

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Upaya Guru

a. Pengertian Upaya Guru

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia upaya adalah usaha, ikhtiar (untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar, dsb), atau syarat untuk menyampaikan suatu maksud atau upaya juga diartikan sebagai usaha untuk melakukan suatu hal atau kegiatan yang bertujuan.¹

Dalam UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen pasal dinyatakan bahwa: “Guru adalah pendidikan profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada jalur pendidikan formal, pada jenjang pendidikan dasar dan pendidikan menengah”.²

Guru adalah pendidik profesional karenanya secara implisit ia telah merelakan dirinya menerima dan memikul sebagian tanggung jawab pendidikan yang terpikul di pundak para orang tua. Mereka ini tatkala menyerahkan anaknya ke sekolah sekaligus berarti pelimpahan sebagian

¹ Safuan Alfandi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Solo: Sendang Ilmu), h. 672

² UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Pasal 1 ayat 1

tanggung jawab pendidikan anaknya kepada guru. Hal itupun menunjukkan pula bahwa orang tua tidak mungkin menyerahkan anaknya kepada sembarang guru/sekolah karena tidak sembarang orang dapat menjabat guru.³

Guru sering disebut sebagai pemimpin masyarakat (social leader) dan pekerja sosial (social worker), khususnya dalam masyarakat paguyuban. Guru sering menduduki posisi sebagai tokoh yang diteladani oleh warga masyarakat, ia menjadi satu-satunya sumber informasi dan sumber ilmu pengetahuan. Oleh karena itu, guru sering dipandang sebagai sosok yang harus digugu dan ditiru.⁴

Guru dalam konteks islam sering disebut dengan *murabbi*, *mu'allim* dan *mu'addib* yang pada dasarnya mempunyai makna yang berbeda sesuai dengan konteks kalimat, walaupun dalam situasi tertentu mempunyai kesamaan makna. Guru pendidikan agama Islam adalah seorang pendidik yang mengajarkan ajaran Islam dan membimbing anak didik kearah pencapaian kedewasaan serta pembentuk kepribadian muslim yang berakhlak, sehingga terjadi keseimbangan kebahagiaan didunia dan akhirat. Pendidik dalam pendidikan islam pada hakikatnya adalah orang-orang yang bertanggung jawab terhadap

³ Zakiyah Darajat, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 39

⁴ Suparlan, *Menjadi guru efektif*, (Yogyakarta:Hikayat, 2008), h. 21-23.

perkembangan peserta didik dengan mengupayakan seluruh potensi dan kecenderungan yang ada pada peserta didik, baik yang mencakup ranah afektif, kognitif, maupun psikomotorik.

b. Tugas Guru

Tugas Guru Menurut Undang-Undang Guru dan Dosen Menurut Mujtahid, tugas adalah aktivitas dan kewajiban yang harus diformasikan oleh seseorang dalam memainkan peranan tertentu.⁵ Dalam Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab I Pasal 1, dijelaskan bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.⁶

Untuk menjabarkan rumusan tersebut di atas, berikut ini merupakan penjelasan guru sebagai pendidik, pembimbing, dan pelatih.

1) Guru sebagai Pendidik

Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab II Pasal 39 ayat 2, pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta

⁵ Mujtahid, *Pengembangan Profesi Guru*, hlm. 44.

⁶ Undang-Undang Guru dan Dosen..., hlm. 3

melakukan pelatihan dan pengabdian kepada masyarakat.⁷ Mujtahid dalam salah satu tulisannya, mengutip pendapat Muchtar Buchori yang memberikan penjelasan bahwa yang dimaksud dengan mendidik adalah proses kegiatan untuk mengembangkan pandangan hidup, sikap hidup, dan keterampilan hidup pada diri seseorang.⁸

2) Guru Sebagai Pembimbing

Guru berusaha membimbing peserta didik agar dapat menemukan berbagai potensi yang dimilikinya, dan dapat tumbuh serta berkembang menjadi individu yang mandiri dan produktif. Tugas guru sebagai pembimbing terletak pada kekuatan intensitas hubungan interpersonal antara guru dengan peserta didik yang dibimbingnya.

Guru juga dituntut agar mampu mengidentifikasi peserta didik yang diduga mengalami kesulitan dalam belajar, melakukan diagnosa, dan membantu memecahkannya.

3) Guru Sebagai Pelatih

Guru juga harus bertindak sebagai pelatih, karena pendidikan dan pengajaran memerlukan bantuan latihan keterampilan baik intelektual, sikap, maupun motorik. Agar dapat berpikir kritis, berperilaku sopan, dan

⁷ Mujtahid, *Pengembangan Profesi Guru*, hlm. 44.

⁸ Mujtahid, *Pengembangan Profesi Guru*, hlm. 45.

menguasai keterampilan, peserta didik harus mengalami banyak latihan yang teratur dan konsisten. Kegiatan mendidik atau mengajar juga tentu membutuhkan latihan untuk memperdalam pemahaman dan penerapan teori yang disampaikan.⁹

Selain yang disebutkan diatas, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen juga mencantumkan tugas guru yang terdapat dalam Bab IV Pasal 20, antara lain:

- 1) Merencanakan pembelajaran, melaksanakan proses pembelajaran yang bermutu, serta menilai dan mengevaluasi hasil pembelajaran.
- 2) Meningkatkan dan mengembangkan kualifikasi akademik dan kompetensi secara berkelanjutan sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.
- 3) Bertindak objektif dan tidak diskriminatif atas dasar pertimbangan jenis kelamin, agama, suku, ras, dan kondisi fisik tertentu atau latar belakang keluarga, dan status sosial ekonomi peserta didik dalam pembelajaran.
- 4) Menjunjung tinggi peraturan perundang-undangan, hukum, dan kode etik guru, serta nilai-nilai agama dan etika.

⁹ Mujtahid, Pengembangan Profesi Guru, hlm. 50

5) Memelihara dan memupuk persatuan dan kesatuan bangsa.¹⁰

Tugas Guru Menurut Pendidikan Islam Seorang guru dalam pandangan Islam memiliki kedudukan yang sangat mulia. Islam sangat menghargai orang-orang yang berilmu pengetahuan (guru), sehingga hanya mereka sajalah yang pantas mencapai taraf ketinggian dan keutuhan hidup.¹¹ Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ ۗ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَاَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ ۗ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya:”Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan member kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.¹² (Q.S. al-Mujaadilah/58:11)

¹⁰ Undang-Undang Guru dan Dosen..., hlm. 14-15.

¹¹Zakiah Darajat, dkk, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), hlm. 40.

¹² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 793

Syaikh Muhammad Syakir menjelaskan bahwa Allah akan mengangkat derajat orang-orang dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan. dan Allah Maha teliti terhadap orang-orang yang berhak mendapatkan ketinggian derajat.¹³

Keutamaan seorang guru disebabkan oleh tugas mulia yang diembannya, karena tugas mulia dan berat yang dipikul hampir sama dengan tugas seorang rasul. Muhammad Muntahibun Nafis mengatakan bahwa tugas guru adalah sebagai warasat al-anbiya', yang pada hakikatnya mengemban misi rahmat lil 'alamin, yaitu misi yang mengajak manusia untuk tunduk dan patuh pada hukum-hukum Allah, guna memperoleh keselamatan dan kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Kemudian misi itu dikembangkan pada suatu upaya pembentukan karakter kepribadian yang berjiwa tauhid, kreatif, beramal sholeh, dan bermoral tinggi. Dan kunci untuk melaksanakan tugas tersebut, guru dapat berpegangan pada amar ma'ruf nahi munkar, menjadikan prinsip tauhid sebagai pusat kegiatan penyebaran misi iman, Islam, dan ihsan.¹⁴

Dalam pandangan Al-Ghazali yang dikutip oleh Muhammad Muntahibun Nafis, seorang guru mempunyai tugas yang utama yaitu menyempurnakan,

¹³ Abi Fada" Al-Hafidz Ibnu Katsir Al-Damsyiqi, *Tafsir Al-Qur'an Al-Adzim*, (Beirut: al-Maktabah al-Ilmiyah, t.t.), Jil. 4, hlm. 305.

¹⁴ Abi Fada" Al-Hafidz Ibnu Katsir Al-Damsyiqi, *Tafsir Al-Qur'an Al-Adzim*,..hlm. 305.

membersihkan, menyucikan, serta membawakan hati manusia untuk mendekatkan diri (taqarrub) kepada Allah swt. Hal ini karena pada dasarnya tujuan utama pendidikan Islam adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah swt, kemudian realisasinya pada kesalehan sosial dalam masyarakat sekelilingnya.¹⁵

Dari sini dapat dinyatakan bahwa kesuksesan seorang guru akan dapat dilihat dari keberhasilan aktualisasi perpaduan antara iman, ilmu, dan amal saleh dari peserta didiknya setelah mengalami sebuah proses pendidikan. Berkaitan dengan tugas guru, Abidin Ibnu Rusn juga mengutip pendapat al-Ghazali, beliau menyebutkan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Guru adalah Orang Tua Kedua di Depan Murid. Seorang guru akan berhasil melaksanakan tugasnya apabila mempunyai rasa tanggung jawab dan kasih sayang terhadap muridnya sebagaimana orang tua terhadap anaknya sendiri. Tugas guru tidak hanya menyampaikan pelajaran, tetapi juga berperan seperti orang tua.¹⁶
- 2) Guru Sebagai Pewaris Ilmu Nabi Seorang guru yang mengajarkan ilmu pengetahuan, baik ilmu dunia maupun ilmu akhirat, harus mengarah kepada tujuan hidup muridnya yaitu mencapai hidup bahagia dunia akhirat. Guru harus membimbing muridnya agar ia belajar bukan

¹⁵ Nafis, *Ilmu Pendidikan Islam*, hlm. 90.

¹⁶ 4 Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 67.

karena ijazah semata, hanya bertujuan menumpuk harta, menggapai kemewahan dunia, pangkat dan kedudukan, maupun kehormatan dan popularitas, melainkan untuk mengharap ridha Allah.¹⁷

3) Guru Sebagai Penunjuk Jalan Dan Pembimbing Keagamaan Murid Berdasarkan keikhlasan dan kasih sayangnya, guru selanjutnya bertugas sebagai penunjuk jalan bagi murid dalam mempelajari dan mengkaji pengetahuan dalam berbagai disiplin ilmu. Guru juga harus memberi nasehat kepada murid untuk meluruskan niat, bahwa tujuan belajar tidak hanya untuk meraih prestasi duniawi, tetapi yang lebih penting adalah untuk mengembangkan ilmu itu sendiri, menyebarkannya, dan mendekatkan diri kepada Allah.¹⁸

4) Guru Sebagai Sentral Figur Bagi Murid, Al-Ghazali menasihatkan kepada setiap guru agar senantiasa menjadi teladan dan pusat perhatian bagi muridnya. Ia harus mempunyai karisma yang tinggi. Disamping itu, kewibawaan juga sangat menunjang dalam perannya sebagai pembimbing dan penunjuk jalan dalam masa studi muridnya.¹⁹

5) Guru Sebagai Motivator Bagi Murid Guru harus memberikan peluang kepada murid untuk mengkaji

¹⁷ Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 68

¹⁸ Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 69-70.

¹⁹ Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 70-71.

berbagai ilmu pengetahuan, yakni memberikan dorongan kepada muridnya agar senang belajar.²⁰

- 6) Guru Sebagai Seorang Yang Memahami Tingkat Perkembangan Intelektual murid Menurut Al-Ghazali, usia manusia sangat berhubungan erat dengan perkembangan intelektualnya. Anak berusia 0-6 tahun berbeda tingkat pemahamannya dengan anak berusia 6-9 tahun, anak berusia 6-9 tahun berbeda dengan anak berusia 9-13 tahun, dan seterusnya. Atas dasar inilah Al-Ghazali mengingatkan agar guru dapat menyampaikan ilmu pengetahuan dalam proses belajar mengajar sesuai dengan tingkat pemahaman murid.²¹ Jurnal Asy-Syukriyyah sebagaimana dijelaskan oleh Abidin Ibnu Rusn dalam bukunya yang berjudul “Pemikiran Al Ghazali tentang Pendidikan”, pada setiap periode pertumbuhan, manusia mempunyai tanda aktivitas fisik dan psikis yang berbeda. Karena itu, guru sebagai penggali potensi intelektual murid harus dapat menjadi pembimbing selama pertumbuhan dan perkembangannya²²

2. Konsep Emosi

a. Pengertian Emosi

Defenisi “emosi” berasal dari kata “*emetus*” atau

²⁰ Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 71-72

²¹ Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 73-74

²² Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali...*, hlm. 74.

“*emouere*” bermakna “to still up” yakni suatu dorongan terhadap sesuatu yang lain. Di dalam Word College Dictionary, emosi adalah “setiap rangkaian kegiatan pikiran atau perasaan, nafsu serta setiap kondisi mental yang hebat atau meluap-luap.” L.A. Sroufe mendefinisikan emosi (*emotions*); adalah “reaksi subjektif terhadap pengalaman yang diasosiasikan dengan perubahan fisiologi dan tingkah laku”.²³ Sementara dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia emosi ialah “berupa luapan perasaan yang berkembang dan akan surut dalam waktu singkat.”²⁴

Emosi merupakan salah satu bagian yang paling penting dari manusia, karena melalui emosi individu mampu mengekspresikan perasaannya, selain itu juga pada setiap aspek perkembangan manusia pasti terdapat perkembangan emosi di dalamnya. Ahli psikologi sering menyebutkan dari semua aspek perkembangan, yang paling sulit diklasifikasi adalah perkembangan emosional. Kemampuan mengendalikan emosi sangat penting untuk dimiliki oleh siswa, sehingga Guru dapat membantu siswa agar memiliki keterampilan mengendalikan emosi.²⁵

b. Pengendalian Emosi

²³ L.A. Bennett Sroufe, *Emotional Development Cambridge*, (England: Cambridge University Press, 2019), hlm. 132

²⁴ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), hlm. 201.

²⁵ FAUZI, Taty; SARI, Syska Purnama. Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Siswa Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*, 2018. Hlm. 1

Pengertian dan ciri-ciri Pengendalian Emosi, Adanya kondisi emosi yang tinggi pada remaja, membuat remaja dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mentalnya menjadi terhambat, untuk itu perlu adanya suatu bentuk pengendalian emosi agar emosi yang timbul dapat tersalurkan dengan baik dan dapat memaksimalkan potensi yang dimiliki remaja. Agar remaja mencapai tingkat kematangan emosi yang sesuai dengan tugas-tugas perkembangan yang sedang mereka jalani saat ini.

Menurut Logue A.W pengendalian diri lebih menekankan pada pilihan tindakan yang akan memberi manfaat dan keuntungan yang lebih luas dengan cara menunda kepuasan sesaat²⁶

Santoso menjelaskan bahwa melakukan pengendalian emosi berarti juga melakukan suatu bentuk pengelolaan emosi.²⁷ Pengelolaan emosi terkait dengan kemampuan penyesuaian diri secara psikologis, dimana individu mampu mengidentifikasi, mengakui dan mampu untuk mengelolanya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang bisa mengendalikan emosi mempunyai ciri-ciri yang di antaranya; tidak mudah tersinggung dan

²⁶ Nadra Ulfa Denas. 2015. Pengaruh Pemerian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Kemampuan Pengendalian Emosi Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Binjai, Medan: *Skripsi UNIMED*, hal. 10

²⁷ Santoso, A.S. 2018. *Modul 10 kepribadian dan Emosi*. Universitas Mercu Buana Jakarta

tidak berkata kasar kepada orang lain, saat emosi ia bisa menenangkan dirinya dan bisa mencari solusi atas permasalahannya, mudah melupakan amarah dan dendamnya kepada orang lain, mampu berpikir dulu sebelum bertindak, bisa merasakan apa yang orang lain rasakan, mampu untuk memotivasi diri, bisa bertahan untuk menghadapi frustrasi, bisa memantau perasaan dan suasana hati diri sendiri dan orang lain, bisa mengurangi intensitas emosi dengan cara menyibukkan dirinya, dan suka curhat kepada orang-orang terdekat saat sedang ada masalah.

c. Pentingnya Mengendalikan Emosi

Pada saat orang sedang emosi, orang akan merasakan ketidak seimbangan pola berpikirnya dan kemampuan cara berpikir orang tersebut yang tadinya sehat akan cenderung semakin berkurang. Sehingga orang tersebut akan sulit untuk mengendalikan prilakunya saat sedang emosi.

Menurut Sayyid Mujtaba dalam Supeno mengungkapkan kejahatan merupakan perwujudan dari kepribadian yang tidak seimbang.²⁸ Ketika seorang individu kehilangan pengawasan atas akalnya, maka ia juga akan kehilangan atas kehendak dan dirinya sendiri. Berikut ini alasan mengapa pengendalian emosi itu sangat penting bagi diri individu:

²⁸ Supeno, W. 2019. *Kepemimpinan damai*. Banda Aceh: Kementerian Negara Perencanaan Pembangunan Nasional BAPPENAS

1) Emosi dapat menyebabkan perbuatan yang tercela

Timbulnya sikap marah biasanya akan melahirkan suatu perasaan menyesal setelah marahnya berhenti. Kebanyakan kasus ia akan merasa harus meminta maaf kepada mereka yang telah menjadi pelampiasan kemarahannya

2) Emosi dapat membinasakan hati

Marah itu tidak lain merupakan salah satu penyakit hati yang kalau akan dapat merusak diri secara keseluruhan. Ja'far Ash-Shadiq berkata "Amarah membinasakan hati dan kebijaksanaan, barang siapa yang tidak bisa menguasainya, maka ia tidak akan dapat mengendalikan pikirannya."

3) Emosi dapat merubah fungsi organ tubuh

Terkait dengan ini Mardin mengungkapkan hasil penelitian ilmiah mengenai pengaruh fisiologis akibat kecemasan telah mengungkapkan adanya berbagai perubahan dalam seluruh anggota tubuh seperti hati, pembuluh darah, perut, otak dan kelenjar-kelenjar tubuh. Seluruh jalan fungsi tubuh yang alamiah berubah pada waktu marah.

4) Emosi akan mempercepat kematian individu

Amarah dan kekecewaan yang terjadi pada seseorang akan mempengaruhi kualitas kesehatannya. Menurut para ahli kesehatan, amarah dapat

menyebabkan kematian secara mendadak jika mencapai tingkat tertentu yang berakibat pada serangan jantung secara tiba-tiba.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pengendalian emosi itu sangat diperlukan karena jika tidak, emosi yang berlebihan yang tidak dapat terkendali akan membawa dampak pada terjadinya perubahan perilaku pada individu, terjadinya perubahan fisik pada individu, akan mempengaruhi fungsi organ-organ yang ada dalam tubuh, dan dapat mempercepat kematian pada individu. Maka dari itu pentingnya pengendalian emosi itu harus diperhatikan oleh setiap individu.

Sedangkan Hurlock menjelaskan bahwa tercapainya pengendalian emosi itu sangat penting, jika kita menginginkan remaja itu berkembang secara normal. Ada 2 alasan utama mengapa hal ini terjadi karena:

- 1) Kelompok sosial mengharap semua remaja itu bisa belajar mengendalikan emosi mereka dan kelompok sosial itu menilai mereka dari keberhasilannya melakukan hal tersebut, karena ekspresi emosi yang tidak terkendali itu tidak akan diterima
- 2) Apabila suatu pola ekspresi emosi telah dipelajari, maka sukar untuk mengendalikannya dan bahkan lebih sukar lagi untuk menghilangkannya. Jadi semakin dini remaja belajar untuk mengendalikan emosi mereka, maka

semakin lebih mudah pula bagi mereka untuk mengendalikan emosi mereka.²⁹

Dari hasil penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pengendalian emosi itu sangatlah diperlukan karena hal ini dapat membawa dampak yang besar bagi diri kita dan lingkungan sekitar untuk itu pengendalian emosi perlu diajarkan sejak dini pada usia remaja, agar remaja itu bisa berkembang secara optimal di lingkungan tempat mereka tinggal.

d. Jenis dan Model Pengendalian Emosi

Menurut Ramdhani & Thiomina ada 2 jenis pengendalian emosi yang diantaranya:

1) Pengendalian Internal

Pengendalian internal adalah pengendalian emosi yang dilakukan oleh subyek/dalam diri individu tersebut. Misal: Pada saat individu mengalami patah hati dan jengkel dengan pacarnya ia lebih baik meluapkan emosinya dengan cara menangis, dari pada ia harus memarahi orang lain yang ada di sekitarnya. Karena jika ia meluapkan emosi kepada orang lain maka hal ini akan menimbulkan masalah baru yang akan dialami oleh individu tersebut.

2) Pengendalian Eksternal

Pengendalian eksternal adalah pengendalian

²⁹ Hurlock, E.B.2017. *Perkembangan Anak Jilid 1 (Edisi ke 6)*. Jakarta: Erlangga

emosi yang dilakukan oleh orang-orang yang berada di lingkungan subyek/individu, baik itu di lingkungan keluarga, sekolah dan tempat terapi untuk mengendalikan emosi subyak/individu.³⁰

Pengendalian yang diberikan oleh orang-orang yang ada disekitarnya yaitu dapat berupa pemberian pengertian kepada subyek/individu, pemberian kesempatan untuk melakukan keinginannya (mengarahkan), membantu subyek untuk berlatih menyampaikan keinginannya lewat bahasa verbal maupun tindakannya. Dalam hal ini individu dapat menyampaikan keinginnannya kepada orang terdekatnya sehingga emosinya bisa berkurang.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pengendalian emosi ada2 yaitu pengendalian emosi internal dan eksternal. Pengendalian emosi internal yaitu pengendalian emosi yang berasal dari dalam diri individu tersebut. Yang dimaksud di sini, individu yang berperan aktif untuk bisa mengendalikan dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain yang berada di sekitarnya, sedang pengendalian emosi eksternal yaitu pengendalian emosi yang dilakukan dengan bantuan orang lain yang ada di sekitar individu yang emosinya ingin dikendalikan.

Menurut M Darwis Hude adapun pengendalian

³⁰Ramdhani, N. dan Thiomina, R. 2019. *Mengendalikan pola emosi anak-anak autis*. Fakultas psikologi Universitas Gajah Yogyakarta

emosi dapat dibagi atas beberapa model yaitu:³¹

1) Model Pengalihan

Emosi dalam kadar yang tinggi dapat memicu ketegangan yang pada gilirannya menimbulkan masalah baru dalam konstelasi kehidupan. Karena itu, diperlukan kiat-kiat efektif untuk mereduksi kemungkinan munculnya masalah seperti stres, depresi, dan patologi. Salah satu langkah yang paling tepat untuk dilakukan adalah mengalihkan emosi baik dengan cara katarsis, manajemen anggur asam (rasionalisasi), atau dzikrullah.

2) Model Penyesuaian Kognisi (cognitive adjustment)

3) Model Coping

Model lain dalam pengendalian emosi adalah coping. Kata ini bermakna menanggulangi, menerima, atau menguasai. Segala sesuatu yang terjadi dan bersangkutan dengan diri kita seharusnya dihadapi dan ditanggulangi sesuai kemampuan yang ada. Tentu saja, tidak semuanya bisa berhasil (Coping gagal). Dalam kehidupan sehari-hari, kita seringkali dihadapkan pada berbagai hal yang kita tidak sukai, mulai dari sikap orang di sekitar kita hingga peristiwa alam yang tak menyenangkan. Semua itu berpotensi membakar emosi kita. Untuk menanggulangnya, ada beberapa cara yang

³¹ Yahdinil Firdha Nadhiroh. 2015. Pengendalian Emosi, *Jurnal Saintika Islamica* Volume. 2 No 1

bisa dilakukan, antara lain bersabar dan bersyukur, serta mudah memberi maaf, dan adaptasi-adjustment (penyesuaian).

e. Upaya Untuk Meningkatkan Pengendalian Emosi

Dalam dunia pendidikan ada yang disebut dengan tri pusat pendidikan, artinya tiga pusat pendidikan yang terdiri dari lembaga, orang tua, dan masyarakat. Disebut pusat karena ketiganya menjadi pusat atau kunci dari tercapainya tujuan pendidikan, ketiganya harus saling bekerjasama sesuai dengan peran nya masing-masing. Guru dan orang tua pada dasarnya sama-sama pendidik, hanya saja keduanya memiliki peran yang berbeda, guru menjadi pendidik di sekolah, sedangkan orang tua menjadi pendidik di sekolah.

Orang tua sangat berperan penting dalam proses perkembangan pola perilaku anak dan dalam membentuk kepribadian anak. Hughes & Noppe menyatakan bahwa “Termuat hubungan yang signifikan antara kepribadian anak dengan pola asuh orang tua, Bagaimana pola asuh orang tua terhadap anaknya sangat mempengaruhi pembentukan watak dan kepribadian anak, oleh karena itu orang tua haruslah mampu menerapkan pola asuh yang tepat”. Seperti yang diungkapkan Sujanto bahwa “Keluarga yang baik akan berdampak positif bagi perkembangan anak, sedangkan keluarga yang jelek akan berdampak negatif

pula”. Oleh karena itu dari pernyataan tersebut dapat kita simpulkan bahwa orang tua harus selalu memantau perkembangan anaknya khususnya dalam proses belajar seperti pada masa pandemi saat ini anak diharuskan untuk belajar dari rumah maka sepenuhnya orang tua dapat memantau anaknya dalam belajar.³²

Adapun menurut Santoso menjelaskan bahwa adapun upaya untuk mengendalikan emosi yaitu dengan melakukan pengelolaan emosi yang baik.³³ Adapun strategi untuk melakukan dan melatih pengelolaan emosi yaitu dengan cara:

- 1) Membiasakan “*I Message*” menggunakan “Pesan Aku” untuk mengungkapkan secara jujur perasaan sendiri.
- 2) Mendiskripsi tingkah laku spesifik dengan menghindari penilaian (*nonjudg-mental*)
- 3) Menjelaskan implikasi tindakannya pada “aku”
- 4) Memberitahu keinginan “Aku”

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan “Pesan Aku” itu merupakan salah satu cara yang efektif untuk dapat lebih memahami apa yang ada dalam diri setiap individu. Dalam hal ini “Aku”

³² Limbong, M., Ali, S., Rabbani, R., & Syafitri, E. (2020). Pola interaksi guru dan orang tua dalam mengendalikan emosional siswa selama pembelajaran daring di MTS Islamiyah Medan. *THORIQTUNA: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), hlm. 47.

³³ Santoso A.S. 2018. *Modul 10 Kepribadian Dan Emosi*. Universitas Mercu Buana Jakarta

dapat diumpamakan sebagai dirinya sendiri yang bisa mengungkapkan segala sesuatu hal yang sedang menimpa dirinya pada saat itu. Sehingga dirinya sendirinya lah yang nantinya bisa memecahkan persoalan yang ada pada dirinya.

Manz menjelaskan bahwa adapun cara-cara untuk mengendalikan emosi yaitu dengan cara melakukan disiplin emosi. Adapun dasar-dasar untuk melakukan disiplin emosi yaitu:

1) Menciptakan proses disiplin emosi.

Ada beberapa cara untuk mempraktikkan disiplin emosi yaitu dengan cara:

- a) segerakan mengenali penyebab emosi,
- b) perkirakan tempat dan intensitas reaksi fisik,
- c) mengenali pikiran dan kepercayaan yang mengiringi reaksi fisik,
- d) memperhatikan bagian-bagian dari diri kita yang mudah merespon keadaan kita,
- e) membuat pilihan disiplin emosi dan menerapkan pilihan itu untuk menghadapi tantangan.

- (1) Pelajarilah karakteristik kunci disiplin emosi
- (2) Untuk mempelajari karakteristik kunci disiplin emosi harus bisa menerapkan persyaratan kunci disiplin emosi yang di antaranya;
- (3) adanya komitmen dan motivasi untuk

menjalankan proses disiplin emosi,

- (4) disiplin emosi merupakan sebuah proses yang efektif untuk mengatur perasaan,
- (5) percaya pada proses disiplin emosi dan tekun menggunakannya,
- (6) memilih beberapa pilihan alternatif untuk diterapkan saat sedang menghadapi masalah,
- (7) semangat fleksibilitas dan kemampuan adaptasi untuk memperhalus proses disiplin emosi.³⁴

2) Pilihlah makna perasaan

Dalam hal ini kita harus memikirkan bagaimana setiap perasaan dapat mempengaruhi kita dan bagaimana kita merasakan kehidupan kita secara berbeda ketika kita berada dibawah pengaruh perasaan kita. Misalnya, jika kita merasa lelah, penuh dengan emosi dan rasa gelisah, kita akan merasakan kehidupan dengan cara yang berbeda sama saat kita merasa semangat, terinspirasi, dan percaya diri³⁵

3) Tingkatkanlah Intelegensi Emosional (EQ)

Dengan kita meningkatkan EQ kita, kita bisa menjadikan emosi emosi kita sebagai sumber kearifan, ketika dihadapkan pada gangguan gangguan yang

³⁴ Manz, C.C, *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda*. Yogyakarta: garailmu, 2019.

³⁵ Manz, C.C, *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda*,...hlm 84

membingungkan dan dengan cara tersebut bisa juga meningkatkan kemampuan kita untuk sukses dalam menjalani hidup.³⁶

4) Rasakanlah perasaan

Kita dapat mempelajari dan memahami bagaimana perasaan kita muncul saat sedang emosi. Dengan kita bisa memahami perasaan kita akan bisa menentukan pilihan yang tepat agar kita merasa lebih baik saat sedang emosi.³⁷

5) Melakukan latihan emosi

Melakukan latihan emosi dengan menggunakan istilah kungfu emosi yaitu dengan cara memanfaatkan energi negatif yang berasal dari dalam diri kita untuk dijadikan sebuah tambahan energi yang penting bagi perubahan positif diri kita.³⁸

6) Menahan badai emosi

Dalam hal ini kita melihat faktor penyebab terjadinya emosi sehingga kita bisa menentukan pilihan untuk bisa menghindari dan menahan emosi kita pada saat emosi menguasai diri kita. Adapun sebab terjadinya

³⁶ Manz, C.C, *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda, ...*hlm. 90

³⁷ Manz, C.C, *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda.* (Yogyakarta: garailmu, 2019), hlm. 102.

³⁸ ³⁸ Manz, C.C.. *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda, ...*hlm. 112

emosi yaitu; adanya serangkaian kejadian-kejadian yang mengecewakan, adanya faktor yang bersifat hormonal, makanan kurang bergizi, waktu istirahat yang kurang.³⁹

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa untuk dapat meningkatkan pengendalian emosi, maka diperlukan suatu kedisiplinan emosi yang baik. Dimana kedisiplinan emosi ini mencakup beberapa banyak hal yang berkaitan dengan cara pengelolaan perasaan dan pola pikir pada diri seseorang. Untuk itu orang yang bisa mengendalikan emosi adalah orang yang bisa mengelola perasaannya dan bisa merubah pola pikirnya pada situasi tertentu.

Selain itu, Supeno beberapa cara untuk mengendalikan emosi yang diantaranya:

- 1) Merasakan apa yang orang lain rasakan
- 2) Menenangkan hati
- 3) Mencari kesibukan
- 4) Berbicara dengan orang lain
- 5) Menemukan penyebab permasalahan dan mencari solusinya
- 6) Adanya keinginan untuk menjadi orang yang baik

³⁹ ³⁹ Manz, C.C, *Sekolah emosi petunjuk-petunjuk untuk meraih energi positif dari segala jenis perasaan emosi yang terjadi pada jiwa anda*, hlm. 113

- 7) Tidak peduli dan melupakan masalah yang ada
- 8) Berfikir secara rasional sebelum bertindak
- 9) Diservikasi tujuan
- 10) Kendalikan emosi dan kemarahan
- 11) Mendengarkan dengan sabar⁴⁰

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa perasaan adalah sesuatu hal yang sangat dominan berpengaruh dalam mengendalikan emosi. Untuk dapat bisa mengendalikan emosi, seseorang harus bisa merasakan, memahami, dan mengelola segala jenis perasaan yang ada pada dirinya kemudian dihubungkan dengan pola pikir yang positif yang ada pada dirinya.

Upaya untuk meningkatkan pengendalian emosi juga dapat dilakukan dengan cara melakukan interaksi dengan orang lain yang ada di sekitar kita. Semakin banyak kita melakukan interaksi dengan orang lain, maka seseorang akan semakin tahu dan paham mengenai kondisi emosi seseorang. Hal ini sesuai dengan pendapat Goleman dalam Prawoto Yang menjelaskan, apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih

⁴⁰ Supeno, W. 2019. *Kepemimpinan damai*. Banda Aceh: Kementerian NegaraPerencanaan Pembangunan Nasional BAPPENAS

mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya.⁴¹

Dari pendapat Goleman tersebut dapat disimpulkan bahwa orang semakin banyak berinteraksi dengan orang lain, maka orang itu semakin tahu dan paham akan kondisi emosi seseorang sehingga dalam hal ini ia akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik. Untuk itu dengan adanya hal ini, maka layanan bimbingan kelompok diharapkan bisa untuk meningkatkan pengendalian emosi pada remaja sejak dini.

3. Konsep Akhlak

a. Pengertian Akhlak

Akhlakul Karimah, tingkah laku yang mulia atau perbuatan baik adalah cerminan dari iman yang benar dan sempurna. Diantara para ahli mengatakan bahwa akhlak itu adalah instinct (garizah) yang dibawa manusia sejak lahir dan ada pula yang mengatakan bahwa akhlak itu adalah hasil dari pendidikan dan latihan serta perjuangan. Pendapat ini dapat memudahkan kita untuk mengkaji akhlak itu dalam penempatannya pada kedudukannya yang seharusnya. Secara sederhana bahwa akhlak itu merupakan hasil usaha dalam pendidikan dan melatih sungguh-sungguh potensi yang dimiliki manusia yang merupakan

⁴¹ Prawoto,R,W, *Hubungan antara pengalaman kekerasan pada masa anak dengan kecerdasan emosi pada anak SLB Bagian E Bhina Putra*, 2009.

pembawaan sejak lahir. Jika pendidikan itu benar, yaitu menuju pada kebaikan, maka lahirlah perbuatan baik dan jika pendidikannya salah, maka lahirlah perbuatan yang tercela. Jadi sebenarnya yang menjadi dasar akhlakul karimah adalah pendidikan dan latihan untuk selalu berbuat baik.⁴²

Secara terminologi akhlak telah banyak dikemukakan oleh beberapa ulama yaitu:

- 1) Ibnu Maskawaih yang dikutip oleh Abuddin Nata akhlak adalah sifat yang tertanam dalam jiwa yang mendorong untuk melakukan perbuatan tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan⁴³.
- 2) Ali Abdul Hamid Mahmud akhlak adalah istilah bagi suatu sifat yang tertanam kuat dalam diri, yang darinya terlahir perbuatan-perbuatan dengan mudah dan ringan, tanpa perlu berpikir dan merenung⁴⁴.
- 3) Aminudin memberikan definisi “akhlak” adalah suatu, sifat yang tertanam dalam jiwa yang daripadanya timbul perbuatan-

⁴² Asmaran, *Pengantar Studi Akhlak*. (Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada, 2002), hlm.24

⁴³ Abuddin Nata, *Akhlak Tasawuf*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), hlm. 3

⁴⁴ Ali Abdul Halim Mahmud, *Akhlak Mulia*, (Jakarta: Gema Insani, 2004), hlm.32

perbuatan dengan mudah, tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan⁴⁵.

- 4) Yunuhar Ilyas mengemukakan bahwa “akhlak” adalah nilai-nilai dan sifat-sifat yang tertanam dalam jiwa, yang dengan sorotan dan timbangannya seseorang dapat menilai perbuatan baik / buruk untuk kemudian memilih melakukan / meninggalkan⁴⁶

Akhlak mulia merupakan pondasi utama dalam pembentukan pribadi manusia. Untuk merealisasikan akhlak mulia dalam kehidupan, perlu adanya suatu pembinaan yang dilakukan secara terus-menerus khususnya pada sekolah dasar. Faktor pendukung dalam pelaksanaan pembinaan akhlak mulia adalah lingkungan belajar yang kondusif serta religius dengan prasarana yang lengkap dan memadai bagi peserta didik diimbangi dengan pendidik yang berkompeten dan sudah pasti dapat dijadikan contoh yang baik bagi peserta didik. Faktor penghambat dalam pelaksanaan pembinaan akhlak mulia adalah kepribadian

⁴⁵ Aminudin, dkk, *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi Umum*, (Bogor: Ghalia Indonesia, t.t), hlm.152

⁴⁶ Yunuhar Ilyas, *Kuliah Akhlak*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), hlm. 2

yang kurang baik dari setiap individu, faktor keluarga, teknologi yang pesat, serta faktor dari pendidik itu sendiri.⁴⁷

Jadi pada hakekatnya *Khulk* (budi pekerti) atau akhlak adalah suatu kondisi atau sifat yang telah meresap dalam jiwa dan menjadi kepribadian hingga dari situ timbullah berbagai macam perbuatan dengan cara spontan dan mudah tanpa dibuat-buat dan tanpa memerlukan pemikiran. Apabila kondisi tadi timbul kelakuan yang baik dan terpuji menurut pandangan syariat dan akal pikiran, maka ia dinamakan budi pekerti mulia (akhlakul karimah) dan sebaliknya apabila yang lahir kelakuan yang buruk, maka disebutlah budi pekerti yang tercela.

b. Pengertian Pembinaan Akhlak

Secara harfiah pembinaan berasal dari kata “bina” yang memiliki arti bangun, maka pembinaan artinya membangun. Akhlak berarti sebagai hal-hal berkaitan dengan perilaku, sifat, dan sikap manusia dalam berkomunikasi dengan dirinya, dengan sasarannya, dengan tuahannya dan dengan orang-orang disekitarnya. Berdasarkan pengertian dari istilah tersebut maka dapat dijelaskan bahwa yang dimaksud dengan membina akhlak adalah membangun (membangkitkan kembali) jiwa dan psikologi seseorang dengan pendekatan agama islam sehingga terbentuknya perbuatan, sifat dan tingkah laku

⁴⁷ Sylvianah, Selly. Pembinaan Akhlak Mulia Pada Sekolah Dasar. *Jurnal Tarbawi Vol*, 2012, 1.3: 191. Hlm.1

sesuai dengan nilai-nilai dalam ajaran islam. Pembinaan akhlak merupakan usaha yang dilakukan agar dapat memberi bantuan berupa bimbingan dan tuntunan tentang ajaran akhlak perilaku orang islam kepada seseorang, agar terbentuk, memelihara, meningkatkan serta mempertahankan nilai-nilai ajaran agama yang dimilikinya, yang dengan kesadarannya sendiri mampu meningkatkan pengamalan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan ketentuan dan kewajiban yang ditetapkan oleh ajaran agama islam. Dapat dilihat dari usahanya maka membina akhlak manusia merupakan salah satu usaha atau bagian dari dakwah.

Akhlak merupakan suatu ilmu yang membahas tentang baik buruk, mengatur manusia dengan manusia dan manusia dengan khaliknya “Akhlak berasal dari kata Khulqun atau Khilqun berarti perilaku, sedangkan konstataasi yang berlaku di dalam kehidupan beragama dan bermasyarakat berarti budipekerti”⁴⁸

Pembinaan merupakan penataan kembali hal-hal yang pernah dipelajari untuk membangun dan memantapkan diri dalam rangka menjadi lebih baik. Sedangkan pengertian akhlak secara bahasa akhlak berasal dari bahasa Arab, kata dasarnya (*mufrod*) ialah khulqu yang

⁴⁸ Zakiah Daradjat, Agama Islam, Bulan Bintang, (Jakarta, 1984), hlm. 58.

berarti *al-sajiyah* (perangai), *at-tabi'ah* (tabiat), *al-'adat* (kebiasaan), *al-munu'ah* (adab yang baik).⁴⁹

Pengertian akhlak timbul sebagai media yang memungkinkan adanya hubungan baik antara Khaliq dan makhluk, dan antara makhluk dengan makhluk. Objek kajian akhlak meliputi beberapa komponen, di antaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Menjelaskan pengertian baik dan buruk.
- 2) Menerangkan apa yang seharusnya dilakukan seseorang sertabagaimana cara bersikap terhadap sesama.
- 3) Menjelaskan mana yang patut diperbuat.
- 4) Menunjukkan mana jalan lurus yang harus dilalui.

Pembinaan akhlak sendiri merupakan tumpuan perhatian utama dalam ajaran Islam. Hal ini dapat dilihat dari salah satu misi kerasulan Nabi Muhammad SAW yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an, yakni menyempurnakan akhlak mulia.

Pada dasarnya pembinaan dan pendidikan akhlak memiliki tujuan yang sama, yakni menciptakan akhlak mulia. Akan tetapi keduanya (membina dan mendidik) tetap memiliki perbedaan. Dilihat dari sudut teknis pelaksanaan, pembinaan lebih mengarah pada kegiatan nonformal, misalnya kegiatan ekstrakurikuler di sekolah (bakti sosial,

⁴⁹ Khalimi, Berakidah benar, berakhlak mulia. (Yogyakarta: Pustaka Insan Madani, 2006)

baca tulis Al Qur'an, shalat jamaah, dll). Sedangkan pendidikan cenderung bersifat formal dan sudah ditetapkan di kurikulum, contoh konkritnya adalah belajar materi pendidikan akhlak di kelas.

c. Tujuan pembinaan akhlak

Menurut Barmawi Umary ada beberapa tujuan pembinaan akhlak meliputi:

- 1) Supaya dapat terbiasa melakukan yang baik, indah, mulia, terpuji, serta menghindari yang buruk, jelek, hina, tercela.
- 2) Supaya perhubungan kita dengan Allah SWT dan dengan sesama makhluk selalu terpelihara dengan baik dan harmonis.
- 3) Memantapkan rasa keagamaan pada siswa, membiasakan diri berpegang pada akhlak mulia dan membenci akhlak yang rendah.
- 4) Membiasakan siswa bersikap rela, optimis, percaya diri, menguasai emosi, tahan menderita dan sabar.
- 5) Membimbing siswa kearah sikap yang sehat yang dapat membantu mereka berinteraksi sosial yang baik, mencintai kebaikan untuk orang lain, suka menolong, saying kepada yang lemah dan menghargai orang lain.
- 6) Membiasakan siswa bersopan santun dalam berbicara dan bergaul baik di sekolah maupun di luar sekolah.

- 7) Selalu tekun beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah dan bermuamalah yang baik.⁵⁰

d. Manfaat Memperbaiki Akhlak

Akhlak merupakan mutiara hidup yang membedakan makhluk manusia dengan makhluk lainnya, sebab seandainya manusia tanpa akhlak, maka akan hilang derajat kemanusiaannya. Dr. Hamzah Ya'cub menyatakan bahwa manfaat mempelajari akhlak adalah sebagai berikut:

1) Memperoleh kemajuan rohani

Orang yang berilmu pengetahuan tidaklah sama derajatnya dengan orang yang tidak berilmu pengetahuan. Orang yang berilmu, praktisme memiliki keutamaan dengan derajat yang lebih tinggi. Dengan ilmu akhlak orang akan selalu berusaha memelihara diri supaya senantiasa berada pada garis akhlak yang mulia dan menjauhi segala bentuk akhlak yang tercela

2) Sebagai penuntun kebaikan

Rasulullah SAW. sebagai telada utama karena beliau mengetahui akhlak mulia yang menjadi penuntun kebaikan manusia.

3) Memperoleh kesempurnaan iman

Iman yang sempurna akan melahirkan kesempurnaan akhlak, dalam hadist Rasulullah SAW. yang artinya orang mukmin yang paling sempurna

⁵⁰ Barmawi, Umari. 2017 *Materia Akhlak*. Semarang: Ramadan, hlm.28

imannya ialah yang terbaik akhlaknya. Dan sebaik baik di antara kamu ialah yang terbaik kepada istrinya.

- 4) Memperoleh keutamaan di hari akhir
- 5) Orang-orang yang berakhlak luhur, akan menempuh kedudukanyang terhormat di hari akhirat.
- 6) Memperoleh keharmonisan rumah tangga

Akhlak merupakan faktor mutlak dalam menegakkan keluarga sejahtera. Keluarga yang tidak dibina dengan tonggak akhlak yang baik, tidak akan bahagia sekalipun kekayaan materinya melimpah ruah⁵¹

4. Pembinaan Akhlak di Sekolah

a. Pembinaan akhlak di lingkungan sekolah

Guru adalah seorang yang memiliki kemampuan dan pengalaman yang dapat memudahkan dalam melaksanakan peranannya membimbing muridnya dalam perkembangan jasmani dan rohaninya sebagai makhluk Allah, sebagai khalifah dipermukaan bumi, sebagai makhluk social dan sebagai individu yang mampu berdiri sendiri.⁵²

Lebih lanjut Ramayulis mengatakan bahwa guru adalah orang yang berusaha mencerdaskan peserta didiknya, menghilangkan ketidaktahuan, memberantas

⁵¹ Yaqub, Hamzah, *Etika Islam Pembinaan Akhlakul Karimah (Suatu Pengantar)*, Bandung: CV. Diponegoro, 1993, .hlm,30

⁵² Daradjat, zakiah. *Ilmu Pendidikan.....*, hlm. 266

kebodohan, serta melatih keterampilan peserta didik sesuai dengan bakat dan minatnya.⁵³

Sebagai guru yang baik, tentunya harus dapat melihat dan merasakan segala sesuatu lebih cermat, lebih teliti dan dalam dibandingkan masyarakat pada umumnya. seorang guru harus sanggup menyesuaikan diri atau membaca kondisi anak sehingga tidak salah dalam memberikan hukuman ujian kepada anak didiknya. Ia harus menyesuaikan diri dan tidak perlu sensitive, lekas marah, atau penakut. Sebab akan menghadapi berbagai macam tingkah laku anak didiknya, dan sebagai seorang pendidik ia harus menghadapinya dengan tenang, sabar, adil, dan bijaksana.

Dengan demikian, guru harus memenuhi persyaratan yang cukup untuk menunjukkan tanggung jawab dan tugas guru yang berat, namun karena itu dia mendapatkan kedudukan yang amat tinggi. Noer aly mengatakan.⁵⁴ Mahluk yang paling mulia di muka bumi adalah manusia, sedangkan bagian yang paling mulia substansinya adalah kalbunya Guru adalah orang yang sibuk menyempurnakan, memuliakan, mensucikan, dan menuntunnya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT.

⁵³ Ramayulis, *Metodelogi Pendidikan Agama Islam*. (Jakarta: Kalam Mulia, 2015)

⁵⁴ Hery Noer Aly, *Ilmu Pendidikan Islam*, Cet. I (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999), hlm.4.

Dengan kemuliaan guru, maka guru diharuskan bisa mempengaruhi anak didiknya dalam perilaku kehidupan anak, seperti memberi motivasi anak didik untuk berperilaku dan berakhlak mulia, terlebih dahulu guru memberikan contoh yang baik dan menjadi tauladan bagi anak didiknya. Guru yang berakhlak dan bijak, tidak segan-segan member pujian-pujian yang diberikan dengan tepat dan tidak berlebihan dapat menegakibatkan anak mempunyai sikap positif daripada guru yang selalu mencela dan mengkritik.

b. Metode pembentukan Akhlak

1) Keteladanan

Dalam pembentukan kepribadian anak berlangsung dalam kurun waktu yang panjang, mulai dari bayi dalam kandungan hingga ia dewasa. Pada umumnya para psikiater memiliki pendapat bahwa pada masa usia dini seorang anak cenderung meniru hal yang ditangkap oleh indera fisiknya. Peran orang tua sebagai lingkungan yang pertama menjadi sumber acuan bagi anak dalam bertindak. Seorang anak usia awal banyak meniru hal yang ia tangkap dari tingkah dan perbuatan orang tua. Oleh karena itu, orang tua harus mencontohkan perbuatan dan perkataan yang baik di depan anaknya.

2) Pembiasaan

Para Sosiolog dan Psikolog berpendapat bahwa hal yang paling sulit adalah menjadi seseorang yang tidak biasa dan meninggalkan sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan. Sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan sejak kecil akan menjadi kebiasaan setelah besar. Berdasarkan teori itu untuk mendidik anak yang berakhlak baik, orang tua harus melakukannya melalui pembiasaan yang baik dan secara serius didepan anak. Sesuatu yang telah menjadi kebiasaan sehari-hari itulah yang disebut akhlak. Akhlak anak yang baik adalah akhlak yang kebiasaannya dalam melakukan sesuatu yang baik menurut dalam ajaran Islam. Mendidik anak dengan melakukan kebiasaan sejak kecil lebih mudah dari pada mendidiknya saat dewasa, seperti kata peribahasa "Mendidik anak seperti melukis di atas batu sedangkan mendidiknya saat dewasa bagaikan melukis di atas air".

3) Bersikap Adil Kepada Anak-anak

Setiap anak membutuhkan belaian dari orang tua kepada anaknya. Jika kasih sayang yang orang tua telah berikan kepada anaknya tidak seimbang, maka dapat terjadi kecemburuan dan iri antara sesama anaknya yang pada akhirnya akan dapat menimbulkan sikap pembangkang, pelawan dan nakal terhadap orang tuanya. Keadaan lingkungan anak seperti ini jika terus

dibiarkan menimbulkan dampak negatif terhadap ketentraman keluarga. Hasil observasi dan analisis psikiater kejiwaan, menginformasikan bahwa penyebab dari maraknya kenakalan remaja adalah kurang perhatiannya orang tua terhadap anak dan ketidaksenangan anak terhadap sikap orang tua dalam memperhatikan anaknya.

4) Mengajari dan Menyuruh Anak Beribadah

Anak yang sholeh tentunya menjadi dambaan tertinggi yang diinginkan orang tua. Diantara kriteria anak yang sholeh adalah beribadah dengan benar dan teratur. Walaupun beribadah kepada Allah hanya wajib bagi setiap muslim setelah ia dewasa, tapi dari usia dini ia sudah dipersiapkan untuk itu. Persiapan dimaksud adalah mengajari anak teori dan cara

pelaksanaan dan kemudian menyuruh anak untuk melaksanakan ibadah yang dimaksud.⁵⁵

c. Pendidikan Agama di Sekolah

Arifin mengungkapkan bahwa sekolah merupakan sebagai kelembagaan pendidikan pelanjut dari pendidikan keluarga. Karena keterbatasan orang tua untuk mendidik anak-anaknya, anak anak mereka diserahkan ke sekolah. Lebih lanjut Arifin mengemukakan sejalan dengan kepentingan dan masa depan anak anak, para orang tua

⁵⁵ Ellyana, *Pendekatan Dan Metode Pembinaan Akhlak Anak. At-Ta'lim: Media Informasi Pendidikan Islam*, 2019, 12.1: 29-41.

harus selektif dalam menentukan tempat untuk menyekolahkan anak-anak mereka. Orang tua yang berasal dari keluarga taat beragama mungkin akan memasukkan anaknya ke sekolah agama, dan orang tua mungkin saja mengarahkan anak mereka untuk masuk ke sekolah-sekolah umum. Para orang tua yang sulit mengendalikan tingkah laku anaknya akan memasukkan anak mereka ke sekolah agama dengan harapan secara kelembagaan, sekolah tersebut dapat memberi pengaruh dalam membentuk kepribadian anak-anak tersebut.⁵⁶

Pendidikan agama di lembaga pendidikan akan memberi pengaruh bagi pembentukan jiwa keagamaan pada anak. Namun demikian, besar kecilnya pengaruh tersebut sangat bergantung pada berbagai faktor yang dapat memotivasi anak untuk memahami nilai nilai agama. Sebab pendidikan agama pada hakikatnya merupakan pendidikan bagaimana membentuk kebiasaan yang selaras dengan tuntunan agama.

B. Kajian Penelitian Terdahulu

Dalam pengamatan peneliti terdapat beberapa karya tulis yang menjadi penunjang bagi peneliti, baik secara langsung ataupun tidak langsung. Peneliti menemukan beberapa karya tulis yang relevan terhadap penelitian. Penelitian secara tidak langsung berkaitan dengan tema

⁵⁶ Arifin, Bambang Syamsul. 2008. *Psikologi Agama*. Bandung: Pustaka Setia

pembahasan pada penelitian tentang “Upaya Guru Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Dalam Rangka Pembinaan Akhlak di Sd Negeri 02 Desa Trijaya”

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gili Tama Winsi, NIM: 2083214939, Tahun 2017, dengan judul skripsi “*upaya pengendalian emosi siswa dalam pembinaan akhlak di SMP N 14 Seluma*” jenis penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Problem emosi yang dialami oleh siswa meliputi beberapa hal seperti marah, jengkel, dan gugup karena siswa belum bisa mengendalikan emosinya. Ketika dihadapkan dengan masalah yang menurut mereka tidak berkenan dihati. Masih labilnya emosi yang mereka miliki sehingga mudah marah atau mudah tersinggung, disamping itu kurangnya dan minimnya pengetahuan para siswa tentang pentingnya menahan emosi atau mengendalikan emosi ketika ada orang lain menghina atau berbuat tidak baik kepada mereka. Adapun perbedaan dengan penelitian saya yaitu pengendalian emosi bukan hanya tugas seorang guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam tetapi seluruh guru yang ada di lingkungan sekolah.
2. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nia Ramadhanti, 11160520000056, Efektifitas Program

Pembinaan Akhlak terhadap Kematangan Emosi pada Remaja di Panti Asuhan Siti Khadijah Al Kubro Lenteng Agung, di Bawah Bimbingan Dr. Suparto S.Ag., M.Ed., Ph.D. Ditinjau dari pendekatannya, penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Dikatakan kuantitatif karena data penelitian yang dikumpulkan berbentuk angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik serta bermaksud menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk menjelaskan, meramalkan atau mengontrol fenomena sosial melalui pengukuran objektif dan analisis numerik atau analisis terhadap variasi angka-angka. Pelaksanaan program pembinaan akhlak mencakup berbagai aspek baik jiwa maupun raga. Dan didapatkan hasil bahwa program pembinaan akhlak terhadap kematangan emosi pada remaja di Panti Asuhan Siti Khadijah Al-Kubro Lenteng Agung adalah efektif, hal tersebut dibuktikan dari perhitungan nilai.

C. KERANGKA BERPIKIR

Kerangka berpikir merupakan model atau gambaran konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Objek permasalahan yang menjadi dasar dalam rangka pemikiran ini adalah hasil dari pada Analisis yang akan dilakukan pada upaya guru dalam pengendalian emosi siswa.

Adapun kerangka berpikir yang akan peneliti lakukan nantinya akan peneliti tuangkan dalam kerangka berpikir sebagaimana gambar di bawah ini

