

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Pembiasaan Tadarus Al-Qur'an di Masa Pandemi**

##### **1. Hakikat Pembiasaan Tadarus Al-Qur'an di Masa Pandemi**

Pengertian pembiasaan dapat diartikan sebagai sebuah metode dalam pendidikan berupa proses penanaman kebiasaan. Para ulama mendefinisikan kebiasaan sebagai berikut:

- 1) Pengulangan sesuatu secara terus menerus atau sebagian besar waktu dengan cara yang sama dan tanpa hubungan akal. Atau sesuatu yang tertanam di dalam jiwa dari hal-hal yang berulang kali terjadi dan di terima tabiat.
- 2) Hal yang terjadi berulang-ulang tanpa hubungan akal (dalam pengertian para ahli fikih dan ushul fikih). “Hal” di sini mencakup kebiasaan perkataan dan perbuatan. “Berulang-ulang” menunjukkan bahwa sesuatu tersebut terjadi berkali-kali. Dengan demikian, sesuatu yang terjadi satu kali atau jarang terjadi tidak masuk dalam pengertian kebiasaan.
- 3) Mengulangi sesuatu yang sama berkali-kali dalam rentang waktu yang lama dengan waktu berdekatan.

- 4) Keadaan jiwa yang mendorongnya untuk melakukan perbuatan-perbuatannya tanpa berpikir dan menimbang.
- 5) Kebiasaan dan keadaan jiwa yang menimbulkan perbuatan-perbuatan dengan mudah tanpa perlu berpikir dan menimbang. Kalau keadaan itu menimbulkan perbuatan-perbuatan baik dan terpuji menurut syariat dan akal, itu disebut akhlak yang baik. Kalau yang muncul adalah perbuatan-perbuatan buruk, keadaan itu (yang merupakan sumbernya) dinamakan akhlak buruk.<sup>5</sup>

Dalam pelaksanaan pembiasaan tadarus Al-Qur'an yang dilaksanakan setiap hari pada masa pandemi Covid-19, diharapkan anak mempunyai kemampuan membaca, menulis dan memahami Al-Qur'an yang baik serta mendatangkan berkah kejernihan akal pikiran dan ketenangan jiwa dalam menghadapi kecemasan belajar.

Dalam dunia pendidikan, pembiasaan dapat dikaitkan dengan metode pembelajaran. Hal ini dikarenakan pembiasaan adalah sebuah cara yang dapat dilakukan untuk membiasakan anak didik berfikir, bersikap dan bertindak sesuai dengan tuntunan ajaran agama Islam.<sup>6</sup>

Dari uraian di atas, metode pembiasaan dapat didefinisikan sebagai suatu upaya berdasarkan praktik yang dikerjakan secara

---

<sup>5</sup> M. Sayyid Muhammad Az Za'balawi, *Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa*, terj. Tarbiyyatul Muraahiq bainal Islam wa ilmin Nafs, (Jakarta: Gema Insani, 2007), 347.

<sup>6</sup> Armai Arief, *Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam*, (Jakarta: Ciputat Pers, 2002), 111.

berulang dalam proses pendidikan. Penerapan metode pembiasaan akan menghasilkan output yang lebih baik apabila penanaman perilaku terpuji sesuai syari'at telah dilakukan sejak dini. Anak akan menjadi muslim yang shaleh karena pengaruh kebiasaan tersebut sudah melekat pada dirinya bahkan akan terbawa hingga dewasa. Metode pembiasaan juga dinilai sangat efektif dan efisien dalam mengubah perilaku atau kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik. Keberhasilan mengubah serta mempertahankan perilaku terpuji tentunya harus diiringi dengan contoh tauladan dari kedua orang tua, keluarga, guru, serta lingkungan sekitar. Pembiasaan berarti pengulangan, maka metode ini dapat diterapkan untuk berbagai aktivitas lainnya seperti pembiasaan tadarus Al-Qur'an, dengan metode ini maka anak tidak hanya sekadar membaca dan membetulkan makhori'ul hurufnya saja tetapi juga tertanam penghayatan karakter ke dalam diri mereka.

Menurut Mulla Ali al-Qari' dalam *Misykatul-Mashabih*, tadarus adalah kegiatan qira'ah sebagian orang atas sebagian yang lain sambil membetulkan lafal-lafalnya dan mengungkap makna-maknanya.<sup>7</sup> Dan Menurut Hasanuddin,

---

<sup>7</sup>Ahmad Syarifuddin, *Mendidik Anak Membaca, Menulis, dan Mencintai al-Qur'an*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), 49.

“Tadarus Alquran artinya membaca Al-Qur’an secara tartil dengan tajwid dan makhraj yang benar atau dengan bacaan yang fasih. Al-Qur’an secara bahasa, lafal qur’an (قرآن) sama dengan qiraat (قراءة). Ia merupakan bentuk mashdar menurut wazn (pola) fu’lan (فعلان), seperti halnya lafal ghufuran (غفران) dan syukran (شكران). Bentuk kata kerjanya adalah qara’a (قرأ) yang berarti (الجمع و الضم) yaitu, menghimpun dan mengumpulkan. Dengan demikian, lafal qur’an dan qiraat secara bahasa berarti menghimpun dan memadukan sebagian huruf-huruf dan kata-kata dengan sebagian lainnya”.<sup>8</sup>

Terdapat beberapa pendapat yang berkaitan dengan asal kata Al-Qur’an:

- a. Al-Syafi’i berpendapat bahwa kata Al-Qur’an ditulis dan di baca tanpa hamzah (Al-Qur’an) dan tidak diambil dari kata lain. Ia adalah nama yang khusus dipakai untuk kitab suci yang diberikan kepada Nabi Muhammad, sebagaimana kitab Injil dan Taurat dipakai khusus untuk kitab-kitab Tuhan yang diberikan kepada Nabi Isa dan Musa.
- b. Al-Fara’ dalam kitabnya Ma’an Al-Qur’an berpendapat bahwa lafal Al-Qur’an tidak memakai hamzah, dan diambil dari kata qara’in, jama’ dari qarinah, yang berarti indikator (petunjuk). Hal ini disebabkan karena sebagian ayat-ayat Al-Qur’an itu serupa satu sama lain, maka seolah-olah sebagian

---

<sup>8</sup> Hasanuddin, Anatomi Al-Qur’an Perbedaan Qira’at dan Pengaruhnya Terhadap Istibath Hukum dalam Al-Qur’an, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1995), 12.

ayat-ayatnya merupakan indikator dari apa yang dimaksud oleh ayat lain yang serupa itu.

- c. Al-Asy'ari berpendapat, bahwa lafal Al-Qur'an tidak memakai hamzah dan diambil dari kata qarana, yang berarti menggabungkan. Hal ini disebabkan karena surat-surat dan ayat-ayat Al-Qur'an dihimpun dan digabungkan dalam satu mushaf.
- d. Al-Zajjaj berpendapat, bahwa lafal Al-Qur'an itu berharzah, mengikuti wazan fu'lan dan diambil dari kata al-qar'u yang berarti menghimpun. Hal ini karena Al-Qur'an merupakan kitab suci yang menghimpun inti sari ajaran-ajaran dan kitab-kitab suci sebelumnya.
- e. Al-Lihyani berpendapat bahwa lafal Al-Qur'an itu berharzah. Bentuk mashdar-nya diambil dari kata qara'a yang berarti membaca. Hanya saja, lafal Al-Qur'an ini menurut al-Lihyani berbeduk mashdar dengan makna isim maf'ul. Jadi, Al-Qur'an artinya maqru' (yang dibaca).
- f. Subhi al-Shalih menyamakan kata Al-Qur'an dengan al qira'ah.<sup>9</sup>

Sebagaimana Allah swt. berfirman:

---

<sup>9</sup> Ngainun Naim, *Pengantar Studi Islam*, (Yogyakarta: Gre Publishing, 2011), 46-47.

فَإِذَا بَرِقَ الْبَصْرُ ﴿٧٧﴾ وَخَسَفَ الْقَمَرُ ﴿٧٨﴾ (سورة القيمة: ١٧-١٨)

Artinya: “Sesungguhnya atas tanggungan Kamilah mengumpulkannya (di dadamu) dan (membuatmu pandai) membacanya. Apabila Kami telah selesai membacakannya maka ikutilah bacaannya itu.” (QS.Al-Qiyamah (75): 17-18)<sup>10</sup>

Sedangkan pengertian Al-Qur’an menurut istilah disebutkan beberapa ulama sebagai berikut:

- a. M. Quraish Shihab mendefinisikan Al-Qur’an secara harfiah berarti “bacaan yang mencapai puncak kesempurnaan”. Al-Qur’an Al-Karim berarti “bacaan yang mahasempurna dan mahamulia”.<sup>11</sup> Al-Qur’an merupakan sebuah karunia besar yang dapat mendatangkan keberkahan dan kemanfaatan bagi umat manusia di berbagai kehidupan, baik di dunia maupun di akhirat.
- b. Abdul Wahab Khalaf mendefinisikan Al-Qur’an sebagai firman Allah swt. yang diturunkan melalui roh Al-Amin (Jibril) kepada Nabi Muhammad saw dengan bahasa Arab, isinya dijamin kebenarannya, dan sebagai hujjah kerasulannya, undang-undang bagi seluruh manusia dan petunjuk dalam beribadah serta dipandang ibadah dalam

---

<sup>10</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), ٥٧٧.

<sup>11</sup> M. Quraish Shihab, *Lentera Al-Qur’an: Kisah dan Hikmah Kehidupan*, (Bandung: Mizan Media Utama, 2008), 21.

membacanya, yang terhimpun dalam mushaf yang dimulai dari surat Al-Fatihah dan diakhiri dengan surat An-Nas, yang diriwayatkan kepada kita dengan jalan mutawatir.

- c. Muhammad Abduh mendefinisikan Al-Qur'an sebagai kalam mulia yang diturunkan oleh Allah swt. kepada Nabi yang paling sempurna (Muhammad saw), ajarannya mencakup keseluruhan ilmu pengetahuan. Ia merupakan sumber yang mulia yang esensinya tidak dimengerti kecuali bagi orang yang berjiwa suci dan berakal cerdas.<sup>12</sup>

Dari beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Al-Qur'an adalah kalam Allah yang diturunkan kepada Rasulullah saw. sebagai mu'jizat atas kerasulannya melalui perantara malaikat Jibril secara mutawatir, dimulai dari surat Al-Fatihah dan diakhiri dengan surat An-Nas, sebagai pedoman bagi hidup manusia.

Tadarus Al-Qur'an memiliki ketentuan-ketentuan, diantaranya:

- a. Dilakukan pada suatu majelis, forum, atau *halaqah* (forum duduk melingkar) oleh dua orang atau lebih
- b. Ada yang membaca dan ada yang menyimak.

---

<sup>12</sup> Muhaimin, dkk, *Studi Islam dalam Ragam dimensi dan Pendekatan*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), 81-83.

- c. Ada upaya membetulkan bacaan, saling memberi dan menerima, dan lainnya.

Rasulullah SAW bersabda,

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ مَا دُبُّهُ اللَّهُ فَخُذُوا مِنْهُ مَا اسْتَطَعْتُمْ فَإِنِّي لَا أَعْلَمُ شَيْئًا أَصْفَرَ مِنْ خَيْرٍ مِنْ بَيْتٍ لَيْسَ فِيهِ مِنْ كِتَابِ اللَّهِ شَيْءٌ وَإِنَّ الْقَلْبَ الَّذِي لَيْسَ فِيهِ مِنْ كِتَابِ اللَّهِ شَيْءٌ خَرِبٌ كَخَرَابِ الْبَيْتِ الَّذِي لَا سَاكِنَ لَهُ

“*Sesungguhnya Al-Quran ini adalah jamuan Allah (ma’dubatullah), maka ambillah darinya semampu kalian. Sungguh, aku tak mengetahui sesuatu yg lebih kosong dari kebaikan selain rumah yang di dalamnya tak ada bacaan Al-Quran. Sungguh, hati yg di dalamnya tak ada bacaan Al-Quran adalah hancur seperti hancurnya rumah yang tak berpenghuni*”. (H.R. Ad-Darimi).<sup>13</sup>

Para jumbuh ulama berpendapat bahwa membaca Al-Quran lebih utama dibandingkan membaca tasbih, tahlil, maupun dzikir-dzikir lainnya. Dzikir yang paling baik adalah membaca Al-Quran, sehingga setiap muslim sangat dianjurkan untuk selalu membaca Al-Quran setiap hari, supaya Allah selalu memberi petunjuk dan hati selalu ingat kepada Allah sehingga menjadi tenang dan jernih.<sup>14</sup>

Dari Abu Hurairah RA berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda,

<sup>13</sup> Ahmad Syarifuddin, *Mendidik Anak Membaca, Menulis, dan Mencintai al-Qur’an*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), 50.

<sup>14</sup> Sa’dulloh, *9 Cara Praktis Menghafal Al-Qur’an*, (Jakarta: Gema Insani, 2013), 18.



عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَا  
اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَدَا رَسُولَهُ فِيمَا بَيْنَهُمْ  
إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ وَعَشِيَتْ لَهُمُ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْ لَهُمُ الْمَلَائِكَةُ وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ  
فِيمَنْ عِنْدَهُ. (رواه مسلم و ابو داود)

“Tidaklah suatu kaum berkumpul di salah satu rumah dari rumah-rumah Allah, mereka membaca kitab Allah dan saling mengajarkannya di antara mereka, melainkan diturunkan ke atas mereka sakinah, rahmat menyirami mereka, para malaikat mengerumuni mereka, dan Allah menyebut-nyebut mereka di kalangan (Malaikat) yang ada di sisi-Nya.” (HR Muslim dan Abu Dawud).<sup>15</sup>

Jadi, dari hadits di atas menjelaskan bahwasannya Allah akan menurunkan rahmat kepada hambanya yang senantiasa belajar dan mengajarkan Al-Qur’an, serta manusia yang senantiasa membasahi kedua bibirnya dengan lantunan ayat suci Al-Qur’an, maka dengan begitu mereka telah menghidupkan cahaya kebaikan bagi dirinya.

Al-Qur’an sebagai kalamullah sejatinya mengandung berbagai makna mendalam yang patut ditelaah oleh umat manusia. Untuk itu, sejak usia dasar anak-anak diberikan pembelajaran al-Qur’an sebagai bekal kehidupan dan “modal” mengenali Sang Khalik (Allah swt.) melalui ciptaan-Nya. Allah swt. sebagai Khalik (Maha Pencipta), juga dikenali oleh hamba-Nya dalam kehidupan ini melalui ciptaan-Nya di bumi dan di langit. Untuk itu, tadabbur alam menjadi keniscayaan yang dilakukan oleh setiap manusia. Sebelum itu, tentu

---

<sup>15</sup> Ahmad Syarifuddin, *Mendidik Anak Membaca, Menulis, dan Mencintai al-Qur’an*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), 51.

memahami al-Quran sebagai pedoman hidup adalah hal prioritas (utama).<sup>16</sup>

Kemampuan membaca al-Qur'an siswa dapat diperoleh melalui pembelajaran membaca al-Qur'an yang dilakukan baik oleh lembaga, keluarga, dan masyarakat. Dalam pembelajaran al-Qur'an, banyak terdapat metode – metode yang dapat digunakan sebagai upaya untuk membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan membaca al-Qur'an sesuai Ilmu Tajwid.<sup>17</sup>

Pembelajaran al-Qur'an, idealnya diberikan kepada anak sejak usia dasar. Hal ini ditujukan agar anak mampu memahami al-Qur'an sejak dini dan menumbuhkan kecintaan anak terhadap al-Qur'an. Oleh karena itu, pembelajaran al-Qur'an tidak boleh jeda apalagi berhenti diberikan pada anak dalam situasi dan kondisi apapun, termasuk era pandemi covid-19 yang mewabah di dunia.<sup>18</sup>

Wabah virus Covid-19 adalah musibah yang menimpa beberapa negara di dunia termasuk Indonesia dampaknya sangat luas pada kehidupan manusia termasuk di bidang pendidikan. Dengan

---

<sup>16</sup> Muhammad Shaleh Assingkily, Darwis Margolang, dll, “Pembelajaran Al-Qur'an Era Covid-19: Tinjauan Metode dan Tujuannya pada Masyarakat di Kutacane Aceh Tenggara”, *Kuttab: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, Vol. 04, No. 02, (September, 2020), 514.

<sup>17</sup> Nurhayah, Muhajir Muhajir, “Implementasi Metode Tilawati dan Metode Iqro' dalam Meningkatkan Kemampuan Membaca Al-Qur'an (Di SD Islam Al-Azhar Dan SDIT Nur El-Qolam Kabupaten Serang)”, *Jurnal Qathruna*, Vol. 7 No. 2, (Desember, 2020), 42.

<sup>18</sup> Muhammad Shaleh Assingkily, Darwis Margolang, dll, “Pembelajaran Al-Qur'an Era Covid-19: Tinjauan Metode dan Tujuannya pada Masyarakat di Kutacane Aceh Tenggara”, *Kuttab: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, Vol. 04, No. 02, (September, 2020), 515.

demikian pemerintah menerapkan beberapa kebijakan pendidikan di masa pandemi, hal tersebut untuk mengantisipasi penyebaran virus corona di sekolah dan perguruan tinggi.<sup>19</sup>

Hadirnya pandemi Covid-19 di tengah warga masyarakat Indonesia yang mana jumlah penduduknya mencapai ratusan juta, bukan hanya merenggut ribuan nyawa manusia, tetapi juga mengubah tata cara kehidupan masyarakat di Indonesia serta telah mempengaruhi penyelenggaraan berbagai kegiatan pendidikan dan keagamaan di Indonesia. Seperti penutupan penyelenggaraan pendidikan, pembatalan kegiatan peribadatan, larangan kunjungan peribadatan dan perayaan hari besar keagamaan.<sup>20</sup>

Begitu banyak dampak yang dirasakan oleh masyarakat di seluruh negara yang disebabkan munculnya pandemi Covid-19, salah satu dampaknya secara realita yang terjadi adalah berimbas kepada renggangnya hubungan ukhuwah antar sesama manusia, sebelum adanya pandemi Covid-19 aktivitas manusia tidak terbatas, terjadi kerumunan dimana-mana, tradisi salam-salaman antar sesama ketika bersua masih terjalin, namun saat pandemi Covid-19 melanda dunia, semua berubah secara tiba-tiba 180 derajat. Dampak tersebut terjadi

---

<sup>19</sup> Nining Syamsi Komariah, Saefuddin Zuhri, "Strategi Pendidik Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Educator Strategies During Pandemic", *Geneologi PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 8, No.01, (Januari – Juni, 2021), 299.

<sup>20</sup> Mila Amalia, "*Mempererat Ukhuwah Islamiyah di Masa Pandemi Covid-19*" (Banten: Makmood Publishing, 2020), 2.

sebagai upaya dan tindakan pemerintah dalam memutuskan mata rantai pandemi Covid-19 agar tidak semakin meluas penyebarannya.<sup>21</sup>

Di era new normal saat ini, kegiatan sosial yang sempat diberhentikan mulai kembali dibuka, namun dengan syarat tetap melakukan pembatasan sosial, pemeriksaan kesehatan, dan memperhatikan protokol kesehatan. Pembiasaan tadarus Al-Qur'an di RT 06/RW 09 Komplek Pendidikan merupakan salah satu wadah kegiatan pendidikan luar sekolah yang tetap menjalankan aktivitas di tengah pandemi, dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan.

## **2. Tingkatan Tadarus Al-Qur'an**

Adapun tingkatan tadarus Al-Qur'an menurut para ulama dapat dilihat dari beberapa aspek berikut:

### **a. At-Tahqiq (تحقيق)**

Tingkatan tadarus secara tahqiq adalah membaca dengan memberikan haknya pada setiap huruf, seperti memanjangkan mad dan membaca hamzah dengan jelas, menyempurnakan harakat, bersandar pada idzhar dar tasydid, menjelaskan huruf dan membukanya, mengeluarkan sebagian huruf dari sebagian

---

<sup>21</sup> Khaerul Asfar, "Konsep Ukhuwah Perspektif Al-Qur'an; Relevansinya Di Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Al-Wajid*, Vol. 1, No. 2, (Desember, 2020), 214.

lainnya dengan saktah, tartil, dan tu'adah (membaca dengan tenang).<sup>22</sup>

b. At-Tartil (ترتيل)

Tingkatan tadarus secara tartil adalah bacaan yang lambat dan bertajwid sesuai dengan standar, yakni pertengahan antara at-tahqiq dan attadwir. Bacaan ini adalah bacaan yang paling bagus karena sesuai dengan bacaan Al-Qur'an yang diturunkan.<sup>23</sup>

Sebagaimana firman Allah swt.

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا (سورة المزمل: ٤)

“Dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan”  
(Al-Muzammil: 4)<sup>24</sup>

c. At-Tadwir (تدوير)

Tingkatan tadarus yang ketiga ini merupakan cara membaca Al-Qur'an di antara tartil dan hadr, tidak terlalu cepat dan tidak terlalu lambat. Artinya memanjangkan bacaan namun tidak sampai penuh.

---

<sup>22</sup> Abdussalam Muqbil Al-Majidi, *Bagaimana Rasulullah mengajarkan Al-Qur'an kepada para sahabat?* (Jakarta: PT Darul Falah, 2008), 295.

<sup>23</sup> Abdul Aziz Abdur Rauf, *Pedoman Dauroh Al-Qur'an*, (Jakarta: Markaz Al-Qur'an, 2014), 21-22.

<sup>24</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), 574.

d. Al-Hadr (حدر)

Tingkatan tadarus ini merupakan tingkatan yang paling cepat, ringan dan pendek, namun tetap memperhatikan tajwid.

Nabi Muhammad SAW sendiri membaca al-Qur'an dengan perlahan, mengucapkan huruf – huruf, bacaan per bacaan. Hal ini berkaitan dengan adab dalam berinteraksi dengan al-Qur'an, membaca al-Qur'an dengan benar sesuai dengan kaidah tajwid. Membaca cepat terkadang membuat seseorang lalai terhadap hak – hak huruf dalam bacaan al-Qur'an.<sup>25</sup>

Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkatan tadarus Al-Qur'an yang paling bagus bacaannya serta tidak tergesa-gesa menurut para jumbuh ulama adalah membaca secara tartil, hal ini termaktub pula di dalam Al-Qur'an surat Al-Muzammil ayat 4 yang berisi perintah untuk membaca Al-Qur'an dengan perlahan-lahan. Tujuan dari tingkatan ini adalah agar kita dapat mentadabburi Al-Qur'an.

---

<sup>25</sup> Nurhayah, Muhajir Muhajir, “Implementasi Metode Tilawati dan Metode Iqro’ dalam Meningkatkan Kemampuan Membaca Al-Qur’an (Di SD Islam Al-Azhar Dan SDIT Nur El-Qolam Kabupaten Serang)”, *Jurnal Qathruna*, Vol. 7, No. 2, (Desember, 2020), 45.

### 3. Adab Tadarus Al-Qur'an

Sebelum melaksanakan tadarus Al-Qur'an terdapat adab-adab yang harus diperhatikan agar bacaannya diterima dan mendapatkan pahala, diantaranya:<sup>26</sup>

- a. Ikhlas kepada Allah dalam membacanya, dengan meniatkan untuk mendapatkan ridha Allah dan pahala dari-Nya.

Allah berfirman:

إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ بِالْحَقِّ فَاَعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ ﴿٢﴾

(سورة ازمر: ٢)

“Sesungguhnya Kami menurunkan Kitab (Al-Qur'an) kepadamu (Muhammad) dengan (membawa) kebenaran. Maka sembahlah Allah dengan tulus ikhlas beragama kepada-Nya” (Q.S Az-Zumar: 2)<sup>27</sup>

- b. Suci dari hadats, baik besar maupun kecil.
- c. Ketika membaca Al-Qur'an, tangannya dijaga dari hal yang sia-sia dan matanya dijaga dari memalingkannya tanpa ada kebutuhan.
- d. Bersiwak (gosok gigi) dan membersihkan mulutnya, karena hal itu merupakan jalan dalam membaca Al-Qur'an.
- e. Ketika membaca Al-Qur'an, hal yang utama adalah menghadap kiblat, karena itu adalah arah yang paling mulia.

---

<sup>26</sup> Abdud Daim Al-Kahil, *Easy Metode Mudah Menghafal Al-Qur'an*, (Etoz Publishing, 2010), 122.

<sup>27</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), ٤٥٨.

- f. Berlindung diri kepada Allah dari setan terkutuk (membaca ta'awwudz).

Sebagaimana firman Allah swt. dalam Al-Qur'an:

فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ (سورة النحل : ٩٨)

“Apabila kamu membaca Al-Qur'an, hendaklah kamu meminta perlindungan kepada Allah dari syaitan yang terkutuk.” (QS. An-Nahl (16): 98)<sup>28</sup>

- g. Membaca “bismillahirrahmanirrahim” jika memulai dari awal surat.
- h. Membaca dengan tartil, membacanya dengan biasa dan pelan, karena maksud dalam membaca adalah tadabbur (memahami) dan tadabbur tidak akan tercapai jika dengan tergesa-gesa.

Allah swt. berfirman:

أَوْزِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا (سورة المزمل : ٤)

“Dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan” (Al-Muzammil: 4)<sup>29</sup>

- i. Menggunakan pikiran dan pemahamannya hingga mengetahui maksud dari bacaan Al-Qur'an yang sedang dibacanya.
- j. Memohon kepada Allah ketika membaca ayat-ayat rahmah (kasih sayang), berlindung kepada Allah ketika membaca ayat-

<sup>28</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), ٢٧٨.

<sup>29</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), ٥٧٤.



ayat adzab, bertasbih ketika membaca ayat-ayat pujian dan bersujud ketika diperintahkan untuk sujud.

- k. Melaksanakan hak setiap hurufnya hingga ucapannya menjadi jelas dengan lafal yang sempurna, karena setiap hurufnya mengandung sebanyak sepuluh kebaikan.
- l. Tetap kontinyu dalam kekhusyukan dan sakinah serta tenteram ketika tilawah.
- m. Membaca sesuai kaidah tajwid.
- n. Tidak mengomentari bacaan Al-Qur'an dengan perkataan sendiri, seperti ucapan sebagian mereka yang mengatakan, "Allah, Allah atau ulangi-ulangi atau yang semisal dengan itu". Kemudian yang dituntut dari pendengar Al-Qur'an adalah mentadabburinya, diam (tenang), dan khusyuk dalam menyimak.
- o. Tidak memutuskan bacaan dengan perkataan yang tidak ada faedahnya.
- p. Menjaga Al-Qur'an dengan selalu membacanya dan berusaha agar jangan sampai melupakannya. Maka, hendaknya tidak melewatkan seharipun tanpa membaca sebagian Al-Qur'an hingga tidak melupakannya dan jangan sampai menjauhkan diri dari mushaf. Kemudian lebih bagus lagi jika setiap hari membaca

tidak kurang dari satu juz Al-Qur'an dan mengkhatamkannya dalam sebulan minimal sekali khataman.

- q. Sebisa mungkin membacanya dengan suaranya yang paling bagus.
- r. Wajib mendengar dan diam ketika ada yang membaca Al-Qur'an.
- s. Menghormati mushaf, sehingga jangan diletakkan di atas tanah atau jangan meletakkan sesuatu di atasnya dan jangan melemparkannya kepada teman yang ingin mengambilnya (meminjam).
- t. Hendaknya berkumpul dan berdo'a ketika telah khatam Al-Qur'an, karena hal itu disunnahkan.<sup>30</sup>

Sebagai umat Islam sudah selayaknya mengetahui adab memulai tadarus Al-Qur'an serta mengimplementasikannya, sebab Al-Qur'an berisi firman Allah yang harus diagungkan dan dijaga kesuciannya.

#### **4. Keutamaan Tadarus Al-Qur'an**

Tadarus Al-Quran memiliki banyak keutamaan, salah satunya akan menjadi penolong di hari kiamat kelak. Di antara

---

<sup>30</sup> Abdud Daim Al-Kahil, *Easy Metode Mudah Menghafal Al-Qur'an*, (Etoz Publishing, 2010), 126.

keutamaan tadarus Al-Qur'an sebagaimana dalam sebuah hadits, Rasulullah saw. bersabda,

“Abu Umamah Al-Bahily r.a berkata: “Aku telah mendengar Rasulullah saw. bersabda: “ Bacalah Al-Qur'an karena sesungguhnya dia akan datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafaat kepada orang yang membacanya.” (H.R Muslim)

Banyak riwayat menyebutkan bahwa para ulama terdahulu tidak pernah melewatkan hari-harinya dari membaca Al-Qur'an, karena keutamaan membaca Al-Qur'an sangatlah besar.<sup>31</sup>

Tentang keutamaan orang yang membaca, belajar, dan mengajarkan al-Quran. Rasulullah Saw bersabda,

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ (رواه البخاري)

“Sebaik-baiknya kalian adalah orang yang belajar al-Quran dan mengajarkannya”. (HR. Imam Bukhori)

Adapun keutamaan tadarus Al-Qur'an lainnya, diantaranya sebagai berikut:<sup>32</sup>

a. Akan diangkat derajatnya oleh Allah swt.

Umar bin Khattab berkata ra bahwa Rasulullah saw bersabda, "Sesungguhnya Allah SWT akan mengangkat derajat suatu kaum dengan kitab ini (Al-Qur'an), dengannya

<sup>31</sup> Isnawati, *Membaca Al-Qur'an Saat Haid Bolehkah?*, (Lentera Islam), 5.

<sup>32</sup> Abu Nizhan, *Buku Pintar Al-Qur'an*, (Jakarta: Qultum Media, 2008), 6.

pula Allah akan merendahkan kaum yang lain." (HR Muslim)

b. Menjadi syafaat pada hari kiamat

Abu Umamah ra berkata, "Aku mendengar Rasulullah saw bersabda, 'Bacalah Al-Qur'an sebab Al-Qur'an akan datang pada hari kiamat sebagai sesuatu yang dapat memberikan syafaat (pertolongan) kepada orang-orang yang mempunyainya." (HR Muslim)

c. Hidup bersama para malaikat dan mendapat dua pahala bagi yang belum mahir membacanya

Aisyah ra berkata bahwa Rasulullah saw bersabda, "Orang yang membaca Al-Qur'an dan dia sudah mahir dengan bacaannya itu, maka ia beserta para malaikat utusan Allah yang mulia lagi sangat berbakti, sedangkan orang yang membaca Al-Qur'an dan ia belum lancar dan merasa kesukaran dalam membacanya, maka dia memperoleh dua pahala." (HR Bukhari-Muslim)

d. Membaca satu huruf akan mendapat sepuluh pahala kebajikan

Ibnu Mas'ud ra berkata bahwa Rasulullah saw bersabda, "Orang yang membaca sebuah huruf dari Kitabullah (Al-

Qur'an), maka ia memperoleh suatu kebaikan, sedang satu kebaikan itu akan dibalas dengan sepuluh kali lipat yang seperti itu. Saya tidak mengatakan bahwa *alif lam mim* itu satu huruf, tetapi alif adalah satu huruf, lam satu huruf dan mim juga satu huruf." (HR Imam Tirmidzi)

- e. Mendapat ketenangan dan rahmat dari Allah swt.

Abu Hurairah ra berkata bahwa Rasulullah saw bersabda, "Tidaklah suatu kaum berkumpul di salah satu rumah-rumah Allah untuk melantunkan ayat-ayat suci Al-Qur'an dan mempelajarinya, melainkan akan turun kepada mereka ketenangan, akan dilingkupi pada diri mereka dengan rahmat, akan dilingkari oleh para malaikat dan Allah pun akan menyebut (memuji) mereka pada makhluk yang ada di dekat-Nya." (HR Muslim)

- f. Khatam Al-Qur'an merupakan amalan yang paling dicintai oleh Allah swt.

Ibnu Abbas ra berkata bahwa ada seseorang yang bertanya kepada Rasulullah saw, "Wahai Rasulullah, amalan apakah yang paling dicintai Allah?" Beliau menjawab, "*Al-hal wal murtahal*." Orang ini bertanya lagi, "Apa itu *al-hal wal murtahal*, wahai Rasulullah?" Beliau menjawab, "Yaitu yang

membaca Al-Qur'an dari awal hingga akhir. Setiap kali selesai, ia mengulanginya lagi dari awal." (HR Tirmidzi)

g. Akan mendapatkan shalawat dan doa dari malaikat

Sa'ad bin Abi Waqas berkata, "Apabila Al-Qur'an dikhatamkan bertepatan pada permulaan malam, maka malaikat akan bershalawat (berdoa) untuknya hingga subuh. Dan apabila khatam bertepatan pada akhir malam, maka malaikat akan bershalawat dan berdoa untuknya hingga sore hari." (HR Ad- Darimi)<sup>33</sup>

Dapat disimpulkan bahwasannya Allah swt. tidak akan membiarkan hambanya mengalami kesulitan. Allah akan memberikan keberkahan dan kemuliaan kepada orang-orang yang senantiasa bertadarus Al-Qur'an.

## **5. Manfaat Tadarus Al-Qur'an bagi Kesehatan**

Umat Islam tentunya harus meyakini bahwa bertadarus atau hanya dengan mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an dapat memberikan berbagai manfaat bagi kesehatan jasmani dan rohani. Tadarus Al-Qur'an merupakan salah satu zikir yang paling utama, diantara keutamaan tadarus Al-Qur'an ialah dapat menjernihkan hati, akal dan pikiran serta mengobati penyakit jiwa.

---

<sup>33</sup> Abu Nizhan, *Buku Pintar Al-Qur'an*, (Jakarta: Qultum Media, 2008), 7.

Diriwayatkan dari Abu Hurairah RA, bahwa Rasulullah SAW

bersabda:

وما اجتمع قوم فى بيت من بيوت الله يتلون كتاب الله ويتذرونه بينهم إلا نزلت عليهم  
السكينة وغشيتهم الرحمة ، وحفتهم الملائكة ، وذكرهم الله فيمن عنده

“Tidak ada suatu kelompok yang berada di rumah Allah SWT yang membaca al-Qur’an. Mereka saling memberi pelajaran di antara mereka, melainkan akan diturunkan bagi mereka ketenangan, limpahan rahmat, dikelilingi oleh para malaikat dan Allah SWT akan mengingat orang yang bersama mereka.”<sup>34</sup>

Adapun manfaat tadarus Al-Qur’an bagi kesehatan,  
diantaranya:

#### 1. Menurunkan tingkat stres

Manfaat tadarus Al-Qur’an yang dirasakan dalam sekejap ialah datangnya ketenangan jiwa. Dalam sebuah studi yang dilakukan di Universitas Salford, Inggris, para ahli menemukan bahwa seseorang akan jauh lebih rileks dan tenang setelah bertadarus Al-Qur’an dibandingkan dengan membaca buku biasa.

Penelitian lain bahkan membuktikan bahwa hanya dengan mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur’an, ternyata mampu menimbulkan efek terapeutik sekalipun pada orang yang tak mengerti isi ataupun arti dari ayat-ayat Al-Qur’an yang didengarnya.

---

<sup>34</sup> Razak H. A., Rais Lathief, *Terjemahan Hadis Shahih Muslim* (Jakarta: Pustaka Al-Husna, 1980, jilid 2), 993.

## 2. Menstabilkan tekanan darah dan detak jantung

Membaca Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk relaksasi yang disebut dengan metode relaksasi transendensi. Suatu metode relaksasi yang berfokus pada frase yang diucapkan secara berulang dengan ritme teratur disertai dengan kepasrahan diri pada Sang Khaliq.

Pada saat pengulangan frase tersebut, tubuh akan mengalami proses relaksasi yang merangsang pengaktifan sekaligus pengendalian saraf otonom (saraf simpatis dan parasimpatis) sehingga akan menciptakan tekanan darah juga denyut jantung yang stabil.

## 3. Membantu Memusnahkan Sel-Sel Kanker

Seorang dokter spesialis kanker dari rumah sakit Beirut, Lebanon, menyatakan bahwa Al Qur'an memiliki efek luar biasa terhadap sel-sel tubuh. Irama-irama khas yang keluar dari bacaan ayat suci Qur'an mampu meningkatkan aktivitas sel-sel sehat dan membangkitkan sistem imun yang melemah agar dapat bertempur melawan sel-sel tumor atau kanker yang paling berbahaya sekalipun.



#### 4. Meningkatkan Fokus dan Konsentrasi

Ketika seseorang benar-benar membenamkan diri pada ayat-ayat Qur'an yang dibacanya, ia akan terlempar jauh ke titik nyaman di mana pikirannya akan menjadi jernih, daya ingat menjadi tajam dan konsentrasi pun akan semakin kuat. Dengan demikian, meluangkan waktu membaca Al-Qur'an setidaknya 15-20 menit sebelum beraktivitas di pagi hari akan meningkatkan fokus dan konsentrasi di tempat belajar atau bekerja jauh lebih baik.

#### 5. Nutrisi terbaik bagi Otak

Sama seperti otot-otot di dalam tubuh, otak juga membutuhkan latihan untuk membuatnya tetap sehat dan berfungsi sebagaimana mestinya. Membaca Al-Qur'an menjadi cara terbaik yang dapat diterapkan. Energi positif dari ayat-ayat Qur'an yang dilantunkan dapat menjadi nutrisi otak yang paling berharga dan bahkan mungkin dapat mencegah dari penyakit yang menyerang saraf otak, seperti Alzheimer dan Demensia.<sup>35</sup>

Begini banyak manfaat bagi orang-orang yang senantiasa bertadarus Al-Qur'an. Selain manfaat yang sudah dijelaskan

---

<sup>35</sup> Kabar Jombang "Rutin Membaca Al Quran, Ini Manfaatnya Bagi Kesehatan" Jombang, 11 Okt.,2020. <https://www.google.com/amp/s/kabarjombang.com/rutin-membaca-al-quran-ini-manfaatnya-bagi-kesehatan/amp/>

seperti di atas, tadarus Al-Qur'an pun menjadi solusi yang tepat dalam upaya mencegah penularan Covid-19, dengan bertadarus Al-Qur'an maka imunitas tubuh akan tetap terjaga.

## **B. Hakikat Kecemasan Belajar**

Kecemasan (*anxiety*) merupakan salah satu bentuk emosi individu yang ditandai dengan timbulnya ancaman oleh sesuatu, objek ancaman biasanya tidak begitu jelas. Kecemasan dapat merujuk pada suatu suasana, perasaan atau sindrom, yang ditandai dengan rasa ketakutan (*fear*) terhadap bahaya atau ancaman.<sup>36</sup> Kecemasan adalah rasa kekhawatiran dan ketegangan yang timbul karena sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sebagian besar tidak diketahui sumbernya dan berasal dari dalam.<sup>37</sup>

Kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (*frustrasi*) dan pertentangan batin (*konflik*). Selain itu orang yang merasa cemas karena menyangka akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, sehingga merasa terancam oleh sesuatu tersebut.<sup>38</sup>

Intensitas yang wajar terhadap kecemasan dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya

---

<sup>36</sup> Thomas F Oltmann, *Psikologi Abnormal*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 192.

<sup>37</sup> Depkes RI, Peraturan Menteri Kesehatan RI No 416/Menkes/Per/IX/1990, Jakarta.

<sup>38</sup> Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV. Haji Masagung, 1990), 27.

sangat kuat dan bersifat negatif, justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan.<sup>39</sup>

Kecemasan terbagi dua, pertama, *trait anxiety* (sifat kecemasan), yaitu seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menjadi cemas atau khawatir barangkali lebih banyak merespon terhadap banyak bentuk situasi, dengan telapak tangan yang berkeringat, dengan jantung yang berdetak keras. Kedua, *State anxiety* (pernyataan cemas), yaitu kecemasan yang terjadi ketika seseorang mendapat ancaman tertentu.<sup>40</sup>

Jadi, seseorang dengan sifat kecemasan di atas cenderung mengalami kecemasan yang berlebihan serta merasa kecemasannya lebih sensitif daripada orang lain, dan kecemasan akan muncul jika seseorang berada dibawah ancaman tertentu. Kecemasan merupakan hal yang wajar bila harus dialami oleh manusia, karena dalam kondisi apapun baik disadari maupun tidak disadari pasti akan terjadi.

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan.<sup>41</sup> Belajar merupakan suatu proses usaha yang

---

<sup>39</sup> Astuti, E.S, Resminingsih, *Bahan Dasar untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid 1*, (Jakarta: PT Grasindo, 2010), 18.

<sup>40</sup> Djiwandono, Sri Esti Wuryani, *Psikologi Pendidikan*. (Jakarta: PT Grasindo, 2009), 387.

<sup>41</sup> Yahdinil Firda Nadhirah, *Psikologi Belajar dan Mengajar, cet.4*, (Serang: Dinas Pendidikan Provinsi Banten, 2019), 57.

dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>42</sup>

Menurut perspektif agama, belajar merupakan kewajiban bagi setiap orang beriman agar memperoleh ilmu pengetahuan dalam rangka meningkatkan derajat kehidupan mereka.<sup>43</sup> Di dalam Q.S Al Mujadalah: 11, Allah swt. berfirman:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾ (سورة المجادلة: ١١)

“...niscaya Allah akan meninggikan beberapa derajat kepada orang-orang beriman dan berilmu”<sup>44</sup>

Ilmu dalam hal ini tidak hanya berupa pengetahuan agama tetapi juga berupa pengetahuan yang relevan sesuai dengan tuntutan kemajuan zaman. Selain itu, ilmu juga harus bermanfaat bagi kehidupan orang banyak.<sup>45</sup>

---

<sup>42</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010), 2.

<sup>43</sup> Yahdinil Firda Nadhirah, *Psikologi Belajar dan Mengajar, cet.4*, (Serang: Dinas Pendidikan Provinsi Banten, 2019), 64.

<sup>44</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Mikhraj Khazanah Ilmu, 2013), 543.

<sup>45</sup> Yahdinil Firda Nadhirah, *Psikologi Belajar dan Mengajar, cet.4*, (Serang: Dinas Pendidikan Provinsi Banten, 2019), 64-65.

Jadi dapat disimpulkan, kecemasan adalah perasaan khawatir dan takut akibat sesuatu yang tidak menyenangkan atau membahayakan. Sedangkan kecemasan belajar adalah perasaan khawatir dan takut terhadap hal yang tidak menyenangkan ketika proses perubahan tingkah laku sedang berlangsung.

### **1. Gejala-gejala Kecemasan**

Penerapan kebijakan belajar di rumah mengakibatkan dampak yang kurang baik bagi sebagian siswa, rasa cemas dan tertekan merupakan perasaan yang muncul sebagai akibat dari berbagai permasalahan yang terjadi. Banyaknya beban tugas yang diberikan guru serta waktu yang singkat memicu kecemasan bagi banyak siswa saat menjalani pembelajaran daring.

Kecemasan yang timbul dapat diklasifikasikan dalam tiga jenis gejala, diantaranya:<sup>46</sup>

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- b. Gejala behavioral dari kecemasan yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen.

---

<sup>46</sup> Nevid Jeffrey S, Spencer A, & Greene Beverly, Pengantar Psikologi Abnormal, (Bandung: Erlangga, 2005), 164.

- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu: khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Adapun menurut Drajat, membagi gejala kecemasan menjadi dua yaitu:<sup>47</sup>

- a. Gejala yang bersifat fisik, yaitu ujung jari terasa dingin, pencernaan tidak teratur, detak jantung cepat, keringat berkecuk, tidur tidak nyenyak nafsu makan hilang, nafas sesak dan kepala pusing.
- b. Gejala yang bersifat psikis, yaitu sangat takut, merasa akan ditimpa bahaya atau kecelakaan, tidak bisa memusatkan perhatian, tidak berdaya atau rendah diri, hilang kepercayaan pada diri, tidak tentram, ingin lari dari kenyataan.

## **2. Faktor Penyebab Kecemasan Belajar**

Kecemasan siswa dalam belajar ditandai dengan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan yang tidak mendasar bahwa akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan ketika mengalami proses

---

<sup>47</sup> Zakiyah Daradjat, Kesehatan Mental. (Jakarta: CV. Haji Masagung, 1990), 28.

perubahan tingkah laku. Penyebab munculnya kecemasan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Rumah yang penuh dengan pertengkaran ataupun salah pengertian atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orang tua terhadap anak-anaknya.
- b. Lingkungan yang memfokuskan pada persaingan memperebutkan materi ataupun pertengkaran demi mempertahankan hidup dan juga yang menumbuhkan ambisi manusia hingga mampu mengalahkan akhlak dan hati nuraninya.<sup>48</sup>

Secara umum, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu:

- a. Faktor internal (dari dalam diri), meliputi keadaan/kondisi jasmani dan rohani.
- b. Faktor eksternal (dari luar), yakni kondisi lingkungan di sekitar siswa.
- c. Faktor pendekatan belajar (approach to learning), yaitu jenis upaya belajar yang meliputi strategi dan metode yang digunakan untuk melakukan kegiatan pembelajaran.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Az-zahrani, M. Bs.. *Konseling Terapi*. (Jakarta: Gema Insani Press, 2005)

<sup>49</sup> Yahdinil Firda Nadhirah, *Psikologi Belajar dan Mengajar, cet.4*, (Serang: Dinas Pendidikan Provinsi Banten, 2019), 84.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu:

- a. Faktor internal, faktor internal meliputi gangguan atau ketidakmampuan psiko-fisik siswa yang dapat bersifat kognitif (rendahnya intelektual/ inteligensi siswa), afektif (labilnya emosi dan sikap), dan psikomotor (terganggunya alat indera siswa).
- b. Faktor eksternal, faktor eksternal meliputi semua situasi dan kondisi lingkungan sekitar siswa (lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekolah);
- c. Kejenuhan belajar, kejenuhan belajar yaitu rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil.
- d. Kelelahan, kelelahan dapat menjadi faktor pemicu kecemasan karena siswa tidak dapat melanjutkan proses belajarnya yang sudah pada batas kemampuan jasmaniahnya.<sup>50</sup>

Masa pandemi yang terjadi saat ini banyak merusak tatanan perekonomian, sosial, politik dan budaya sampai pada tahap pendidikan yang sangat memprihatinkan bangsa negara dan juga masyarakat secara umum profesionalisme guru diuji dengan beratnya tantangan menghadapi situasi yang tidak terkendali biasa

---

<sup>50</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2012).



melaksanakan pembelajaran secara offline sekarang harus melaksanakan secara online dengan aplikasi yang baru dikenal secara massif sehingga pendidik diwajibkan untuk familiar terhadap aplikasi tersebut begitu juga para siswa yang harus didampingi para orangtua untuk menggunakan aplikasi tersebut. Kendala kendala dalam menggunakan aplikasi banyak sekali diantaranya adalah sinyal yang tidak sesuai harapan, tenaga listrik yang terkadang kurang memadai, dan dana pulsa yang membengkak, fasilitas hp yang tidak dimiliki.<sup>51</sup>

Dapat disimpulkan, tantangan yang dialami guru saat ini dan kendala-kendala yang terjadi pada proses pembelajaran daring termasuk beberapa faktor penyebab terjadinya kecemasan belajar yang dirasakan oleh peserta didik.

Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Siswohardjono adalah sebagai berikut:

a. Tuntutan orang tua

Orang tua yang teramat menuntut anak untuk menjadi lebih baik dapat menghasilkan kecemasan. Anak menganggap tuntutan tersebut sebagai suatu ancaman untuk mendapatkan hukuman.

---

<sup>51</sup> Nining Syamsi Komariah, Saefuddin Zuhri, "Strategi Pendidik Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Educator Strategies During Pandemic", *Geneologi PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 8, No.01, (Januari – Juni, 2021), 299.

## b. Modeling

Jika anak berhubungan terlalu akrab dengan orang-orang yang cemas, mereka mungkin akan menirukan kecemasan yang dimiliki oleh orang tersebut. Kecemasan seperti ini disebut “kecemasan pinjaman”. Kecemasan pinjaman merupakan kecemasan yang dimiliki oleh orang tua mengenai anak yang kemudian diambil alih oleh anak.<sup>52</sup>

Jadi, dapat disimpulkan bahwa kecemasan belajar merupakan rasa takut dan khawatir akan bahaya yang muncul ketika menjalani proses memperoleh ilmu pengetahuan dan perubahan tingkah laku. Faktor yang mempengaruhi kecemasan anak biasanya lebih dulu datang dari orang terdekat, orang tua misalnya kedatangan menuntut di luar batas kemampuan anak-anaknya sedangkan anak mengalami masalah dalam proses pembelajaran sehingga memicu kegelisahan atau kekhawatiran karena takut dimarahi orang tua, dipukul, dan lain sebagainya. Alih-alih orang tua memberi motivasi, tetapi seringkali intensitasnya menjadi sangat kuat sehingga tanpa disadari akan menimbulkan efek negatif serta memicu kerugian terhadap anak yang bersangkutan.

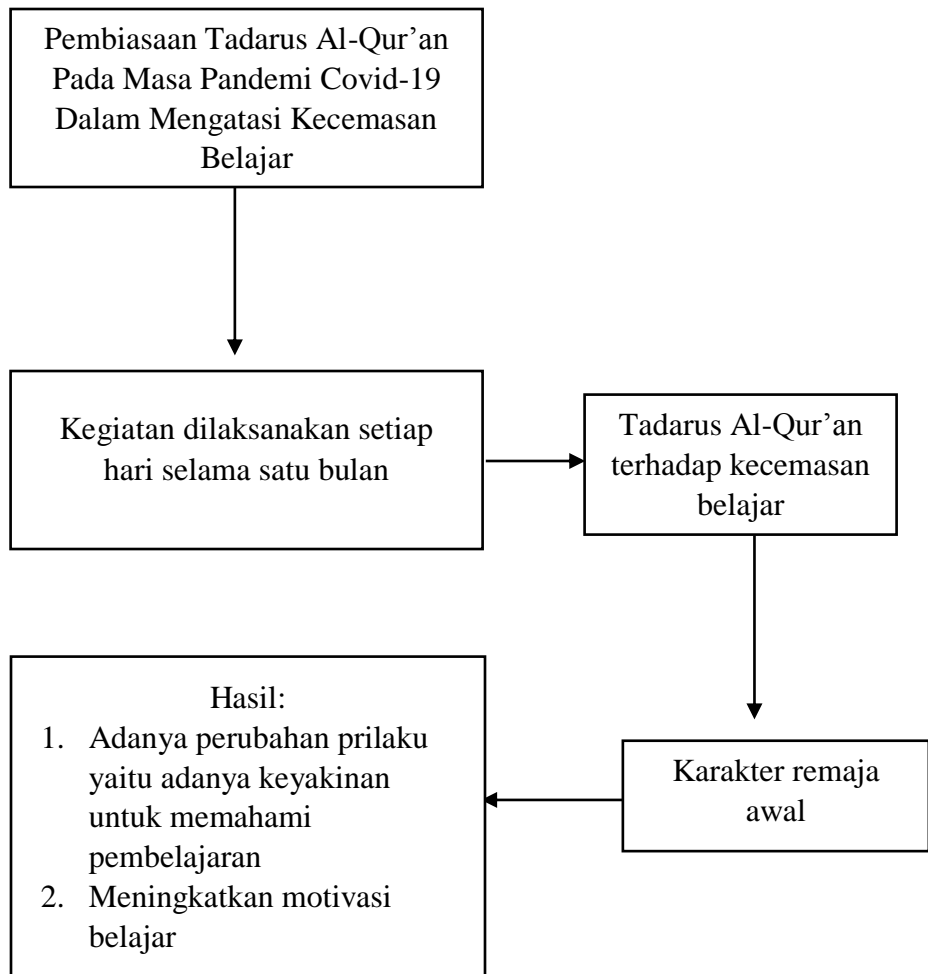
---

<sup>52</sup> Siswohardjono, *Rasa Takut Pada Anak*, (Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana. 1982), 17.

### **C. Kerangka Berpikir**

Sejak pandemi Covid-19 menyebar di seluruh dunia, seluruh kegiatan yang berkaitan dengan pembelajaran di sekolah dengan terpaksa harus diberhentikan sebab adanya perubahan kondisi yang tidak mendukung, pembelajaran di sekolah diubah dengan pemberlakuan pembelajaran yang dilaksanakan di rumah masing-masing dengan memanfaatkan gawai dan jaringan internet sebagai media perantara, atau yang saat ini biasa disebut dengan pembelajaran dalam jaringan (daring). Beberapa peserta didik turut senang karena tidak harus datang ke sekolah, namun tidak sedikit pula yang merasa tidak nyaman dan terbebani dengan kebijakan demikian, hal ini disebabkan perekonomian masyarakat tidak merata sehingga menimbulkan kecemasan bagi sebagian peserta didik.

Menanggapi hal di atas, maka diperlukan suatu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut. Al-Qur'an merupakan lentera kehidupan dan menjadi penyejuk bagi jiwa-jiwa yang lemah, penghilang rasa gundah serta menenangkan jiwa dari segala kesedihan. Oleh karenanya, pembiasaan tadarus Al-Qur'an menjadi solusi untuk mengatasi kecemasan belajar yang dihadapi para peserta didik saat ini, khususnya pada remaja awal di RT 06/RW 09 Komplek Pendidikan.



## 2.1 Kerangka Berpikir

### D. Penelitian Terdahulu

Dalam hal ini, peneliti akan mendeskripsikan beberapa penelitian terdahulu yang ada relevansinya dengan judul skripsi ini:

Pertama, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Mohammad Anang Syahroni (2019) dari UIN Sunan Ampel, dengan judul “Pengaruh

Program Pembiasaan Tadarus Alqur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Di SMP Kemala Bhayangkari 1 Surabaya". Hasil penelitian ini menjelaskan; 1) Program pembiasaan tadarus Al-Qur'an pada tingkat kelancaran membaca Al-Qur'an siswa kelas VII tergolong dalam tingkat yang sedang, dapat diketahui dari kategori yang rendah, mencapai nilai 10,26% dengan jumlah 5 siswa, sedangkan dari tingkat kategori sedang mencapai nilai 58,68% dengan jumlah 27 siswa, sedangkan dengan tingkat kategori yang tinggi mencapai nilai 30,43% dengan jumlah 14 siswa. 2) Kecerdasan emosional siswa tergolong dalam tingkat kategori sedang, dapat diketahui dari tingkat kategori yang rendah mencapai nilai 15,20% dengan jumlah 7 siswa, sedangkan dari kategori yang sedang mencapai nilai 56,51% dengan jumlah 26 siswa, sedangkan dengan tingkat kategori yang tinggi mencapai nilai 28,25% dengan jumlah 13 siswa. 3) Pengaruh program pembiasaan tadarus Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional siswa tidak ada pengaruh signifikan atau pengaruh yang positif antara pembiasaan tadarus Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional.

Kedua, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Anapriatin Lukman Fauzi (2016) dari IAIN Purwokerto, dengan judul "Pembiasaan Tadarus Al-Qur'an Di SD Negeri 3 Pasunggingan Kecamatan Pengadegan Kabupaten Purbalingga". Hasil penelitian ini menerangkan;

1) Pembiasaan tadarus Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai materi tambahan atau sebagai penunjang dalam membantu kemampuan siswa khususnya mempelajari baca Al-Qurr'an secara baik dan benar sesuai kaidah tajwid dan makhrajnya. 2) Pelaksanaan tadarus Al-Qur'an dilakukan secara rutin pada hari Senin-Kamis dan secara berkala setiap sebulan sekali guru melakukan evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui perkembangan peserta didik dalam membaca Al-Qur'an. 3) Terdapat lima metode yang dilaksanakan dalam penelitian ini, diantaranya metode Iqro, tanya jawab, drill, demonstrasi, dan sorogan.

Ketiga, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Riri Yusriyyah (2019) dari UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, dengan judul "Implementasi Program Pembiasaan Tadarus Al-Qur'an Siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Jakarta Selatan". Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa implelementasi program pembiasaan tadarus Al-Qur'an di MTs Negeri 2 Jakarta Selatan menghasilkan dampak positif bagi peserta didik, diantaranya menciptakan suasana lingkungan sekolah yang bernuansa Islami dan lebih mencintai Al-Qur'an, semakin disiplin, setelah bertadarus hati menjadi tenang, mudah dalam menghafal dan melantunkan ayat Al-Qur'an, serta dengan diterapkannya program Habitual Curriculum kemampuan membaca Al-Qur'an dan beribadah perlahan mengalami peningkatan. Adapun faktor pendukung dalam

melaksanakan program pembiasaan tadarus Al-Qur'an diantaranya: fasilitas kegiatan yang memadai, adanya motivasi dan perhatian dari dewan guru, kemampuan siswa dalam membaca Al-Qur'an berbeda-beda dan diterapkannya program habitual curriculum. Sedangkan faktor penghambat dalam pelaksanaan kegiatan ini, diantaranya siswa masih kurang dalam berdisiplin, kurang pengawasan lebih, dan kurang menghargai waktu.