

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era zaman ini remaja telah menjadi pusat perhatian di masyarakat. Lingkungan menjadi salah satu faktor utama terbentuknya sikap remaja. Lingkungan yang baik akan membawa pada sikap yang baik, misalnya sering datang ke kajian Islami, kegiatan les menari/ musik, berdiskusi, dsb. Sedangkan, lingkungan yang tidak baik akan mempengaruhi remaja pada hal yang tidak baik seperti memakai narkoba, meminum-minuman keras, seks bebas, dsb. Masalah yang dihadapi remaja akan membuat mentalnya terganggu. Ia akan mengalami sebuah tekanan, seperti rasa cemas, khawatir, labil, marah, dan tidak percaya diri.

Salah satu perkembangan remaja ialah ditandai dengan adanya sikap tidak percaya diri. Hal ini mengindikasikan bahwa perubahan emosi pada diri remaja akan memunculkan sikap ketidakpercayaan diri, sehingga remaja harus mampu belajar beradaptasi pada lingkungannya. Lingkungan tersebut akan mempengaruhi kondisi perilaku remaja dalam bersikap. Kepercayaan diri adalah sebuah keyakinan yang dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri dapat tercapai dengan adanya kemampuan diri untuk tidak merasa cemas dan takut pada saat bertindak. Orang yang memiliki kepercayaan diri akan mampu mengatasi segala persoalan yang sedang dihadapinya baik untuk diri sendiri maupun pada oranglain. Jika kepercayaan diri sudah ada, maka akan memperkuat motivasinya dalam mencapai keberhasilan.¹

Dilihat dari sebuah kasus masalah anak remaja laki-laki yang terlibat tawuran di SMK B Jakarta. Terlihat dari 127 siswa terdapat 44 siswa remaja laki-laki yang pernah terlibat dalam tawuran. Kasus tawuran sudah banyak dialami di kota Jakarta dan dapat dikategorikan cukup tinggi. Dapat pula dikaitkan dengan data dari Komisi Perlindungan Anak di DKI Jakarta tahun 2013 sudah tercatat 255 kasus tawuran pelajar. Hal itu disebabkan karena

¹ Heris Hendriana, *Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pembelajaran Matematika Humanis*, Persona, Jurnal Pengajaran MIPA, Vol. 19, No. 1, April 2014, hlm 56

memiliki masalah mengenai emosi. Emosi yang sulit terkendali akan mempengaruhi dirinya berbuat hal-hal yang tidak baik. Namun, jika emosi dapat dikendalikan, maka ia tergolong memiliki kepercayaan diri yang kuat sehingga tidak mudah terpengaruh pada ajakan yang melibatkannya pada hal negatif². Pada kasus lain yang melibatkan emosi, seperti siswa kelas XI SMAN 1 SUNGAI LIMAU. Terungkap bahwa setelah diwawancara pada 5 orang siswa, mereka tidak bisa mengendalikan emosinya dan apa yang diinginkannya tidak tercapai. Dapat dilihat dengan adanya ketakutan yang dialami oleh siswa tersebut, mereka merasa takut jika tidak memiliki seorang kekasih, takut tidak dapat menerima kelebihan yang orang lain miliki, sering mengalami kecemasan, takut gagal, mudah tersinggung, agresif dan bersikap kasar.³

Adapun solusi terkait dengan permasalahan yang terjadi pada remaja yang mengalami emosi karena ketidakpercayaan diri. Saat ini dunia Pendidikan telah banyak menerapkan sistem pembiasaan shalat duha. Pendidikan Islami di SMP Plus Al-Ghifari Bandung telah menerapkan sistem kegiatan program hikmah pagi diantaranya, tadarus Al-Qur'an, Shalat duha masing-masing, dan ceramah umum. Siswa/i yang belajar disana telah membiasakan untuk melaksanakan shalat duha. Pelaksanaan shalat duha dilakukan oleh seluruh siswa/i SMP Plus Al-Ghifari. Hikmah pagi dilaksanakan pukul 06.00 setiap hari selasa untuk kelas VII, hari rabu untuk kelas VIII, dan hari kamis untuk kelas IX.

Shalat sunnah memiliki kedudukan yang istimewa. Dengan mengerjakan shalat sunnah dapat lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, dan menjadi pelengkap amalan fardhu yang masih kurang. Dalam mengerjakan ibadah shalat sunnah memiliki nilai plus di sisi Allah SWT.⁴ Salah satunya ialah mengerjakan shalat sunnah duha. Shalat duha merupakan ibadah shalat

² Nuri Aprilia dan Herdina Indrijati, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Tawuran Pada Remaja Laki-Laki Yang Pernah Terlibat Tawuran Di Smk 'B' Jakarta*, Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Vol. 3 No.01 , April 2014, hlm 3,8

³Risa Yuliani, *Emosi Negatif Siswa XI SMAN 1 Sungai Limau*, Jurnal Ilmiah Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, Vol. 2 No. 1, Januari 2013, hlm 152

⁴ Muhammad Abu Ayyas, *Keajaiban Shalat Duha*, hlm 25

sunnah yang dianjurkan oleh Rasulullah saw. Manfaat mengerjakan shalat duha dapat membuat hati kita selalu tenang, karena menghubungkan batin dengan Allah SWT. Orang yang memiliki ketenangan dihatinya akan mencerminkan akhlak dan perbuatan yang terpuji. Manfaat melaksanakan shalat sunnah bisa mendapatkan pahala, menyempurnakan shalat, bertaubat, hajat dikabulkan, meminta hujan, diberikan petunjuk dan ketetapan hati, dan mensucikan diri kepada Allah SWT.⁵

Shalat duha diketahui memiliki banyak sekali manfaat pada kehidupan manusia. Dengan adanya fakta tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui “**EFEKTIVITAS SHALAT DUHA DALAM PENINGKATAN RASA PERCAYA DIRI (Studi Kasus pada Siswa/I di SMP Plus Al-Ghifari Bandung)**”.

B. Rumusan Masalah

Dari pembatasan masalah tersebut penulis akan menetapkan mengenai rumusan masalah, yaitu :

1. Bagaimana shalat duha bisa meningkatkan kepercayaan diri di SMP Plus Al-Ghifari Bandung ?
2. Bagaimana program shalat duha di SMP Plus Al-Ghifari Bandung dilaksanakan?
3. Bagaimana dampak shalat duha terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa/i di SMP Plus Al-Ghifari Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan penelitian, yaitu:

1. Untuk mengetahui shalat duha bisa meningkatkan kepercayaan diri di SMP Plus Al-Ghifari Bandung.
2. Untuk mengetahui program shalat duha di SMP Plus Al-Ghifari Bandung.

⁵ Akhmad Muhaimin Azzet, *Tuntunan Shalat Fardhu Dan Sunnah*, (Bandung: Darul Hikmah, 2016), hlm 165

3. Untuk mengetahui dampak peningkatan kepercayaan diri siswa/i di SMP Plus Al-Ghifari Bandung setelah melaksanakan pembiasaan shalat duha.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritik

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan bagi mahasiswa mengenai nilai-nilai tasawuf.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Peneliti

Peneliti memiliki pengalaman setelah melakukan penelitian.

- b. Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai manfaat melaksanakan shalat duha dalam peningkatan rasa percaya diri bagi lembaga yang berkecimpung dalam dunia pendidikan (sekolah) maupun lembaga perlindungan anak dan remaja.

E. Kajian Pustaka

Untuk memperkuat dari adanya penelitian yang dilakukan oleh penulis, maka akan diuraikan mengenai teori yang berhubungan dengan penelitian, diantaranya ialah:

1. Skripsi tentang *Pengaruh Shalat Duha Terhadap Kesehatan Mental (Studi Kasus Santri Pesantren Syifaaush Shudur)*, Dede Parida, Fakultas Ushuluddin, Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2014, yang berisi tentang: “Pengaruh Sholat Duha, Kesehatan Mental dalam skripsi ini dilatarbelakangi shalat duha dapat memberikan pemahaman kepada santri mengenai manfaat shalat yang tidak hanya sebagai salahsatu perintah agama yang harus dipenuhi tetapi juga menjadi sebuah pengaruh bagi kesehatan mental. Pengaruh shalat duha yang diterapkan dimulai dari tahun 2006 di Pesantren Syifaaush Shudur yaitu

berpengaruh pada pembinaan akhlak para santri, menjadi santri yang disiplin, bertanggungjawab, menjauhi rasa malas dan untuk meningkatkan kecerdasan spiritualitas.

2. Jurnal *Manfaat Shalat Duha Dalam Pembentukan Akhlakul Karimah Siswa (Studi Kasus pada Siswa Kelas XI MAN Purwoasri Kediri Tahun Ajaran 2014-2015)*, Siti Nor Hayati, Jurnal Spiritualitas, Vol. 1, No. 1, Juni 2017, hlm 49-52 yang berisi tentang: “Shalat duha dilaksanakan 2 rakaat dan manfaatnya akan mendapatkan pahala. Pengaruh Sholat Duha dalam jurnal ini dilatarbelakangi shalat duha dapat menjadikan akhlak siswa/i menjadi baik atau berakhlakul karimah. Hasil penelitian dari manfaat mengerjakan shalat duha, yaitu siswa/i merasa nyaman, tenang, lancar saat membaca surat Yasin, perilakunya menjadi lebih baik, seperti disiplin dalam aktivitas sehari-hari dan disiplin dalam mengerjakan shalat duha.
3. Skripsi tentang *Hubungan Antara Pelaksanaan Shalat Duha Dengan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII Di MTS Manbaul Ulum Pakis Malang*, Maulina Aulia Hayati, Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2016, yang berisi tentang: Shalat merupakan ibadah wajib yang harus dikerjakan. Shalat juga menjadi penghubung antara Allah dengan manusia. Selain itu, shalat juga dapat membentuk akhlak yang positif, salah satunya ialah dengan memiliki sikap yang disiplin. Dengan adanya sikap disiplin maka, hidup akan menjadi teratur dan mudah untuk meraih kesuksesan. Pengaruh antara hubungan pelaksanaan shalat duha dengan kedisiplinan terlihat saat siswa kelas VII di MTs Manbaul Ulum melaksanakan shalat duha dengan teratur yaitu, 73,8% terdapat tingkat kedisiplinan yang tinggi dan baik dari 42 responden dan 26,2% memiliki tingkat kedisiplinan yang sedang.

F. Kerangka Pemikiran

Penelitian menggunakan teori kepribadian (psikoanalisis) dari Sigmund Freud. Psikoanalisis ialah aliran pertama dari teori psikologi yang memberikan pandangan baru pada psikologi, seperti dapat membangkitkan

minat terhadap motivasi tingkah laku.⁶ Menurut pandangan psikoanalitik terdapat tiga struktur kepribadian, yaitu id, ego, dan superego. Ketiga struktur ini memiliki fungsi-fungsi kepribadian secara menyeluruh, id yang merupakan komponen biologis, ego ialah komponen secara psikologis, dan superego ialah komponen sosial.

1. Id

Id adalah sistem kepribadian secara orisinal, merupakan tempat bersemayamnya naluri-naluri. Id sulit untuk terorganisir, buta, menuntut, dan mendesak, sehingga tidak dapat mengendalikan dan melepaskan ketegangan saat bekerja. Id bersifat tidak logis, amoral, dan dorongan dalam pemenuhan naluri akan menggunakan asas kesenangan saja.

2. Ego

Ego memiliki hubungan dengan dunia eksternal berdasarkan kenyataan.⁷ Ego ialah kepribadian yang memerintah, mengendalikan, dan mengatur. Dalam hal ini, ego sebagai perantara naluri-naluri dengan kondisi lingkungannya. Ego ialah tempat bersemayamnya intelegensi dan rasionalitas untuk mengendalikan dan mengawasi kesadaran berdasarkan asas kenyataan yang telah diatur, karena ego bersifat realistis dan berpikir logis dalam perencanaan-perencanaan bagi pemenuhan kebutuhan.

3. Superego

Superego merupakan cabang moral dari kepribadian. Moral dari superego akan menjelaskan benar atau salahnya suatu tindakan. Superego akan berbicara secara riil, bukan berdasarkan kesenangan tetapi pada kesempurnaan. Superego bersifat menghambat impuls-impuls dari id. Superego akan menjelaskan mengenai nilai-nilai yang telah diajarkan oleh orangtua, sehingga akan berkaitan dengan sebuah imbalan dan hukuman. Imbalan dari nilai-nilai tersebut dapat berupa perasaan-perasaan bangga dan

⁶ Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), hlm 13

⁷ Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi*, hlm 14

mecintai diri, sedangkan hukumannya ialah merasa berdosa dan rendah diri.⁸

Pembinaan kehidupan beragama pada remaja harus diterapkan. Dalam hal ini remaja dididik dalam berbagai macam pembinaan yang akan menghasilkan sebuah tingkahlaku yang baik. Adapun karakteristik mental yang sehat, yaitu:

- a. Terhindar dari gejala gangguan jiwa (*neurose*) kepribadiannya masih diketahui dan masih dirasakan dalam dirinya dan penyakit jiwa (*psikose*) adalah kepribadian dari segala macam aspek berupa tanggapan, perasaan/emosi, dorongan-dorongan.
- b. Dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.
- c. Dapat memanfaatkan potensi semaksimal mungkin
- d. Dapat mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain, yaitu dapat memberikan dampak yang positif bagi diri dan orang disekitarnya.⁹

Perilaku sosial manusia sering kali dipengaruhi oleh faktor-faktor yang bersifat sementara. Seperti perubahan mood, emosi, kelelahan, penyakit, obat yang dapat mempengaruhi perubahan dalam bertindak.¹⁰ Dalam ini remaja harus menyesuaikan diri pada lingkungannya, seperti beradaptasi pada lingkungan yang baru, teman baru, dan mampu bersosialisasi.¹¹ Jika interaksi sosial dapat berjalan dengan baik, maka remaja akan merasa dianggap. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui efektivitas dari pembiasaan shalat duha dalam peningkatan rasa percaya diri.

G. Langkah-langkah Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian kualitatif ialah metode penelitian yang digunakan untuk melihat objek secara alamiah. Dalam pengambilan data kualitatif memerlukan fakta-fakta yang ada dilapangan sebagai bukti hipotesis.

⁸ Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi*, hlm 15

⁹ Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene*, (Bandung: Pustaka, 2004), hlm 20,21

¹⁰ Robert A. Baron, dkk, *Psikologi Sosial*, Jilid 1, Edisi 10, (Jakarta: ERLANGGA, 2003), hlm 39

¹¹ Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1991) hlm 213

Peneliti sebagai instrumen kunci dalam mengumpulkan data secara triangulasi (observasi, wawancara, dokumentasi). Data yang telah diperoleh merupakan analisis data bersifat kualitatif kemudian hasil penelitian bersifat guna memahami fenomena, dan menentukan hipotesis.¹²

2. Tempat Penelitian

Lokasi yang telah dipilih sebagai tempat penelitian di SMP Al-Plus Ghifari, Jl. Cisaranten Kulon, Arcamanik, Kota Bandung, Jawa Barat 40293. Lokasi tersebut dipilih karena telah menerapkan sistem pembiasaan shalat duha, yaitu program hikmah pagi.

3. Sumber Data

a. Data Primer

Sumber data primer yang akan diteliti di SMP Plus Al-Ghifari Bandung berjumlah 10 orang siswa/i.

b. Data Sekunder

Sumber data sekunder berasal dari SMP Al-Plus Ghifari Bandung yang terdiri dari 1 guru rohis, buku, dan jurnal.

4. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian kualitatif ialah metode penelitian yang digunakan untuk melihat objek secara alamiah. Tahap pengumpulan data adalah suatu cara untuk mendapatkan data agar dapat memenuhi standar kebutuhan dalam melakukan penelitian. Data dapat dilakukan bisa dengan berbagai cara, berbagai *setting*, dan berbagai sumber data. Ketiga teknik dalam pengumpulan data memiliki caranya masing-masing, jika dalam setting maka data akan dikumpulkan dengan cara setting alamiah (*natural setting*) seperti di Laboratorium, pengambilan data dilakukan dengan cara eksperimen. Bila dilihat dari berbagai cara data dilakukan dengan menggunakan observasi (mengamati), wawancara (interview), kuesioner (angket), dokumentasi, dan penggabungan keempat data tersebut atau triangulasi.¹³

¹² Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm 9

¹³ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm 104

Pengumpulan data dilakukan pada penelitian kualitatif, peneliti sebagai instrumen kunci dalam teknik pengumpulan data. Kegunaan teknik pengumpulan data dengan cara observasi dan wawancara secara mendalam dan dokumentasi.

a. Observasi

Nasution (1998) observasi adalah fenomena yang terjadi dilapangan yang dapat diamati secara langsung melalui observasi.¹⁴

b. Wawancara

Enstrenberg (2002) wawancara adalah proses tanya jawab dari kedua belah pihak untuk memperoleh sebuah informasi sehingga dapat menemukan makna untuk dapat dikonstruksikan secara rinci. Teknik wawancara kualitatif yang digunakan dalam sumber data sekunder ialah wawancara secara terstruktur. Sedangkan, wawancara tidak terstruktur untuk sumber data primer.¹⁵

5. Analisis Data

Analisis data adalah cara untuk menjawab Analisis data yang akan digunakan dalam proses penelitian ialah menggunakan metode dari Miler dan Huberman (1984) dalam metode ini analisis akan dilakukan secara langsung dengan cara berinteraksi secara terus menerus sampai tuntas. Adapun langkah-langkah penelitian menurut Miler dan Huberman, yaitu:

a. *Data Collection* (Pengumpulan Data)

Pengumpulan data dapat dilakukan selama sehari-hari, mungkin juga dapat berbulan-bulan untuk menemukan sejumlah data. Tahap yang akan dilakukan oleh peneliti ialah menelusuri situasi dan kondisi objek yang dapat dilihat, didengar, dan direkam secara langsung disekitar lokasi penelitian, sehingga berbagai macam data akan ditemukan.

¹⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm 106

¹⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm 114-116

b. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Dalam pereduksian, data akan lebih dirangkum dengan memilih hal yang lebih rinci, dan memfokuskan hal-hal yang penting agar dapat menggambarkan data lebih jelas.

c. *Data Display* (Penyajian Data)

Setelah mengumpulkan dan mereduksi data, selanjutnya ialah penyajian data. Data yang akan disajikan berupa sebuah uraian mengenai aspek yang telah diteliti atau secara deskriptif.

d. *Concluding* (Kesimpulan)

Setelah melakukan pengumpulan, pereduksian, dan penyajian data selanjutnya, langkah yang terakhir dalam analisis data berupa kesimpulan mengenai penelitian tentang efektivitas shalat duha dalam peningkatan rasa percaya diri.¹⁶

H. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan penelitian ini penulis membagi dalam lima bab dengan sistematika sebagai berikut:

Bab pertama, ialah bab pendahuluan yang membahas mengenai permasalahan yang melatarbelakangi penulis untuk mengadakan penelitian, tentang efektivitas shalat duha dalam peningkatan rasa percaya diri di SMP Al-Plus Ghifari Bandung.

Bab kedua, mengenai tinjauan teoritis yang berisi landasan teori dari permasalahan yang dikaji. Yaitu teori kepribadian Sigmund Freud beserta biografi, dan pembahasan tentang shalat duha dan kepercayaan diri.

Bab ketiga, menjelaskan metodologi penelitian kualitatif, jenis penelitian, teknik pengumpulan data, tempat dan waktu penelitian.

Bab keempat, ialah bab pembahasan dan hasil penelitian. Dalam hal ini penulis akan memaparkan sejarah dan profil SMP Plus Al-Ghifari Bandung, program shalat duha dan hasil wawancara.

¹⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm 116

Bab kelima, merupakan bab penutup. Dalam bab ini berisi kesimpulan dari semua pembahasan yang telah dikaji dalam penelitian.

