3) nilai hasil UN dapat dijadikan sebagai alat seleksi, (4) adanya informasi tentang kemampuan siswa yang dapat dijadikan bahan untuk perbaikan pembelajaran.¹⁵

Jika UN sebagaimana dimaksud dalam perundangan dilaksanakan sungguh-sungguh, maka secara eksplisit Ujian Nasional akan memberikan keuntungan. Keuntungan tersebut menurut Furqon sebagai dicatat oleh Nuruddin dalam bukunya yang berjudul "Ujian Nasional di Madrasah" meliputi :

- a. Perwujudan dari akuntabilitas publik (*public accountability*) dalam penyelenggaraan pendidikan. UN mampu menyediakan dan memberikan informasi kepada masyarakat tentang kemajuan belajar dan prestasi siswa, guru dan sekolah.
- b. Alat pengendalian mutu (*quality control*) pendidikan, dengan ujian mutu penyelenggaraan pendidikan dapat dikontrol dan dijamin mutunya dalam mengukur lulusan (luaran) pendidikan sehingga memenuhi kualifikasi, kompetensi, standar yang ditetapkan secara nasional.
- c. Motivator (*pressure to achieve*) yaitu menjadi faktor daya dorong yang memaksa siswa, guru dan sekolah untuk berusaha lebih kuat dalam mencapai hasil yang diharapkan sesuai standar yang ditetapkan.
- d. Seleksi dan penempatan, yaitu dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan untuk menerima atau menolak seseorang pelamar, terutama jika tempat yang tersedia tidak sebanding dengan pelamar atau peminat.
- e. Diagnostic, yaitu menjadi dasar dalam memberikan umpan balik kepada sistem, agar dapat menentukan tindak lanjut yang diperlukan.¹⁶

Sedangkan kelemahan dari penyelenggaraan UN diantaranya :

- a. Adanya penyimpangan antar target pengajaran yang diharapkan dengan pelaksanaan PBM di sekolah, karena guru tidak optimal dalam

¹⁵ Nuruddin Dkk, *Ujian Nasional...*, Hal. 19

¹⁶ *Ibid.*, Hal. 24-25

- memberikan layanan kepada peserta didik, akibatnya siswa menghadapi kesulitan manakala harus menghadapi UN.
- b. Belum semua kepala sekolah menjadi fasilitator bagi guru dan peserta didik dalam menjalankan programnya.
- c. Fasilitas yang diperlukan guru masih belum memadai, disamping sistem insentif yang tidak selalu sama pada setiap sekolah, sehingga kinerja guru dalam memberikan layanan kepada peserta didik tidak memadai.
- d. Profesionalitas guru dalam memahami substansi materi mata pelajaran dan penguasaan pedagogik belum memenuhi harapan para *stakeholder*.¹⁷

Dalam buku yang berjudul "Ujian Nasional di Madrasah" yang ditulis oleh Nuruddin menurut Dewa Komang Tantra kelemahan UN ditinjau dari teori pengukuran dan evaluasi salah satunya adalah Secara substansial hanya menyertakan 5 atau 3 mata pelajaran pokok dalam UN dapat disimpulkan tidak mewakili secara akurat mata pelajaran yang diajarkan (*sampling domain*) di sekolah.¹⁸

B. Permasalahan dalam Ujian Nasional

Ujian nasional merupakan bentuk evaluasi standar nasional dan diharapkan dengan adanya UN mutu pendidikan Indonesia meningkat yang didalam pelaksanaannya pemerintah memiliki aturan-aturan tertentu, sehingga dalam menyikapinya pun pihak guru bahkan peserta didik akan melakukan berbagai upaya agar bisa mendapatkan nilai yang sesuai dengan standar kelulusan yang ditentukan. Namun kenyataanya di lapangan banyak sekali permasalahan yang timbul mulai dari segi administrasi (distribusi yang terkesan amburadul, risiko kebocoran soal), maupun pedagogis. Banyak peserta didik yang frustasi bahkan diantaranya sampai nekat melakukan pelanggaran dengan berbagai cara (mencontek, meminta jawaban melalui SMS, dll) karena merasa tertekan dan

¹⁷ *Ibid.*, Hal. 25-26

¹⁸ Nuruddin Dkk, *Ujian Nasional...*, Hal. 100

cemas yang berlebihan takut tidak lulus.¹⁹ Hal tersebut dinyatakan pula oleh Supa'at dalam karya ilmiahnya sebagai berikut :

Karena tingginya standar kelulusan dan tingkat kesulitan soal UN pada satu sisi, dan berbagai keterbatasan yang ada pada sekolah pada sisi yang lain, maka munculah dampak negatif. Praktik kecurangan, manipulasi dan ketidakjujuran seolah menjadi rahasia umum dalam pelaksanaan UN, baik oleh guru maupun siswa, dengan modus yang sangat beragam.²⁰

Dipaparkan pula oleh Keksi Girindra Swasti dalam karya tulis ilmiahnya mengenai permasalahan dalam UN, penulis mengemukakan "Ada banyak masalah yang muncul dengan diharapkan kebijakan tersebut. Soal ujian yang bocor sebelum ujian dilaksanakan, kunci jawaban yang tersebar, hingga guru yang nekat membetulkan jawaban siswanya."²¹

Kemudian dikemukakan oleh M. Imam Zamroni dalam karya tulis ilmiahnya mengatakan :

Praktik kecurangan, memanipulasi dan ketidakjujuran ditemukan dalam pelaksanaan UN, baik oleh guru maupun siswa, dengan modus yang amat beragam, baik di madrasah maupun di sekolah. Ironisnya kecurangan di dunia pendidikan tidak memandang apakah institusi pendidikan tersebut berbasis agama maupun sekuler. Hal seperti kasus yang dilakukan oleh 18 guru untuk "menyelamatkan" siswanya dengan mengganti jawaban soal Bahasa Inggris di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Lubuk, Pakam, Deli Serdang, Sumatera Utara. Potret tersebut menandakan bahwa, guru tidak kalah gelisah dibandingkan dengan siswa dalam menghadapi ritual tahunan yang disebut dengan UN di setiap madrasah, baik sekolah favorit yang memiliki fasilitas pembelajaran yang memadai, maupun sekolah "tertinggal" dengan fasilitas minim dan serba terbatas.²²

Dapat dipahami bahwa dalam pelaksanaan UN banyak terjadi kecurangan baik oleh murid maupun oleh guru dengan alasan yang beragam, baik dari sekolah

¹⁹ Muntholi'ah, *Ujian Nasional...*, Hal. 169

²⁰ Supa'at, *Madrasah...*, Hal. 352

²¹ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 129

²² M. Imam Zamroni, *Madrasah Dan Ujian Nasional (UN)*, Volume VII, Nomor 3, Juli – September 2009, UGM Yogyakarta, Hal. 72

favorit maupun sekolah tertinggal, salah satu faktornya adalah agar murid mereka mendapat nilai yang baik dan mendapat predikat lulus.

Dalam kasus ini, kita tidak bisa serta merta menyalahkan guru yang mempunyai empati sosial (*social empathic*) dan rasa khawatir terhadap anak didiknya dan upaya untuk mempertahankan nama baik madrasah, akan tetapi tindakan tersebut dipicu oleh kebijakan pemerintah yang "antirealitas", sehingga menimbulkan kegelisahan dan keresahan.²³ Sebagaimana pendapat Maya Pangastuti dalam karya tulis ilmiahnya mengatakan :

Ujian Nasional menjadi problem yang langsung berhubungan dengan sekolah. Banyaknya permasalahan yang dihadapi membuat cemas dan stres. Siswa-siswa memiliki tingkat kecemasan yang tinggi sebagai hasil dari harapan orang tua yang tidak realistis terhadap kemampuan yang dimiliki anak. Ketika sekolah memberikan pengalaman kegagalan dalam evaluasi ujian, kecemasan siswa menjadi semakin meningkat.²⁴

Sudrajat juga memiliki pendapat yang sama sebagaimana dikutip oleh Keksi Girindra Swasti dalam karya tulis ilmiahnya :

... gambaran tersebut merupakan jawaban atas kekhawatiran pihak sekolah untuk bisa mencapai standar akademik yang ditetapkan pemerintah. Belum lagi beban psikologis yang dirasakan oleh siswa. Banyak siswa mengalami ansietas saat menghadapi ujian nasional, bahkan ada pula siswa yang frustrasi lantas bunuh diri karena gagal lulus dalam ujian nasional.²⁵

Sementara itu menurut Shechtman yang masih dicatat oleh Keksi Girindra Swasti dalam karya tulis ilmiahnya menyatakan bahwa "banyak anak mengalami ansietas saat ujian, gagal dalam sekolah, isolasi sosial atau penolakan. Ansietas ini muncul karena adanya ancaman dalam kehidupan mereka."²⁶ Hal senada juga

²³ *Ibid*, Hal. 72

²⁴ Maya Pangastuti, *Efektifitas Pelatihan...*, Hal. 33

²⁵ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 129

²⁶ *Ibid.*, Hal. 129

dipaparkan oleh Supa'at dalam karya ilmiahnya ” ... yang terjadi, siswa menjadi gelisah, stress, frustrasi, bahkan depresi karena dihindangi rasa takut dan malu jika gagal UN”.²⁷ Sebagaimana yang dikemukakan oleh oseatiarla arian kinantie dan teman-temanya dalam karya tulis ilmiahnya :

Pada saat menjelang ujian nasional, siswa dapat saja mengalami stres, baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Masa dimana siswa menjelang Ujian Nasional dapat menimbulkan stimulus yang menstimuli munculnya stres, seperti waktu belajar yang melampaui batas jenuh, latihan soal yang melampaui kapasitas tubuh siswa, dan sebagainya.²⁸

Hal senada juga dikemukakan oleh Friandy W Thoomaszen dan Murtini mengenai efek yang ditimbulkan akibat adanya UN :

Situasi UN berpotensi menimbulkan reaksi stres karena adanya tuntutan dari lingkungan yang harus dihadapi murid. Situasi UN juga berpotensi menimbulkan reaksi kecemasan karena murid memberikan interpretasi pada situasi UN. Ketika murid menilai situasi UN mengancam, menekan, dan berbahaya dapat mempengaruhi tingkat kecemasan murid dalam menghadapi UN.²⁹

Begitupun yang dikutip oleh Ike Mardiaty Agustin dalam jurnal ilmiahnya, penulis mencantumkan beberapa pendapat mengenai kecemasan siswa sebagai berikut :

Kecemasan menjadi sebuah ketakutan yang berlebihan, tentu saja akan mengganggu psikis dan mental siswa. Akibatnya, soal-soal yang seharusnya mampu dijawab oleh siswa di sekolah, seakan menjadi soal yang tidak mampu dijawab (Alhudaya, 2012). Proses terlalu fokus terhadap UN yang dilakukan oleh siswa menjadikan UN sebagai salah satu sumber kecemasan bagi seorang siswa (Nevid, 2005).³⁰

²⁷ Supa'at, *Madrasah...*, Hal. 354

²⁸ Oseatiarla Arian Kinantie, Dkk, *Gambaran Tingkat Stress Siswa SMAN 3 Bandung Kelas XII Menjelang Ujian Nasional 2012*, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran, Bandung, Jawa Barat, Hal. 9

²⁹ Friandy W Thoomaszen dan Martini, *Managemen Stress Untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Siswa Sekolah Menengah Pertama*, *HUMANITAS Vol. 11-2.79-92*, ISSN:1693-7236, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Nusa Tenggara Timur, Hal. 81

³⁰ Ike Mardiaty Agustin, *Penerapan Tindakan...*, Hal. 56

Memang benar pelaksanaan UN memberikan dampak terhadap peserta didik karena tuntutan yang mereka dapat, akibatnya peserta didik mengalami berbagai kondisi yang mengganggu psikis dan mentalnya seperti stress, depresi, cemas yang berlebihan, takut bahkan bisa nekat bunuh diri karena tidak lulus UN. Dari beberapa fenomena diatas mengenai beberapa masalah yang ditimbulkan akibat kecemasan siswa terhadap UN, ada beberapa solusi yang dijelaskan oleh Muntholi'ah diantaranya :

- a) Sejak tahun 2011, hasil UN tidak sepenuhnya dijadikan penentu kelulusan merupakan alternatif yang paling tepat saat ini. Kelulusan ditentukan oleh nilai gabungan = $(0,6 \times \text{nilai UN}) + (0,4 \times \text{nilai sekolah})$. Namun untuk tahun-tahun berikutnya, hendaknya bobot nilai UN mempunyai rasional tersendiri. Paling tidak jika penetapan bobot didasarkan pada persentase pemenuhan standar input dan proses yang telah dipenuhi pemerintah akan dirasa lebih rasional. Oleh karena itu, setiap tahun bobot nilai UN ini akan berubah sesuai dengan pemenuhan kewajiban pemerintah atas standar input dan standar prosesnya. Lebih dirasa rasional lagi apabila setiap sekolah bobotnya berbeda disesuaikan dengan seberapa banyak standar input dan proses telah dipenuhi. Konsekuensinya akreditasi sekolah harus dilakukan secara berkelanjutan (minimal 6 bulan sebelum pelaksanaan UN) sebagai dasar penetapan bobot.
- b) Hasil UN hanya dijadikan bahan evaluasi pencapaian standar kompetensi lulusan dan dikaitkan dengan pemenuhan standar input dan proses oleh pemerintah. Jadi, nilai UN sama sekali tidak dikaitkan dengan kelulusan siswa dari satuan pendidikan sebelum pemenuhan standar isi dan proses dipenuhi 100%.
- c) Apabila standar input dan standar proses telah terpenuhi dan telah dapat disusun alat ukur yang hasil ukurnya betul-betul mencerminkan standar output, yaitu tujuan pendidikan nasional, "*manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Ynag Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab*" berdasarkan indikator-indikator yang jelas, maka pemerintah berkewajiban melakukan sosialisai secara menyeluruh kepada *stakeholder* pendidikan. Penyelenggara pendidikan diberi kebebasan yang penuh untuk ber-improvisasai tentang pengembangan kurikulum, model pembelajaran, sarana dan prasarana asal semuanya mengacu kepada pencapaian tujuan pendidikan nasional diatas. Untuk evaluasi, pemerintah menyelenggarakan Ujian Nasional

yang sepenuhnya dijadikan penentu kelayakan lulusan. Jadi, bisa berupa sertifikasi kompetensi lulusan pada setiap jenjang pendidikan.³¹

C. PENGUATAN MENTAL

Wina Sanjaya memberikan definisi penguatan (*reinforcement*) sebagai berikut :

“penguatan (*reinforcement*) adalah segala bentuk respon yang merupakan bagian dari modifikasi tingkah laku guru terhadap tingkah laku siswa, yang bertujuan untuk memberikan informasi atau umpan balik bagi siswa atas perbuatan atas responnya yang diberikan sebagai suatu dorongan atau koreksi. Melalui keterampilan penguatan (*reinforcement*) yang diberikan guru, maka siswa akan merasa terdorong selamanya untuk memberikan respon setiap kali muncul stimulus dari guru, atau siswa akan berusaha menghindari respon yang dianggap tidak bermanfaat. Dengan demikian fungsi keterampilan penguatan (*reinforcement*) itu adalah untuk memberikan ganjaran kepada siswa sehingga siswa akan berbesar hati dan meningkatkan partisipasinya dalam setiap proses pembelajaran.³²

Definisi lain diberikan oleh Nurhaswati bahwa penguatan (*reinforcement*) adalah respon positif terhadap tingkah laku siswa yang dilakukan agar siswa terangsang aktif dalam belajar.³³ Definisi senada juga diberikan oleh Zainal Asri yang mengatakan penguatan adalah respon terhadap tingkah laku positif yang dapat meningkatkan kemungkinan berulangnya kembali tingkah laku tersebut.

³¹ Muntholi'ah, *Ujian Nasional...*, Hal. 178

³² Wina Sanjaya, *Perencanaan Dan Desain Sistem Pembelajaran*, (Jakarta: Kencana, 2009),

³³ Nurhaswati, *Strategi Pembelajaran Micro*, (Pekanbaru: Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan IAIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2005) Hal. 17

Penguatan dapat diartikan sebagai suatu bentuk penghargaan, penghargaan ini tidak harus selalu berwujud materi, bisa juga dalam bentuk kata-kata, senyuman, anggukan, dan sentuhan.³⁴

Menurut Moh. Uzer Usman penguatan (*reinforcement*) adalah segala bentuk respon, apakah bersifat verbal ataupun nonverbal, yang merupakan bagian dari modifikasi tingkah laku guru terhadap tingkah laku siswa, yang bertujuan untuk memberikan informasi atau umpan balik (*feed back*) bagi si penerima (siswa) atas perbuatannya sebagai suatu tindakan dorongan atau koreksi. Penguatan dikatakan juga sebagai respon terhadap tingkah laku yang dapat meningkatkan kemungkinan berulangnya tingkah laku tersebut. Tindakan tersebut dimaksudkan untuk mengganjar atau membesarkan hati siswa agar mereka lebih giat berpartisipasi untuk interaksi dalam belajar mengajar.³⁵

Mental adalah yang berkenaan dengan jiwa, batin ruhaniah. Dalam pengertian aslinya menyangkut masalah: pikiran, akal atau ingatan. Sedangkan sekarang ini digunakan untuk menunjukkan penyesuaian organisme terhadap lingkungan dan secara khusus menunjukkan penyesuaian yang mencakup fungsi-fungsi simbolis yang disadari oleh individu.³⁶ Mental secara istilah dapat diartikan dengan “semangat jiwa yang tegar, yang aktif, yang mempengaruhi perilaku hidup dan kehidupan manusia”.³⁷

³⁴ Zainal Asri, *Micro Teaching: Disertai Dengan Pedoman Pengalaman Lapangan*, (Jakarta:Rajawali Pers, 2010)Hal. 77

³⁵ Uzer Usman, *Menjadi Guru Profesional*, (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2001)Hal. 80

³⁶ Kartini Kartono, *Teori Kepribadian Dan Mental Hygiene* (Bandung:Bulan Bintang, 2000)Hal. 3

³⁷ *Ibid.*, hal. 2

Selain pengertian diatas mental memiliki beberapa aspek yang dijabarkan oleh beberapa pakar :

Kartini kartono mengemukakan bahwa aspek mental yang ada dalam diri manusia adalah keinginan, tindakan, tujuan, usaha-usaha dan perasaan.³⁸

Zakiyah daradjat berpendapat bahwa aspek mental yang ada dalam diri manusia adalah kehendak, sikap dan tindakan.³⁹

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek mental yang ada pada diri manusia adalah aspek-aspek yang dapat menentukan sifat dan karakteristik manusia itu sendiri. Perbuatan dan tingkah laku manusia sangat ditentukan oleh keadaan jiwanya yang merupakan motor penggerak suatu perbuatan. Oleh sebab itu aspek-aspek mental tersebut bisa manuswia kendalikan melali proses pendidikan.

Dalam hal ini pun sekolah memiliki peranan dalam membantu siswa menyiapkan mentalnya sebagaimana pendapat Natawidjaya yang dikutip juga oleh Dede Rahmat Hidayat bahwa “Pengaruh sekolah terhadap perkembangan kepribadian anak sangat besar, karena sekolah merupakan pengganti dari lingkungan rumah, sedangkan guru merupakan pengganti dari ibu.”⁴⁰ Namun pada umumnya perhatian akan pentingnya kesadaran dan pemahaman terhadap kesehatan mental di lingkungan sekolah seringkali luput dari perhatian. Padahal kondisi ini perlu perhatian serius dari segenap pihak, khususnya guru pembimbing

³⁸ *Ibid.*, hal. 6

³⁹ Zakiyah Daradjat, *Pendidikan Agama Dan Pendidikan Mental* (Jakarta: Bulan Bintang, 1994)Hal. 32

⁴⁰ *Ibid.*, hal. 97

atau konselor, tak lepas juga dari peranan kepala sekolah, guru mata pelajaran, maupun staf kantor.⁴¹

Dari uraian diatas dapat di pahami tentang adanya pengaruh penguatan mental terhadap proses dan hasil belajar, jika keduanya tidak seimbang maka akan menyebabkan beberapa gangguan seperti, gangguan depresi, kecemasan, ketakutan menghadapi ujian dan lain sebagainya, maka dalam hal ini sekolah pun memiliki peranan dalam membantu siswa agar bisa melaksanakan kegiatan belajar mengajar dengan baik dan menjaga kesehatan mental siswa di sekolah.

Selain itu Nana Syaodih Sukmadinata juga memaparkan beberapa upaya untuh mencegah ketidaksehatan mental yang beliau paparkan dalam bukunya yang berjudul “Landasan Psikologi Proses Pendidikan” sebagai berikut :

Dalam pemeliharaan kesehatan mental kuga berlaku pepatah, lebih mudah mencegah daripada mengobati. *Upaya pertama dan utama*, yang paling ampuh tetapi sulit dilakukan, adalah menciptakan lingkungan sosial-psikologis yang sehat dan wajar. Lingkungan sosial psikologis yang sehat dan wajar akan tercipta apabila orang tua, guru dan para pendidik lainnya terlebih dahulu memiliki mental yang sehat. *Upaya kedua*, ciptakan interaksi dengan anak atau individu dengan dasar kasih sayang dan penghargaan akan harga dan martabat anak tersebut sebagai individu. Awal noda goresan ketidaksehatan mental dimulai dari perlakuan orang dewasa, yang kurang menghormati pribadi anak dan mendekatinya tanpa kasih sayang yang wajar. *Ketiga*, pemeliharaan kesehatan fisik anak. *Keempat*, memberikan berbagai bentuk kegiatan belajar, latihan penyaluran dll., yang sehat dan sesuai dengan tahap perkembangan anak.⁴²

⁴¹ *Ibid.*, hal. 101

⁴² Nana Syaodih Sukmadinata, Landasan Psikologi Proses Pendidikan, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2005), Hal.150

Dalam kenyataanya kita tahu bahwa kita hanyalah manusia biasa yang tidak sempurna dan tidak luput dari kekurangan dan kesulitan hidup, apalagi jika kita masih remaja dan duduk di bangku sekolah, banyaknya pelajaran yang harus difahami dan kegiatan sekolah yang harus dilakukan menguras daya pikir dan daya kerja kita, akibatnya kita tidak dapat melakukan tugas dengan wajar, dalam keadaan tersebut kita dihindangi gangguan mental seperti stres, rasa khawatir, sedih, marah dan emosi. Seperti contoh yang dipaparkan oleh Dede Rahmat Hidayat dan Herdi masih dalam bukunya yang berjudul *Bimbingan Konseling* sebagai berikut:

Fajar, seorang siswa kelas XII SMAN 10, tidak dapat mengkonsentrasikan pikirannya pada pelajaran selama dua bulan terakhir. Ia selalu gelisah dan susah tidur. Dari hasil pemeriksaan, ternyata Fajar cemas menghadapi UN yang tinggal sebentar lagi karena ia belum merasa siap. Kegelisahannya menyebabkan ia tidak dapat belajar dan melakukan tugasnya sehari-hari dengan baik. Dari contoh tersebut menggambarkan adanya gangguan kesehatan mental yang pada dasarnya orang tersebut adalah normal, dan jumlah kasus seperti itu banyak sekali. Jelaslah bahwa gangguan kesehatan mental dapat menimpa setiap manusia yang terganggu kesejahteraanya.⁴³

Dari contoh diatas dapat dipahami bahwa gangguan mental bisa menimpa siswa seperti halnya rasa cemas dan khawatir menghadapi ujian terutama Ujian Nasional. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SMA Islam Sunan Gunung Jati bahwa sekolah tersebut mengadakan beberapa program yang dianggap bisa menambah kesiapan mental siswa dalam menghadapi ujian, sebagaimana yang dipaparkan oleh Dalyono dalam bukunya yang berjudul *Psikologi Pendidikan* bahwa :

⁴³ Dede Rahmat Hidayat dan Herdi, *Bimbingan Konseling ...*, Hal. 32-33

Setiap orang yang hendak melakukan kegiatan belajar harus memiliki kesiapan yakni dengan kemampuan yang cukup baik fisik, mental maupun perlengkapan belajar. Kesiapan fisik berarti memiliki tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sementara kesiapan mental, memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan kegiatan belajar. Belajar tanpa kesiapan fisik, mental dan perlengkapan akan banyak mengalami kesulitan, akibatnya tidak memperoleh hasil belajar yang baik.⁴⁴

Diantara program-program yang dapat dijadikan sebagai sarana untuk menguatkan mental siswa dalam menghadapi ujian nasional diantaranya pemberian jam belajar tambahan, istighosah dan sholat tasbih.

a. Jam belajar tambahan

Jam tambahan yang dimaksud disini adalah pengkhususan mata pelajaran yaitu mata pelajaran yang diajarkan oleh guru kepada siswa kelas XII selain pada jam pelajaran yang dijadwalkan. Program tersebut – kegiatannya berupa pembahasan soal-soal dan jawaban dengan menggunakan buku khusus seperti buku simulasi dan detik-detik UN – dianggap mampu menurunkan kecemasan siswa serta menambah kesiapan siswa menghadapi Ujian Nasional, pemberian jam tambahan akan membantu siswa lebih mengingat soal-jawaban yang sering dikerjakan, selain itu dengan adanya program tersebut dimana yang diajarkan kepada siswa hanya mata pelajaran UN maka siswa tidak akan terbebani dengan mempelajari pelajaran selain pelajaran UN. Seperti yang dikatakan Dalyono dalam bukunya yang berjudul Psikologi pendidikan bahwa “...perlu adanya pengulangan sehingga membantu siswa dalam memperkuat pemahamannya.”⁴⁵ Sebagaimana yang dijelaskan oleh Keksi Girindra Swasti dalam karya tulis ilmiahnya mengatakan :

⁴⁴ Dalyono, *Psikologi...*, Hal. 52

⁴⁵ Dalyono, *Psikologi...*, Hal. 203

Upaya yang paling sering dilakukan untuk mempersiapkan kognitif siswa adalah pengadaan pelajaran tambahan, bahkan banyak juga siswa yang mengikuti bimbingan belajar usai pulang sekolah. Tindakan ini ditempuh karena bimbingan belajar memberikan hasil positif bagi siswa dalam mempersiapkan sebuah ujian. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh millatina bahwa bimbingan belajar cukup efektif menurunkan ansietas siswa menghadapi ujian nasional.⁴⁶

Sebagaimana yang dipaparkan oleh M Imam Zamroni yaitu “ para siswa yang mampu dari sisi finansial, mengikuti berbagai macam bimbingan belajar agar rasa takut, stress dan khawatir akan kegagalan dalam UN dapat dikurangi. Porsi belajar di rumah juga ditingkatkan demi pencapaian kelulusan”.⁴⁷ Hal demikian juga dipaparkan oleh Supa’at dalam karya tulis ilmiahnya sebagai berikut :

Dalam konteks pelaksanaan UN di madrasah, keberadaan guru dianggap sebagai sosok yang paling bertanggung jawab terhadap keberhasilan siswa dalam UN. Untuk mewujudkan harapan tersebut guru-guru pengampu mata pelajaran yang di-UN-kan, dengan dukungan dari kepemimpinan madrasah, menyelenggarakan/menambah jam pelajaran guna membahas soal-soal yang telah diujikan pada tahun sebelumnya. Proses ini sesungguhnya hanyalah prediksi dengan harapan soal-soal (sebagian) diujikan kembali.⁴⁸

Dipaparka pula masih dari M Imam Zamroni mengenai usaha-usaha yang dilakukan guru kepada siswanya dalam menghadapi UN yaitu “Usaha rasional seperti menambah jam pelajaran, membuat les privat, memberikan materi soal ujian terdahulu dan mem bahas nya, mengadakan *try out*, mengikuti bimbingan belajar, dan melakukan *drill* terhadap soal-soal ujian terdahulu.”⁴⁹ Adapun mengenai pemberian jam belajar tambahan ataupun bimbingan belajar memiliki

⁴⁶ Keksi Girindra Swasti, Dkk, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 130

⁴⁷ M. Imam Zamroni, *Madrasah...*, Hal. 81

⁴⁸ Supa’at, *Madrasah...*, Hal. 355

⁴⁹ M. Imam Zamrani, *Madrasah...*, Hal. 79

tujuan seperti yang dipaparkan oleh Abu Ahmadi dalam bukunya “Psikologi Belajar” yang dikutip oleh Hendra Kurniawan, bahwa :

Ada beberapa tujuan bimbingan dan penyuluhan belajar diantaranya sebagai berikut :

- a) Memberikan cara-cara yang efektif dan efisien secara individu maupun kelompok
- b) Menentukan cara-cara mempelajari sesuatu atau memahami pelajaran
- c) Memberikan informasi bagaimana memanfaatkan perpustakaan
- d) Membuat tugas sekolah dan mempersiapkan diri dalam menghadapi ulangan atau ujian
- e) Memilih suatu bidang studi yang sesuai dengan bakat, minat, kecerdasan, cita-cita dan kondisi kesehatan
- f) Memilih pelajaran tambahan baik yang berhubungan dengan pelajaran di sekolah maupun untuk pengembangan karirnya yang akan datang.⁵⁰

Selain beberapa tujuan diatas bimbingan belajar juga memiliki beberapa fungsi seperti yang dikutip oleh Hendra Kurniawan :

Ada tiga fungsi pokok bimbingan dan penyuluhan belajar yaitu”

- a) Pemahaman individu, pembimbing memberikan bantuan kepada siswa agar dapat memahami permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh anak didiknya, serta bakat, minat dan kemampuan perkembangan untuk secara kontinyu harus mengamati tingkah laku anak didiknya dengan berbagai teknik atau metode yang digunakan
- b) Pencegahan dan pengembangan diri, bimbingan berfungsi pencegahan atau timbulnya masalah dari anak didik dan fungsi pengembangan berarti memelihara situasi tetap baik dan berfungsi mengembangkan secara maksimal apa yang telah dicapai
- c) Membantu individu menyempurnakan cara-cara penyesuaian, seorang pembimbing harus dapat memberikan bantuan kepada anak didiknya agar dapat memahami dirinya sendiri dan menerapkan pengertian itu untuk menghadapi kenyataan hidup sehari-hari. Penyesuaian dengan lingkungan anak-anak harus dapat menggali dan menggunakan apa yang ada diluar diri anak.⁵¹

Dengan adanya jam pelajaran tambahan, selain siswa mendapat bimbingan belajar dari guru-guru, siswa akan merasa senang dan tidak tertekan dengan

⁵⁰ Hendra Kurniawan, *Peranan Bimbingan Dan Penyuluhan Dalam Menanggulangi Kesulitan Belajar Siswa Di SMA Diponegoro Tulungagung Tahun Pelajaran 2008/2009 (Skripsi)*, Hal. 16

⁵¹ *Ibid.*, Hal. 18

keadaan – menjelang UN – serta mempunyai motivasi agar tambah giat dalam belajar. Seperti yang dikemukakan oleh Hendra Kurniawan mengenai bimbingan belajar yang bisa menumbuhkan motivasi siswa :

1. Dengan adanya bimbingan dan penyuluhan belajar maka siswa akan lebih giat belajar sehingga motivasi belajar meningkat
2. Bimbingan dan penyuluhan belajar mendorong siswa untuk lebih memahami materi yang diajarkan sehingga arahnya akan lebih jelas dan mendorong siswa lebih giat belajar
3. Faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi pada siswa adalah faktor dari dalam diri misalnya bakat. Dan dari luar diri misalnya motivasi yang berasal dari guru atau orang tua
4. Siswa yang motivasi belajarnya rendah maka akan mempunyai prestasi belajar yang rendah pula.⁵²

Dari beberapa penjelasan diatas dapat difahami bahwa salah satu cara yang ditempuh sekolah untuk menambah kesiapan mental siswa menghadapi UN adalah dengan pemberian jam belajar tambahan. Diambil dari sisi positifnya siswa akan lebih menguatkan ingatan mereka melalui pengerjaan soal jawaban yang dilakukan berulang ulang meskipun mereka harus mengurangi jam bermain mereka, serta dengan adanya jam belajar tambahan siswa akan lebih termotivasi untuk giat belajar sehingga siswa merasa siap untuk menghadapi UN.

b. Shalat Tasbih

Shalat tasbih adalah shalat sunah yang boleh dilakukan 2 rakaat, 4 rakaat atau lebih dengan 1 salam setiap 2 rakaatnya, dimana pelaksanaanya dengan ditambah bacaan tasbih, letak bacaan tasbih yaitu setelah surat pendek, setelah bacaan rukuk, setelah bacaan I'tidal, setelah bacaan sujud, setelah bacaan duduk diantara 2 sujud, saat duduk istirahat, dan setelah tasyahud. Shalat tasbih merupakan salah satu kegiatan / cara yang dilakukan siswa untuk mengurangi

⁵² Hendra Kurniawan, *Peranan Bimbingan ...,(Skripsi), Hal. 24*

kecemasan siswa dan menguatkan mental siswa menghadapi ujian nasional (UN).

Sebagaimana yang dinyatakan oleh Keksi Girindra Swasti :

Hal lain yang tidak boleh diabaikan adalah aspek spiritual. Menurut Hawari ajaran agama merupakan salah satu faktor yang dapat menjauhkan manusia dari perasaan ansietas, tegang dan depresi. Pendapat senada juga dinyatakan oleh Daradjat bahwa agama dapat memberikan jalan kepada manusia untuk mencapai rasa aman, tidak takut, atau rasa cemas menghadapi persoalan hidup. Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Mustikasari bahwa religiusitas menurunkan ansietas siswa dalam menghadapi ujian.⁵³

Sebagaimana yang dipaparkan oleh Dadang Hawari alqur'an: ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa mengenai cara mengatasi kecemasan, mengatakan: bagi pasien maupun bagi keluarganya seringkali diliputi kecemasan dan ketakutan, rasa putus asa dan depresi. Kondisi kejiwaan yang demikian ini dapat diatasi tidak hanya dengan obat-obat penenang anti cemas atau anti depresi, namun yang terpenting adalah dengan senantiasa mengingat Allah. Sebagaimana firmanNya dalam surat Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ. الرعد: ٢٨

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram” (Q.S. 13:28)⁵⁴

Begitu pula pendapat M Imam Zamroni mengatakan “ rasa gelisah yang dirasakan oleh siswa terkadang termanifestasi dalam berbagai kegiatan positif

⁵³ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 130

⁵⁴ Dadang Hawari, *Alqur'an : Ilmukedokteran...*, Hal. 23

seperti mengadakan berbagai macam aktifitas spiritual”.⁵⁵ Tak lain halnya Supa’at juga berpendapat “Kegelisahan dan ketidaksenangan siswa secara mental tersebut (atas arahan dan bimbingan guru) diminimalisir dengan melakukan ritual-ritual keagamaan sesuai dengan tradisi keagamaan yang mereka yakini, seperti *istighosah, sholat dhuha, mujahadah, wirid* dan lain sebagainya”.⁵⁶ Dari pernyataan diatas Rudi Hariyono mengatakan “do’a adalah efisiensi oleh karena ia adalah penghasil dan penguatan iman, sedang iman adalah suatu racun pelawan terhadap kecemasan dan kekhawatiran”.⁵⁷ Dikuatkan pula oleh pendapat Prof. Dadang Hawari bahwa “manfaat komitmen agama tidak hanya dibidang penyakit fisik, tetapi juga dibidang kesehatan jiwa”.⁵⁸ seperti beberapa pendapat yang dikutip oleh Keksi Girindra Swasti mengenai hal tersebut yaitu :

Banyak siswa yang mengatasi ansietasnya dengan meningkatkan frekuensi beribadah yang dilakukan dengan cara sholat, membaca Alqur’an, berdzikir dan berdo’a. Menurut Daradjat agama juga dapat membrikan jalan kepada manusia untuk mencapai rasa aman, rasa tidak takut, atau rasa ansietas menghadapi persoalan hidup.⁵⁹

Selain itu untuk mengatasi kecemasan menurut ajaran Islam manusia diperintahkan untuk meningkat kan keimanan, ketaqwaan dan amal sholeh. Seperti yang difirmankan oleh Allah dalam Surat Al Ma’arij ayat 18-27 :

وَجَمَعَ فَأَوْعَى [١٨] إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا [١٩] إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا [٢٠] وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا [٢١] إِلَّا الْمُصَلِّينَ [٢٢] الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ [٢٣] وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ [٢٤] لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ [٢٥] وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ [٢٦] وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ [٢٧]

⁵⁵ M Imam Zamroni, *Madrasah...*, Hal. 82

⁵⁶ Supa’at, *Madrasah...*, Hal. 357

⁵⁷ Rudi Hariyono, *Mengatasi Rasa Cemas*, (Gresik : Indah Sari, 2000), Hal. 127

⁵⁸ Dadang Hawari, *Alqur’an : Ilmukedokteran...*, Hal. 19

⁵⁹ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 135

Artinya :“Serta mengumpulkan (harta benda) lalu menyimpannya. Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan sholat, yang mereka itu tetap mengerjakan sholatnya, dan orang-orang yang dalam hartanya tersedia bagian tertentu, bagi orang (miskin) yang meminta dan orang yang tidak mempunyai apa-apa (yang tidak mau meminta), dan orang-orang yang mempercayai hari pembalasan, dan orang-orang yang takut terhadap azab Tuhanya” (Q.S Al Ma’arij:18-27)

Bila kita ingin mendapatkan rasa tenang dan tenteram maka kita harus mendekatkan diri kepada Allah, maka hati gelisah manusia akan hilang dan hati menjadi tenang. Mendekatkan diri bukan hanya dengan cara melalui hubungan vertikal kepada Allah tetapi juga melalui hubungan horizontal dengan sesama manusia sebagaimana yang diperintahkan oleh Allah.

Dari beberapa pendapat diatas dapat diketahui bahwa aspek spiritual yaitu dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah juga bisa menguatkan mental siswa seperti sholat tasbeih yang dilakukan oleh siswa di SMA Islam Sunan Gunung Jati, karena ritual tersebut akan menambah ketenangan jiwa siswa sehingga mereka pun akan tetap fokus dalam belajar dan siap menghadapi ujian.

c. Istighosah

Istighosah adalah membaca wirid-wirid tertentu kepada Allah, ini juga termasuk kegiatan yang dilakukan untuk menguatkan mental siswa menghadapi UN. Sebagaimana yang dipaparka oleh Supa’at :

Di samping usaha yang bersifat rasional empiris, hampir di semua madrasah di Kudus juga melakukan usaha-usaha yang bersifat spiritual (*ruhaniah*) yang dilakukan tidak hanya oleh siswa tetapi juga guru dan orang tua siswa dengan mengadakan ritual-ritual keagamaan, seperti *istighosah*, *mujahadah* secara periodik menjelang UN, membaca *wirid*, *sholat dhuha* bersama, ziarah kubur wali, dan melakukan ritual pada tengah malam seperti *tahajud*, membaca tahlil dan manaqib secara berjama'ah.⁶⁰

Istighosah dijadikan sebagai rutinitas siswi kelas XII di menjelang UN, karena selain persiapan melalui formal diperlukan juga persiapan mental dengan jalan menambah ritual keagamaan berupa wirid dan do'a-do'a. Do'a adalah efisien oleh karena ia adalah penghasil dan penguat iman. Sedang iman adalah suatu racun pelawan terhadap kecemasan dan kekhawatiran. Iman adalah bertindak dalam keyakinan atas perkataan pihak lain seorang yang setia didalam kehidupan do'anya bertindak dalam keyakinan atas firman Tuhan. Ia bertindak dalam keyakinan atas firman Allah yang menjanjikan sebagai berikut :

الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسَنَ مَّآبٍ [٢٩]

Artinya :“orang-orang yang beriman dan beramal shaleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.”(QS. Ar-Ra'd:29)

Do'a merupakan pelarian kepada ketenangan jiwa. Orang yang meluangkan waktu secara teratur didalam do'a dapat mengetahui dalam jiwanya yang terdalam bahwa firman Allah itu benar. Ketenangan batin yang dihasilkan karena berdo'a membuat kita memanfaatkan sesuatu yang lebih besar.⁶¹ Seperti yang dipaparkan oleh Mimi Doe dan Marsha Walch dalam bukunya yang berjudul

⁶⁰ Supa'at, *Madrasah...*, Hal. 355

⁶¹ Rudi Hariyono, *Mengatasi ...*, Hal. 127-128

“10 Prinsip Spiritual Parenting: Bagaimana Menumbuhkan Dan Merawat Sukma Anak-Anak Anda” bahwa “ketika meminta bantuan Tuhan yang dipercaya, seorang anak dapat berbagi pemikiran, kecemasan, atau pengalaman yang tidak dapat dibicarakannya dengan orang tua atau teman-temannya. Bagi anak-anak, ada rasa senang dan aman dengan mengetahui bahwa *Tuhan tidak akan membuka rahasia*. Mereka dapat terbuka kepada Tuhan dan percaya pada gagasan yang mereka terima. Tuhan bersifat luwes dan dapat menjadi apapun yang mungkin dibutuhkan anak kapan saja.”⁶²

Keksi girindra swasti juga berpendapat mengenai religiusitas yang bisa mengurangi kecemasan siswa bahwa “religiusitas merupakan salah satu faktor yang paling mendasar dalam diri individu, yang mana faktor tersebut menyangkut kedekatan individu dengan Sang Maha Pencipta. Kedekatan tersebut dapat membuat seseorang tenang, aman sehingga ansietas dapat dihindari”.⁶³ Begitupun yang dipaparkan oleh M Bagus Nugroho bahwa “pola perilaku siswa dinilai memiliki peningkatan baik terlihat dari beberapa komponen tentang perilaku seperti komponen afektif, siswa ketika akan menghadapi ujian nasional meningkatkan nilai religiusnya seperti berdo’a, beribadah dan meminta maaf”.⁶⁴ Begitupula pendapat M Imam Zamroni mengenai usaha yang dilakukan dari aspek spiritual sebagai berikut :

⁶² Mimi Doe Dan Marsha Walch, *10 Prinsip Spiritual Parenting: Bagaimana Menumbuhkan Dan Merawat Sukma Anak-Anak Anda*, (Bandung:Kaifa, 2001), Hal. 39

⁶³ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 135

⁶⁴ Muhammad Bagus Nugroho, *Pola Perilaku Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional: Studi Kasus Di SMA Negeri 2 Boyolali*, Program Studi Pendidikan Sosiologi Antropologi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta

Usaha spiritual yang dilakukan oleh guru, siswa, orang tua bahkan juga masyarakat dengan mengadakan ritual-ritual keagamaan seperti *istighosah*, *mujahadah*, membaca *wirid*, *sholat dhuha* bersama dan melakukan ritual ditengah malam seperti sholat tahajud dan lain sebagainya. Memang tradisi keagamaan seperti diatas sudah berlangsung lama dengan tujuan untuk *taqorrub* (mendekatkan diri) kepada Allah SWT.⁶⁵

Hal tersebut seperti pendapat Hawari yang dikutip oleh Keksi Girindra Swasti bahwa “ajaran agama merupakan salah satu faktor yang dapat menjauhkan manusia dari perasaan ansietas, tegang dan depresi.⁶⁶Sama halnya yang dipaparkan oleh Wahdan Najib Habiby dalam karya tulis ilmiahnya mengatakan :

Training motivasi dengan pendekatan spiritual juga digunakan untuk tingkat stress siswa pada beberapa sekolah, namun pendekatan ini umumnya dilakukan dalam bentuk do’a bersama (*istighosah*), sujud taubat bersama, maupun ceramah atau pengarahan keagamaan yang dilakukan beberapa hari menjelang pelaksanaan ujian nasional.⁶⁷

Dari beberapa pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan keagamaan bisa menambah kekuatan mental siswa, bukan hanya siswa, orang tua dan guru pun juga menambah tingkat religius mereka dengan harapan Allah akan mengabulkan do’a mereka-dalam hal ini siswa bisa lulus UN dengan baik- karena tidak dipungkiri kita sebagai umat Islam selain berusaha kita juga berdo’a agar apapun yang kita kerjakan akan berhasil dan diridloi oleh Allah.

⁶⁵ M Imam Zamroni, *Madrasah...*, Hal. 79

⁶⁶ Keksi Girindra Swasti, *Penurunan Ansietas...*, Hal. 135

⁶⁷ Wahdan Najib Habiby Dan M Nur Wangid, *Efektifitas Pelatihan Motivasi Untuk Menurunkan Tingkat Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional Sekolah Dasar, Jurnal Prima Edukasi, Vol. 1, Nomor 2, 2013*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Universitas Negeri Yogyakarta, Hal. 211

D. HASIL PENELITIAN TERDAHULU

Pemantapan kesiapan mental dalam menghadapi UN merupakan topik yang umum tetapi penulis belum menemukan topik yang sama persis dengan topik yang penulis ambil. Akan tetapi penulis menemukan beberapa karya yang masih berkaitan dengan topik yang penulis ambil. Setelah mengunjungi perpustakaan IAIN Tulungagung dan menelusuri website dengan maksud mencari hasil penelitian yang relevan dengan judul yang penulis tentukan, maka penulis memaparkan hasil penelitian terdahulu dibawah ini sebagai rujukan.

1. Muhammad Bagus Nugroho, dalam penelitian yang berjudul “Pola Perilaku Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional Studi Kasus Di SMA Negeri 2 Boyolali” menyajikan beberapa kesimpulan yang layak dan patut dijadikan sebagai bagian dari acuan bagi penulis bahwa:
 - a. Perubahan perilaku siswa dalam menghadapi ujian nasional
 - b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola perilaku siswa dalam menghadapi ujian nasional
 - c. Peran orang tua dan instansi pendidikan dalam membentuk perilaku siswa kelas XII
 - d. Terdapat pola perilaku siswa dalam menghadapi ujian nasional tahun 2015 di SMA Negeri 2 Boyolali
 - e. Terdapat komponen yang mempengaruhi terbentuknya perilaku siswa kelas XII dalam menghadapi ujian nasional
 - f. Adanya resolusi siswa kelas XII terhadap pemecahan masalah ketika menghadapi ujian nasional. Pola perilaku siswa ketika akan menghadapi ujian nasional dilihat berdasarkan aspek sosialisasi, aspek lingkungan dan aspek kelompok. Kemudian siswa dibagi menjadi 3 kategori yaitu siswa yang dengan motivasi tinggi dan memiliki fasilitas, siswa bermotivasi rendah minim fasilitas, dan siswa bermotivasi tinggi minim fasilitas.⁶⁸

⁶⁸ Muhammad Bagus Nugroho, Pola Perilaku Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional: Studi Kasus Di SMA Negeri 2 Boyolali, *Jurnal*, Program Studi Pendidikan Sosiologi Antropologi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta

2. Rani Ayuningtyas, dalam penelitian yang berjudul "Studi Deskriptif Kecemasan Siswa Kelas 6 Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah Berstandar Nasional (UASBN)" menyajikan beberapa kesimpulan yang layak dan patut dijadikan sebagai bagian dari acuan bagi penulis bahwa:
 - a. Strategi yang digunakan SD pangudi luhur, Yogyakarta adalah dengan mengadakan sistem belajar kelompok
 - b. Adanya keterlibatan orang tua dengan sekolah melalui berbagai forum yang dimaksudkan untuk saling memberi masukan untuk peningkatan pendidikan anaknya
 - c. Mengembangkan cara hidup sehat dengan prioritas tercapainya kondisi baik fisik maupun mental yang siap menghadapi ujian.⁶⁹

3. M. Riziq Mubarak, dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Intensitas Belajar Dan Perilaku Keberagaman Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Peserta Didik Kelas XII Muhammadiyah 1 Semarang Tahun Ajaran 2014/2015" menyajikan beberapa kesimpulan yang layak dan patut dijadikan sebagai bagian dari acuan bagi penulis bahwa :
 - a. Pengaruh intensitas belajar pada kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional secara statistik tidak signifikan (pada taraf 5%). Kondisi tersebut berarti intensitas belajar tidak berpengaruh pada penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.
 - b. Perilaku keberagaman berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional. Artinya semakin tinggi peserta didik melakukan perilaku keberagaman maka tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional akan menurun. Sebaliknya semakin rendah peserta didik melakukan perilaku keberagaman maka tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional akan meningkat.
 - c. Intensitas belajar dan perilaku keberagaman berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional artinya semakin tinggi peserta didik melakukan intensitas belajar dan melakukan perilaku keberagaman maka tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional akan menurun. Sebaliknya semakin rendah peserta didik

⁶⁹ Rani Ayuningtyas, *Studi Deskriptif Kecemasan Siswa Kelas 6 Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah Berstandar Nasional (UASBN)*, Skripsi, Program Studi Psikologi Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, Hal. 44

melakukan intensitas belajar dan perilaku keberagaman maka tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional akan meningkat.⁷⁰

4. Eka amaliyah mugli lestari dalam penelitian yang berjudul "Korelasi Antara Perilaku Keberagaman Dengan Kecemasan Peserta Didik Kelas IX Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Mts Darul Ulum Wates Ngaliyan Semarang Tahun Ajaran 2013/2014" menyajikan beberapa kesimpulan yang layak dan patut dijadikan sebagai bagian dari acuan bagi penulis bahwa :
 - a. Perilaku keberagaman peserta didik kelas IX Mts Darul Ulum Wates Ngaliyan Semarang Tahun Ajaran 2013/2014 dengan rata-rata sebesar 105,093 termasuk dalam kategori "baik" terletak pada interval 105-119
 - b. Kecemasan peserta didik kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di Mts Darul Ulum Wates Ngaliyan Semarang Tahun Ajaran 2013/2014 dengan rata-rata sebesar 60,971 termasuk dalam kategori "sedang" terletak pada interval 51-61
 - c. Terdapat korelasi yang tidak searah/negatif dan signifikan antara perilaku keberagaman dengan kecemasan peserta didik kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional di Mts Darul Ulum Wates Ngaliyan Semarang Tahun Ajaran 2013/2014, hal ini ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi sebesar $r = -0,644$ dengan tingkat signifikan 5% ($r_{tabel} = 0,279$). Sehingga dapat disimpulkan korelasi antara perilaku keberagaman dan kecemasan signifikan. Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara perilaku keberagaman dengan kecemasan peserta didik kelas IX dalam menghadapi Ujian Nasional. Dan koefisien determinasinya sebesar 0,415 yang menggambarkan bahwa dalam penelitian ini perilaku keberagaman mempunyai sumbangan sebesar 41,5% terhadap kecemasan peserta didik dalam menghadapi Ujian Nasional. Sisanya 58,53% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak bisa diungkap dalam penelitian ini.⁷¹

⁷⁰ M. Riziq Mubarak, *Pengaruh Intensitas Belajar Dan Perilaku Keberagaman Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Peserta Didik Kelas XII Muhammadiyah 1 Semarang Tahun Ajaran 2014/2015*, Skripsi, Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, Hal. 96-97

⁷¹ Eka Amaliyah Mugli Lestari, *Korelasi Antara Perilaku Keberagaman Dengan Kecemasan Peserta Didik Kelas IX Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Mts Darul Ulum Wates Ngaliyan Semarang Tahun Ajaran 2013/2014*, Skripsi, Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan IAIN Walisongo, Semarang, Hal. 106-107

Beberapa hasil penelitian terdahulu tersebut menurut penulis memiliki bidang dan sasaran penelitian yang hampir sama dengan penelitian yang penulis lakukan. Letak kesamaan bidang dan sasaran penelitian ini adalah kesiapan siswa menghadapi Ujian Nasional. Dari berbagai lembaga sekolah baik SD, SMP dan SMA melakukan berbagai program dan kegiatan untuk mempersiapkan siswanya menghadapi Ujian Nasional. Sekalipun memiliki beberapa kesamaan tentu saja penulis akan menghadirkan sesuatu yang berbeda dengan penelitian yang pernah hadir. Jika penelitian terdahulu menghadirkan contoh program yang dilakukan untuk mempersiapkan siswa menghadapi UN adalah pembelajaran kelompok dan perilaku keberagaman, maka dalam penelitian ini penulis memaparkan program yang berbeda yaitu pemberian jam tambahan, shalat tasbih dan istighosah. Hal tersebut-perincian kegiatan shalat tasbih dan istighosah- bisa dilakukan di lokasi penelitian karena sekolah tersebut berada dibawah naungan pondok pesantren.

E. Kerangka Pemikiran

Penelitian pada hakikatnya merupakan suatu upaya untuk menemukan kebenaran, usaha untuk mengejar kebenaran dilakukan oleh para filsuf, dipaparkan oleh Harmon yang masih dikutip oleh Lexy J Moleong bahwa "cara mendasar untuk mempersepsi, berpikir, menilai dan melakukan yang berkaitan dengan sesuatu secara khusus tentang visi realitas".⁷²

Sebagaimana penjelasan diatas peneliti memaparkan dampak kecemasan terhadap mental siswa. Kondisi psikologis siswa bermacam-macam dalam

⁷² *Ibid.*, Hal. 49

menghadapi Ujian Nasional, hal ini disebabkan adanya dinamika psikis yang berbeda-beda dalam diri siswa. Siswa yang dinamika psikisnya baik tidak mengalami kecemasan atau ketakutan dalam menghadapi ujian nasional. Sebaliknya siswa yang dinamika psikisnya tidak baik akan mengalami kecemasan atau ketakutan dalam menghadapi ujian nasional. Pandangan terhadap masalah kecemasan ini cukup beraneka ragam, kecemasan dengan ansietas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif terhadap motivasi, tetapi apabila ansietasnya sangat kuat dan bersifat negatif justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu terhadap keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan. Gejala perilaku siswa yang mengalami kecemasan atau ketakutan dalam menghadapi ujian nasional, antara lain gejala fisik, gejala psikis dan gejala sosial. Gejala fisik meliputi peningkatan detak jantung, perubahan pernafasan, keluar keringat, gemetar, kepala pusing, mual, lemah dan sering buang air kecil. Gejala psikis meliputi kurang percaya diri, kurang tenaga, khawatir, kegelisahan, tidur tidak nyenyak dan kebingungan. Gejala sosial meliputi mencari kunci jawaban, menyontek, menyalahkan soalnya sulit dan menyalahkan gurunya belum pernah mengajarkan materi yang diujikan. Kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang. Mengingat dampak negatifnya terhadap pencapaian prestasi belajar dan kesehatan fisik atau mental siswa maka perlu ada upaya-upaya tertentu untuk mencegah dan mengurangi kecemasan siswa di sekolah. Dalam hal ini peneliti meneliti salah satu cara yaitu dengan memperdalam pemahaman materi dengan penambahan jam belajar dan lebih mendekatkan diri kepada Allah.

Mengingat betapa pentingnya ibadah dzikrullah sebagai salah satu cara untuk mendapatkan rasa tenang dan tenteram, maka sebagai makhluk beragama perlu sekali kita memahami masalah dzikrullah secara mendalam. Sebagai harapan dan keyakinan bahwa semakin kita mendekatkan diri kepada Allah semakin bertambah pula keimanan dan kepercayaan diri akan adanya keberhasilan setelah kita melakukan usaha. Dalam hal ini sekolah tempat penelitian yang berada dibawah naungan pondok pesantren berkolaborasi atau bersinergi –sebagaimana yang dikatakan bapak kepala sekolah-untuk mengadakan program keagamaan menjelang UN dengan harapan para siswa kelas XII dapat lebih siap bukan hanya dalam hal materi tetapi jiwanya dengan memasrahkan diri kepada Allah. Setelah sedemikian usaha dilakukan, dengan dukungan guru dan kepala sekolah yang ikut berperan aktif.

