

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hingga saat ini pandemi Covid-19 masih ramai diperbincangkan banyak kalangan karena dampaknya yang luar biasa mempengaruhi berbagai aspek kehidupan. Pandemi Covid-19 merupakan bencana yang sangat memprihatinkan bagi seluruh penduduk bumi tidak terkecuali untuk masyarakat Indonesia. Kehidupan seketika berubah dan kegiatan masyarakat di Indonesia menjadi terhambat karena pemerintah dengan segera memerintahkan warganya untuk tetap tinggal di rumah sebagai upaya memutus mata rantai virus Covid-19 ini agar tidak semakin menyebar.

Keadaan ini memberikan dampak juga pada bayi, anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia. Tidak sedikit dari mereka yang merasakan tekanan luar biasa baik itu secara fisik maupun psikis. Perubahan pola hidup yang biasa terbebas dari aturan ketat terutama dalam aturan protokol kesehatan, kini harus menerapkan aturan itu dengan sangat ketat, dan perubahan pola kehidupan lainnya yang berubah pula dikarenakan kondisi pandemi ini.

Namun untuk sebagian orang yang menjadi bagian terberat adalah ketika mereka harus menjaga psikis mereka agar tetap sehat, karena tidak dipungkiri segala aktivitas yang menjadi serba terbatas, lalu adanya aturan tentang diharuskan melakukan karantina dan menjaga jarak, baik secara fisik ataupun emosional yang ada antara keluarga, teman, kerabat hingga anggota eksternal komunitas di tempat

beribadah. Apabila tekanan ini tidak dikendalikan dikhawatirkan akan berdampak negatif pada kesehatan mental. Keadaan ini dipengaruhi oleh ketidakstabilan emosi pada individu ataupun kelompok akibat efek pandemi Covid-19. Dalam hal ini salah satu kalangan yang masih mendominasi dalam masalah mengendalikan emosi atau menurunkan emosi adalah remaja.

Situasi pandemi seperti ini sebenarnya memiliki dampak positif kepada remaja, salah satunya mereka menjadi lebih peduli terhadap kesehatan dan kebersihan. Namun disamping itu dampak negatif dari pandemi ini sangat terasa dan tidak bisa ditolak, seperti tugas yang semakin menumpuk, pembelajaran yang kurang efektif, rasa bosan juga stress yang sering muncul karena terbatasnya aktivitas sehari-hari, tidak bertemu teman, bermalas-malasan, kecanduan gadget, dan lain-lain yang mengakibatkan emosi menjadi tidak stabil.

Antara masa kanak-kanak dan dewasa, ada masa yang disebut masa remaja. Kali ini juga disebut "krisis identitas", dan ditandai dengan sejumlah perkembangan penting, termasuk perolehan pengetahuan praktis dan teoretis, penanaman rasa tanggung jawab sosial, pembentukan seperangkat nilai inti dan norma untuk memandu tindakan seseorang, dan kematangan keyakinan dan praktik keagamaan seseorang. Masa remaja juga dikenal dengan masa pertumbuhan menuju kematangan pikiran, jasmani, seksualitas, dan emosional. Masa-masa dimana masih belum memiliki tempat yang pasti. Tidak tergolong kalangan anak, dan juga tidak tergolong dewasa atau lansia, tetapi berada diantara keduanya, karena masih belum mampu untuk mengatasi fungsi-fungsi psikis ataupun fisiknya.

Permasalahan tentang remaja selalu menarik perhatian, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Karena remaja adalah individu yang sedang beranjak meninggalkan usia anak-anak yang sering dibidang masa tanpa beban atau tanggung jawab yang berarti, menuju usia dewasa yaitu masa dengan tanggung jawab penuh. Usia remaja merupakan usia persiapan untuk menjadi dewasa yang matang juga sehat. Keguncangan emosi, kebingungan sibuk dalam mencari pegangan hidup, mencari ilmu pengetahuan dan keahlian untuk menjadi senjata dalam usia dewasa, hal-hal tersebut tidak bisa terlepas dari masa remaja.

Dalam masa peralihan ini, seringkali remaja memperlihatkan berbagai gejala psikologis yang jadi masalah dalam kehidupannya. Disaat seperti ini remaja memerlukan bimbingan guna untuk mengatur kondisinya baik secara fisik maupun psikis terutama dari orangtua atau keluarganya. Kesulitan yang biasanya dialami oleh remaja adalah menjaga kestabilan emosi.

Emosi yaitu gejala kejiwaan yang dapat dirasakan oleh semua orang, tidak terkecuali bagi remaja. Emosi meliputi perasaan bahagia, sedih, marah, sepi, dan lain sebagainya. Keadaan emosi yang terjadi tidak jarang menimbulkan tekanan psikis yang berakibat pada penurunan kualitas hidup seseorang. Meluapnya emosi yang berlebih seperti marah yang meledak-ledak, atau tiba-tiba menjadi pemurung, bahkan tindakan yang lebih ekstrim lainnya dilakukan hingga berniat mengakhiri hidupnya (bunuh diri).

Beberapa faktor penting memiliki efek langsung atau tidak langsung, bahkan untuk waktu yang cukup lama, termasuk perubahan fisik yang terkait dengan

pubertas dan variabel psikologis yang terkait dengan proses pengelolaan emosi (Hurlock dalam (Ali & Asrori, 2016 : 17)).

Seperti halnya salah satu contoh kasus yang terjadi beberapa bulan lalu mengenai maraknya kasus kekerasan remaja dijalanan hal ini diakibatkan karena para remaja sedang mencoba atau melakukan proses pencarian jati diri sebagaimana yang dilansir oleh penulis dari media online (<https://regional.kompas.com>) Syarkoni, M.Psi., dari RSUD. Siti Fatimah Palembang, Provinsi Sumatera Selatan (Sumsel), menegaskan bahwa masa remaja merupakan masa yang penuh dengan emosi sebagai sarana pembentukan jati diri. Emosi seorang remaja dapat digambarkan mudah terpengaruh atau tidak stabil. Usia ini menunjukkan sikap emosional yang sama panasnya, serta antusias, bersemangat, dan inventif.

Dengan demikian, identitas dan eksistensi kelompok dihasilkan ketika identitas dan eksistensi masing-masing individu menyatu membentuk kelompok. Remaja yang emosinya masih labil akan cepat meradang jika ada yang dianggap mengancam eksistensi kelompoknya. Informasi negatif yang belum tentu akurat akan mudah diterima, dan emosi remaja akan cepat terpicu jika informasi tersebut dirasa mengandung keberadaan teman atau pengelompokan sosial.

Dalam hal ini, beliau berharap peran keluarga, lingkungan, masyarakat, hingga pemerintah agar dimaksimalkan guna menjaga para remaja dari pengaruh tidak baik. Fungsi penting dari keluarga, masyarakat, dan lembaga pendidikan atau sekolah adalah untuk mengajarkan kepada remaja bahwa keberadaan remaja atau

kelompok yang bermasalah akan membawa akibat negatif bagi dirinya dan orang lain.

Menurut Ali dan Asrori (2016 :9), emosi merupakan bagian dari ranah afektif. Emosi memiliki dampak besar pada proses psikososial lainnya, seperti persepsi, reaksi, pemikiran, dan keinginan. Ketika suatu objek disertai dengan perasaan yang menyenangkan, individu akan dapat melakukan pengamatan dan tanggapan positif terhadapnya. Namun, individu akan melakukan pengamatan atau tanggapan negatif terhadap suatu objek jika mereka mengalami emosi negatif terhadapnya. Kestabilan emosi adalah kapasitas individu untuk merespon dengan cepat dan tepat terhadap situasi yang berubah, baik secara teknis maupun non-teknis. Ini menunjukkan bahwa individu tersebut berkembang secara emosional.

Kestabilan emosi juga dipandang sebagai komponen penting dalam kehidupan manusia, khususnya sebagai salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam menentukan kepribadian. Seseorang yang stabil secara emosional memiliki kemampuan untuk menahan penundaan kepuasan kebutuhan, kapasitas untuk menderita ketidakpuasan yang sesuai, keyakinan dalam perencanaan jangka panjang, dan kemampuan untuk menunda atau mengubah ekspektasi dalam situasi stres (Arthur dan Emily,2010 : 18).

Kestabilan emosi ini tidak didapatkan begitu saja, namun perlu dilatih dan dibimbing. Salah satu bentuk bimbingan yang kiranya dapat membantu kestabilan emosi manusia yaitu dengan bimbingan agama, dengan menerapkan nilai-nilai agama dan menjalankan kegiatan keagamaan seperti shalat, mengaji (membaca Al-quran), dzikir, dan lain-lain.

Dalam Islam, beberapa praktik keagamaan bersifat wajib, artinya setiap Muslim harus melakukannya, sementara yang lain tidak wajib (sunnah), diizinkan, dan dilarang. Islam secara aktif menganjurkan pemeluknya untuk beribadah dengan berbagai cara, baik dalam hal ibadah maupun unsur kehidupan lainnya; karenanya, bimbingan dan arahan sangat penting untuk menjadi orang yang lebih baik. Kalaupun diperintahkan oleh agama, tidak jarang anggotanya tidak melakukan perbuatan tersebut.

Secara umum, bimbingan dipahami sebagai suatu proses pemberian dukungan yang tidak logis kepada individu agar mereka dapat memahami dirinya sendiri, mampu membimbing dirinya sendiri, dan bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan kondisi lingkungan pendidikan, keluarga, masyarakat, dan kehidupan pada umumnya (Natawidjaja, 2014 : 31).

Agama dan moralitas memainkan peran penting dalam kehidupan remaja. Agama menawarkan kerangka moral, sehingga individu dapat membandingkan tindakan mereka, seperti dicatat oleh Adam dan Gullota. Selain itu, agama dapat menjelaskan mengapa makhluk hidup dibentuk, memantapkan perilaku, dan memberikan rasa aman, khususnya bagi remaja yang sedang mencari keberadaannya sendiri (Mar'at, 2013 : 208).

Beberapa remaja yang dapat mengendalikan emosi dengan baik, merupakan suatu pencapaian yang baik bagi kematangan kepribadiannya, namun masih banyak remaja yang masih belum dapat mengontrol emosinya dengan baik hal ini menjadikan mereka berada dalam kondisi terpuruk karena tidak dapat membendung tekanan emosi yang dialaminya. Dalam mengantisipasi hal nuruk ini,

maka dibutuhkan cara atau langkah-langkah yang tepat. Salah satunya dengan adalah dengan memberi pondasi ilmu keagamaan yang baik. Agama diyakini dapat menjadi pelindung penganutnya dari berbagai tekanan emosi dan gangguan kejiwaan, karena selain sebagai pegangan atau pedoman bagi penganutnya, agama memiliki fungsi lain yaitu sebagai alat terapi kejiwaan dengan cara melakukan kegiatan bimbingan agama.

Bimbingan agama juga seharusnya disesuaikan dengan keadaan psikologis remaja, sehingga bimbingan yang diberikan tepat sasaran dan dapat dipahami dengan baik. Contohnya berkenaan dalam meningkatkan hasrat, peduli dengan diri sendiri, memahami poin-poin ketakwaan, kesabaran, akhlakul karimah dan membangun hal positif yang ada pada diri remaja. Tujuan bimbingan agama yaitu sebagai sarana terapi yang dapat mengembangkan dan meningkatkan pemahaman diri (individu ataupun kelompok) tentang kebenaran nilai dan pandangan hidup Islami yang baik dan sesuai sehingga terjadi proses penerapan ajaran-ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari dan terhindarkannya individu dari berbagai permasalahan kehidupan yang dihadapinya.

Disamping itu, peran agama dalam penanganan Covid-19 dipandang berperan sangat penting baik untuk menanggulangi maupun untuk mengurangi jiwa stress kepada remaja sehingga dapat mempengaruhi kestabilan emosi mereka. Dengan adanya bimbingan agama, remaja akan lebih dapat mendekatkan diri kepada Tuhan. Hal ini dapat terlihat dari bagaimana kebiasaan yang mulai dilakukan para remaja, sebagaimana yang dijelaskan dalam teori behavioristik di dalam pendekatan psikologi ini mengutamakan pengamatan tingkah laku dalam

mempelajari individu dan bukan mengamati bagian dalam tubuh atau mencermati penilaian orang tentang penasarannya. Behaviorisme menginginkan psikologi sebagai pengetahuan yang ilmiah, yang dapat diamati secara obyektif. Data yang didapat dari observasi diri dan intropeksi diri dianggap tidak obyektif. Jika ingin menelaah kejiwaan manusia, amatilah perilaku yang muncul, maka akan memperoleh data yang dapat dipertanggungjawabkan keilmiahannya (Desmita, 2011 : 44).

Berdasarkan studi awal mengenai kehidupan remaja di Pondok Pesantren Sukahideng Tasikmalaya, masih banyak remaja yang memerlukan bimbingan dalam menurunkan tingkat emosional yang terdapat dalam dirinya terutama dimasa pandemi saat ini. Hal ini dibuktikan dengan beberapa fenomena yang penulis temukan di lapangan, diantaranya masih banyak belum bisa mengendalikan dirinya dari berbagai perubahan pola kebiasaan secara drastis yang terjadi di pesantren, kemelut emosi yang tidak stabil juga kurangnya apresiasi bagi diri sendiri bahkan orang lain, terlebih dimasa pandemi dimana mereka tidak bisa bertemu keluarga dan banyak kegiatan yang dilakukan secara terbatas. Hal ini dikarenakan oleh minimnya pemahaman para remaja dalam mengontrol emosi juga mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik. Oleh karena itu, penting sekali untuk remaja di pondok pesantren tersebut, diberikan pemahaman yang lebih dengan melakukan bimbingan agar santri remaja dapat beradaptasi dengan baik sehingga dapat menstabilkan atau menurunkan tingkat emosional dalam dirinya agar menjadi lebih baik lagi. Penulis berharap dengan adanya penerapan nilai ajaran agama melalui cara bimbingan agama pada remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Sukahideng

mampu menjaga kestabilan emosionalnya sehingga dapat mengendalikan dirinya dalam berbagai kondisi dan melaluinya dengan baik.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan tinjauan dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah utama dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bimbingan agama di Pondok Pesantren Sukahideng?
2. Bagaimana kestabilan emosi remaja di Pondok Pesantren Sukahideng?
3. Bagaimana pengaruh bimbingan agama yang diberikan dalam menjaga dan meningkatkan kestabilan emosi pada remaja di Pondok Pesantren Sukahideng pada masa pandemi Covid-19?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan uraian rumusan masalah diatas, untuk mengkaji peran bimbingan agama dalam menjaga dan meningkatkan kestabilan emosi remaja pada masa pandemi di Pondok Pesantren Sukahideng, yang meliputi:

1. Untuk mengetahui bimbingan agama di Pondok Pesantren Sukahideng.
2. Untuk mengetahui kestabilan emosi remaja di Pondok Pesantren Sukahideng.
3. Untuk mengetahui pengaruh bimbingan agama yang diberikan dalam menjaga dan meningkatkan kestabilan emosi pada remaja di Pondok Pesantren Sukahideng pada masa pandemi Covid-19.

D. Kegunaan Penelitian

Kontribusi dan manfaat teoretis dan praktis dari temuan penelitian ini terhadap masalah-masalah sosial, khususnya yang mempengaruhi remaja, adalah sebagai berikut:

1. Secara akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan nasehat-nasehat keagamaan untuk meningkatkan kestabilan emosi remaja, dan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Manfaat bagi pihak Pondok Pesantren Sukahideng, temuan penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman untuk mengevaluasi pembekalan pelajaran agama dalam rangka menjaga dan meningkatkan kestabilan emosi remaja.
- b. Manfaat bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan apabila penulis kemudian aktif dalam dunia konseling khususnya dalam bidang pengobatan yang akan memberikan pengalaman bagi mereka.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Peneliti mengumpulkan beberapa penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan penelitian ini sebagai dasar pemikiran atau penemuan, yang kemudian digunakan sebagai informasi tambahan, masukan, dan referensi pendukung untuk memperkuat teori penelitian ini. Untuk mengidentifikasi penelitian penulis dari penelitian sebelumnya dilakukan. Analisis masalah sebelumnya adalah sebagai berikut:

1. Fadhillah, Harris (2016) Pengaruh Bacaan Al Quran Terhadap Stabilitas Emosi Siswa Kelas XI SMA IT Abu Bakar Yogyakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana membaca Alquran mempengaruhi

kestabilan emosi. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif untuk menyelidikannya. Hasil pengujian menunjukkan bahwa membaca Alquran berpengaruh terhadap kestabilan emosi siswa SMA IT Abu Bakar Yogyakarta kelas XI.

2. Anwar, Ahdani Samsul, (2020). Bimbingan Agama Dalam Mengurangi Perilaku Agresif Remaja Di Balai Rehabilitasi Sosial Anak Handayani Jakarta (BRSAMPK). Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif, prosedur pengumpulan data dengan analisis, wawancara, dan dokumentasi, metodologi penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pelajaran agama dapat meminimalisir perilaku agresif remaja di Balai Rehabilitasi Sosial Anak (BRSAMPK) Handayani Jakarta berdasarkan kualitas ibadah mereka dan perilaku penerima manfaat yang terus membaik. Metodologi yang digunakan adalah diskusi ceramah dan pengajaran langsung. Adapun materi pelajaran agama yang diberikan antara lain: Ilmu Tauhid, Ilmu Akhlak, Ilmu Fiqh Muamalah, Membaca Al Quran, dan Amalan Sholat.
3. Nurmayasari, (2018). Pengaruh Bimbingan Keagamaan Terhadap Kesadaran Beragama Narapidana di Lapas Kelas IIA Salemba Jakarta Pusat. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian survei merupakan metodologi yang digunakan dalam penelitian ini. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh pembinaan agama terhadap kesadaran beragama di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Salemba Jakarta Pusat adalah positif dan signifikan. Hal ini dikarenakan responden memahami materi

bimbingan agama Kognitif, Afektif, dan Psikomotorik yang disampaikan oleh penasehat agama dan ustadz.

4. Hariyanto, udy (2015). Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kesehatan Jiwa Jemaah Jemaah Rasulullah di Pancoran Jakarta Selatan. Tesis ini menggunakan strategi kuantitatif untuk metodologi penelitiannya. Investigasi ini adalah contoh penelitian survei. Bimbingan Agama memiliki dampak yang cukup besar terhadap Kesehatan Mental anggota majelis Rasulullah SAW, menurut hasil pengujian.
5. Mawaddah, Maziyyatul Wardah Al (2021). Proses Layanan Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mengatasi Perasaan Stres Pada Santri Akibat Isolasi COVID-19 di Pondok Pesantren Qomaruddin Gresik. Penelitian studi kasus digunakan untuk melakukan penelitian kualitatif, deskriptif, berbasis studi kasus. Observasi, wawancara, dan dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data. Kesimpulannya, proses layanan bimbingan dan konseling Islam di Pondok Pesantren Qomaruddin terdiri dari layanan orientasi yang dikenal dengan MATSABA (Masa Taaruf Santri Baru), layanan penempatan yang diterapkan pada kegiatan ekstrakurikuler, dan konseling individu. Dilihat dari minimnya siswa yang keluar selama masa isolasi, efeknya adalah peningkatan pesan stres yang dikirimkan kepada siswa.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang hanya mengukur pengaruh tuntunan agama terhadap kestabilan emosi remaja, lokasi penelitian, dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif peneliti

regresi linier sederhana dengan desain studi kasus one shot dan pre-test pada awal penelitian.

F. Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran adalah model konseptual yang dimanfaatkan sebagai teori yang ada kaitannya dengan beberapa faktor yang diidentifikasi sebagai masalah penting.

1. Variabel Penelitian

Variabel-variabel penelitian terdiri atas variabel bebas (*Independent*) dan variabel terikat (*Dependent*).

- a. Variabel Bebas (*Independent*) : Bimbingan Agama
- b. Variabel Terikat (*Dependent*) : Kestabilan Emosi Remaja

2. Definisi Operasional

Secara etimologis, bimbingan berasal dari kata “Bimbingan” yang mengandung arti mengarahkan, membimbing, menuntun, atau membantu. Secara umum, membimbing adalah sarana membantu individu dalam usahanya untuk menciptakan dan menumbuhkan keterampilan untuk mencapai pemenuhan pribadi dan manfaat sosial (Hellen, 2015 : 3).

Bimbingan adalah proses membantu individu dalam membuat dan melaksanakan keputusan yang bijak untuk mengembangkan kapasitasnya menjadi lebih baik dan lebih berguna. Individu dibantu dalam memilih jalan yang baik untuk kehidupan mereka, terutama untuk masa depan (Walgito, 2016 : 5).

Secara umum, membimbing adalah pemberian bantuan atau dukungan. Yang merupakan aspek utama dari bimbingan. Arah adalah uluran tangan. Artinya

kewajiban nasehat harus dilaksanakan secara aktif guna memberikan pengarahan yang baik bagi individu penerima bimbingan. “Nasihat agama Islam adalah proses pemberian pertolongan kepada individu agar diingatkan kembali akan keberadaannya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa hidup sesuai dengan ketentuan dan perintah Allah guna mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat” (Faqih, 2017 : 11).

Sedangkan menurut M. Arifin (2015, : 28), bimbingan agama Islam adalah berbagai metode untuk membantu setiap individu yang menghadapi masalah dalam hidupnya sehingga ia dapat mengatasi setiap hambatan yang dihadapinya, sehingga meningkatkan peluangnya untuk mengalami kebahagiaan sekarang maupun masa depan. Prinsip tuntunan agama adalah:

- a. Asas fitrah, yaitu hakikatnya setiap individu telah memiliki potensi diri yang menjadi naluri untuk mengutamakan Allah SWT, dengan begitu adanya bimbingan agama dapat membuat individu memaknai dan mendalaminya disetiap waktunya.
- b. Asas kebahagiaan dunia dan akhirat, tuntunan Islam memungkinkan manusia memahami tujuan hidupnya, yaitu berserah diri kepada Allah SWT. Mewujudkan tujuan akhir manusia, yaitu mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.
- c. Asas mau'idah hasanah, dari beberapa sumber pendukung yang dapat diterima dan efektif, karena jika dilakukan dengan teknik yang baik, hal-hal positif juga akan tertanam dalam pikiran orang yang diarahkan.

Tujuan bimbingan agama islam yaitu membuat sadar bahwa setiap individu atau makhluk hidup di dunia akan menghadapi berbagai permasalahan, namun setiap permasalahan memiliki solusinya yang harus dicari agar dapat mengatasi permasalahannya, dan secara tidak langsung menyadarkan bahwa setiap individu berkemampuan untuk dapat menyelesaikan permasalahannya dan meyakini bahwa yang menjadi penolong utama dari setiap masalah yang dihadapi tidak lain hanyalah Allah SWT (Saepulrohim, 2016 : 7).

Fungsi bimbingan keagamaan menurut pendapat Mu'awanah (2009 : 71) yaitu pertama ada fungsi preventif atau pencegahan, yaitu menangkal timbulnya masalah pada seseorang. Kedua, fungsi kuratif, yang terdiri dari membantu individu mengatasi masalah mereka. Terakhir, tujuan pelestarian dan devaluasi adalah untuk mencegah kondisi yang tidak menguntungkan menjadi menguntungkan, sekaligus meningkatkan kondisi yang menguntungkan untuk menjadikannya lebih baik.

Setiap individu membutuhkan pengajaran agar memiliki sikap religius yang sesuai dengan apa yang diajarkan Islam. Keterkaitan antara ketiga unsur atau komponen tersebut dapat ditelaah untuk menentukan pola pikir tersebut. Bagian afektif pertama dicontohkan oleh pengalaman akan Tuhan, sentimen religius, dan keinginan akan Tuhan. Bagian kognitif hadir baik dalam keyakinan maupun keyakinan. Terakhir, ketiga unsur psikomotor tersebut dicermati dalam perilaku keagamaan berdampingan dengan berbagai persoalan yang berkaitan dengan agama.

Pada akhirnya, hal ini tidak ditentukan oleh waktu yang singkat tetapi oleh suatu proses, karena sikap dibentuk oleh hasil belajar dari pertemuan dan pengalaman keagamaan (Jallaludin, 2016 : 216). Fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa disebut remaja. Anak-anak memiliki masa pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis selama ini. Mereka bukan lagi anak-anak, sebagaimana dibuktikan oleh fisik, cara berpikir dan perilaku mereka, tetapi mereka juga bukan orang dewasa yang berkembang sepenuhnya. Remaja awal berusia antara 12 hingga 18 tahun, sedangkan remaja akhir berusia antara 18 hingga 22 tahun. 12-21 tahun untuk perempuan dan 13-22 tahun untuk laki-laki. Seseorang dianggap dewasa di bawah hukum ketika dia mencapai usia 18 tahun, sedangkan anak muda biasanya di sekolah menengah (Ansori, 2014 : 9).

Masa remaja merupakan masa pembentukan identitas pribadi dan agama. Antara usia 13 dan 18, remaja mulai lebih eksplisit mengartikulasikan perasaan mereka tentang siapa mereka, termasuk bagaimana mereka berhubungan dengan orang tua dan teman sebayanya (Sarwono, 2015). Tahap transisi seseorang dari perkembangan fisik dan mental manusia yang terjadi antara masa kanak-kanak dewasa. Transisi ini melibatkan perubahan biologis, sosial, dan psikologis, meskipun perubahan biologis dan psikologis paling mudah diukur secara objektif. Ini adalah waktu kesempatan dalam kehidupan individu ketika dia belajar membuat pilihan berdasarkan pengalaman, keterampilan dan nilai yang dikumpulkan dalam periode ini. Banyak anak mengumumkan awal masa remaja dengan perubahan perilaku yang dramatis.

Ciri-ciri kejiwaan remaja yang emosinya dalam keadaan tidak stabil, yaitu mudah terbawa situasi yang merasa bahwa dirinya harus terlibat dan cenderung ke arah yang ekstrim atau hal negatif, bersemangat, gampang tersinggung dan perhatiannya terpusat pada dirinya atau muncul sifat egois. Adapun secara umum ciri remaja ialah dimana rasa gundah atau gelisah menguasai dirinya, karena terjadi pertentangan dalam diri, lalu ada rasa ingin mencoba segala hal yang belum diketahuinya serta menjelajah ke alam sekitar yang lebih luas lagi, senang berkhayal, dan melakukan kegiatan bersama kelompok (Fatimah, 2016 : 172).

Hal-hal tersebut tentunya menjadi tantangan tersendiri dan masa-masa yang harus dilewati oleh remaja, tentunya hal ini mengakibatkan tidak stabilnya emosi yang dimiliki. Emosi telah mengandung unsur perasaan yang mendalam (intense). Emosi berasal dari kata "*emotus*" atau "*emouvoir*", "kegembiraan" dari bahasa latin "*emovere*" dari e (jenis eks-) "luar" dan mover yang berarti bergerak mendorong sesuatu muncul dalam diri manusia. Gejala psikis terjadi karena adanya penyesuaian pada saat menghadapi situasi tertentu yang menyebabkan emosi. (Jallaludin, 2015 : 53). Ketegangan sebanding dengan emosi. Ketegangan emosional adalah gejala emosional jiwa manusia yang dinilai secara subyektif yang secara langsung dipengaruhi oleh gejala pengetahuan diri. Pada kenyataannya, baik bentuk maupun intensitas emosi tidak konstan (Fauzan, (2016 : 54)).

Dalam konteks dakwah Islam, stress emosional adalah keadaan jiwa individu yang meliputi perasaan sedih, depresi, syahwat, dan durhaka kepada perintah Allah. Menurut al-Ghazali dkk, emosi adalah keadaan kecemasan atau segala

sesuatu yang tidak tenang dan kuat untuk dirasakan. Keadaan seperti ini adalah akibat dari keterpisahan diri dari Allah SWT, karena seluruh kehidupan berpusat pada pemuasan nafsu, dan akibatnya, bukan kenikmatan atau ketenangan pikiran yang tercapai, melainkan ketegangan dan tekanan mental yang intens.

Dalam Al-Qur'an, kemarahan ditunjukkan dengan menghilangkan berbagai hambatan yang menghalangi kepuasan atau pencapaian, baik itu kondisi pribadi, materi, atau lainnya. Seringkali, seseorang melampiaskan amarahnya kepada orang lain yang tidak ada hubungannya dengan tujuan yang digagalkan atau faktor yang menimbulkan perasaan marah. Reaksi psikologis ini dikenal sebagai keinginan (Marlyani, 2019 : 223).

Selain itu, manusia juga mempunyai emosi benci dan cinta. Emosi benci adalah respon yang menunjukkan tidak suka terhadap sesuatu sehingga membuat reaksi untuk menghindari permasalahan yang dapat memicu perasaan tersebut. Sedangkan emosi cinta yaitu kebalikan dari emosi benci. Cinta berperan utama pada kehidupan manusia. Cinta kepada Allah SWT adalah cinta manusia yang sangat tinggi, dengan kita selalu mengingat Allah disetiap saat, hal ini guna menjaga dan memelihara diri dari kegagalan juga kecemasan (Najati, 2017 : 120).

Emosi adalah fenomena multifaset, melibatkan perubahan pengalaman subjektif, perilaku, dan fisiologi. Istilah "mempengaruhi" dan "emosi" sering digunakan secara bergantian dalam literatur; demi kesederhanaan, kami menggunakan istilah "emosi" secara keseluruhan. Representasi mental inti dari emosi melibatkan rasa kesenangan, dalam kasus emosi positif, atau ketidaksenangan, dalam kasus emosi negatif. Emosi negatif dan positif adalah

konstruksi independen dan dapat dibedakan lebih lanjut menjadi representasi emosi yang lebih kompleks, termasuk kesedihan, kemarahan, ketenangan, dan kegembiraan. Emosi kompleks ini dapat bervariasi dalam berbagai aspek, termasuk gairah, serta konten relasional dan situasional.

Kestabilan emosi, didefinisikan sebagai keadaan yang tidak mudah dipengaruhi atau diganggu oleh faktor lain, seimbang dan mampu menangani situasi apa pun dengan keadaan emosi yang sama (Sharma, 2017). Kestabilan emosi adalah keadaan dimana individu dapat melakukan kontrol atas respon emosionalnya, sehingga emosi yang ditampilkan sesuai dan mereka dapat merespon dengan tepat terhadap rangsangan seperti tekanan. Kestabilan emosi memungkinkan individu untuk mengatur keadaan emosinya agar tidak berubah secara drastis dari satu saat ke saat berikutnya, sehingga lebih mudah untuk tampil ketika menghadapi masalah yang bervariasi (Riadi, 2020 : 1).

Kestabilan emosi merupakan salah satu indikator kestabilan emosi. Individu dengan emosi yang matang akan memberikan efek berupa reaksi emosi yang stabil dan tidak mudah dipengaruhi oleh keadaan yang berbeda. Emosi positif meliputi hidup dalam damai, tidak mudah dikalahkan, cemas, tertekan, jengkel, atau iri hati.

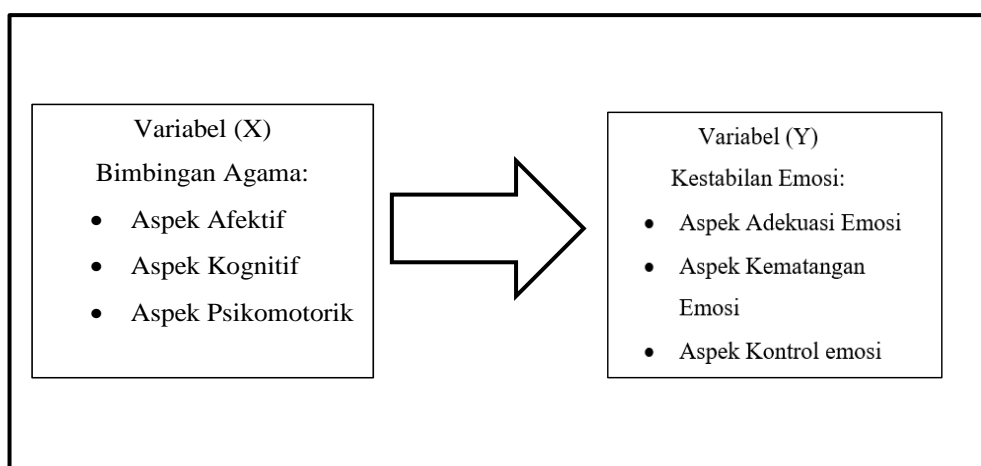
Untuk mendapatkan kestabilan emosi, individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu cara mendidik orangtua, kemampuan mengenal dan menerima diri sendiri, ungkapan hati, dan pengembangan diri (Irma, 2013 : 4).

Adapun yang menjadi aspek dalam kestabilan emosi yang juga didukung oleh kesehatan dan penyesuaian emosi diantaranya adalah pertama, aspek Adekuasi Emosi didalam aspek ini berhubungan dengan reaksi emosi yang tidak ditahan

ataupun dihilangkan terhadap respon emosi yang timbul. Kedua, aspek Kematangan Emosi berhubungan dengan penyesuaian, dimana individu dapat menyesuaikan dengan kondisi yang sedang dialaminya sehingga tidak merasa gelisah ataupun merasa khawatir. Ketiga, aspek Kontrol emosi yaitu dimana individu dapat mengendalikan dirinya dan menghadapi dengan sikap yang rasional. Hal ini sangat penting agar terwujud kematangan, penyesuaian, dan kesehatan mental individu (Dewi, 2010 : 6).

Kestabilan emosi memiliki karakteristik diantaranya adalah yakin terhadap kemampuan diri dan bersungguh-sungguh dalam melakukan sesuatu, optimis selalu berhusnudzon (berprasangka baik) setiap menghadapi berbagai hal tentang diri, objektif dalam bersikap, bertanggungjawab atas apa yang telah dilakukan dengan segala konsekuensi yang akan diterima, dan terakhir adalah rasional dan realistis segala sesuatu dapat diterima akal sehat dan sesuai dengan fakta yang ada.

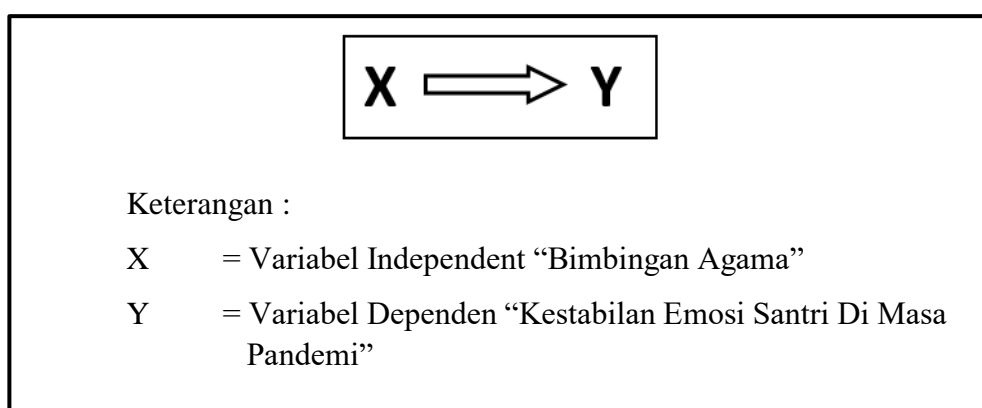
Hubungannya dengan penelitian ini, indikator yang digunakan oleh peneliti dalam bimbingan agama dan kestabilan emosi adalah aspek-aspek bimbingan agama dan kestabilan emosi. Kemudian berdasarkan kerangka berpikir yang telah dijelaskan diatas, untuk penelitian ini diambil materi tersebut untuk mengetahui pengaruh Bimbingan Agama terhadap Kestabilan Emosi Remaja, seperti yang digambarkan dibawah ini :



Gambar 1 Deskripsi Penelitian

a. Desain penelitian

Desain Penelitian *One-shot case study* adalah seperti ini :



Gambar 2 Desain Penelitian

G. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2018 : 10), “hipotesis adalah jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian, oleh karena itu, rumusan masalah penelitian biasanya disajikan sebagai frase pertanyaan.”

Sedangkan menurut Umar (2014 : 104), hipotesis adalah penelitian singkat yang dimaksudkan untuk menjelaskan sesuatu dan juga dapat memandu penyelidikan di masa depan. Berdasarkan uraian kerangka kerja yang diberikan di atas, ada dua faktor yang akan dibahas dalam penelitian ini:

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel independen adalah variabel yang “mempengaruhi atau menyebabkan perubahan atau perkembangan variabel dependen (terikat)”, sebagaimana

didefinisikan oleh Sugiyono (2018 : 68). Oleh karena itu, Bimbingan Agama menjadi faktor utama dalam penyelidikan kami (X).

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Karena ada variabel bebas, maka variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, tulis Sugiyono (2018 : 68). Disini “Stabilitas Emosi Remaja Pada Masa Pandemi di Pondok Pesantren Sukahideng” (Y) sebagai variabel dependen penelitian. Untuk penelitian ini hipotesis dibagi dua yaitu hipotesis kerja (H_a) dan hipotesis nol (H_0).

Berdasar pada teori yang telah diuraikan, maka hipotesis pada penelitian ini dirumuskan:

Hipotesis nol (H_0) : “Bimbingan Agama tidak berpengaruh terhadap kestabilan emosi remaja”

Hipotesis kerja (H_a) : “Bimbingan Agama berpengaruh terhadap kestabilan emosi remaja”.



H. Langkah-langkah Penelitian

Adapun langkah-langkah penelitian yang dilakukan penulis adalah sebagai berikut:

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Sukahideng, Sukarapih, Kec. Sukarame, Kabupaten Tasikmalaya, Jawa Barat-46461. Yang menjadi alasan peneliti melakukan penelitian di lokasi ini, berdasarkan domisili tempat tinggal

peneliti dengan tempat tersebut yang cukup dekat dengan begitu mempermudah kegiatan penelitian dan para remaja yang tinggal di lokasi penelitian ini mempunyai latar belakang dan budaya yang berbeda yang tentunya berpengaruh pada cara pengelolaan emosi yang dimiliki para remaja tersebut. Selain itu pondok pesantren Sukahideng berfokus pada aktifitas keagamaan yang sama dengan kriteria objek penelitian yang hendak dilakukan.

2. Paradigma dan Pendekatan

Paradigma penelitian merupakan pola pikir atau cara pandang tentang seluruh cara, bentuk, dan hasil penelitian. Adapun jenisnya diantaranya yaitu positivis, interpretif, dan kritis (Muslim, 2015/2016 : 78).

Paradigma pada penelitian dini menggunakan paradigma *positivistic*. Pandangan paradigma ini berdasarkan pada norma-norma juga cara-cara yang baku, ilmu dianggap deduktif, berjalan dari hal yang umum dan bersifat abstrak menuju konkrit dan bersifat spesifik, ilmu dianggap nomotetik, yaitu didasarkan pada norma-norma yang kausal yang universal dan melibatkan sejumlah variabel. (Muslim, 2015/2016 : 78).

Paradigma *positivistic* berpandangan bahwa peristiwa atau ilmu dapat ditafsirkan dalam angka menggunakan rumusan yang baku, terdapat pola teratur juga dapat dipelajari. Dengan ini maka pendekatan yang digunakan pendekatan kuantitatif, yaitu salah satu usaha pencarian ilmiah (*scientific inquiry*) yang berdasar pada filsafat positivisme logikal (*logical positivism*) yang berjalan dengan kaidah-kaidah yang ketat tentang logik, kebenaran, terakhir prediksi (Watson, 2002). Fokus penelitian kuantitatif yaitu cara kerja yang berlangsung secara

singkat, terbatas dan memilih permasalahan menjadi bagian yang dapat diukur atau diinterpretasikan dalam angka.

3. Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian adalah kumpulan pengetahuan yang menggambarkan atau menjelaskan bagaimana melakukan penelitian yang beralasan secara ilmiah. Juga diakui sebagai metode ilmiah untuk mengumpulkan data dengan maksud dan tujuan tertentu. Sugiyono (2018 : 1)

Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif adalah dua jenis metodologi penelitian (Sugiyono, 2018 : 15 dan 19):

- a. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian berdasarkan filosofi positivisme, yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu; pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian; dan analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk mendeskripsikan dan mengevaluasi hipotesis yang telah ditetapkan
- b. Metode Penelitian Kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan filosofi postpositivisme, digunakan untuk penelitian pada kondisi objek yang alamiah (berlawanan dengan eksperimen), dimana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan dengan triangulasi (gabungan), analisis data adalah induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada pemahaman makna, dan mengkonstruksi fenomena daripada generalisasi

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu metode dari statistika yang datanya berupa angka-angka, sehingga prosesnya memiliki kaidah-kaidah

ilmiah yang konkrit, dapat diamati, dapat dihitung, objektif, logis, dan sistematis. (Sugiono, 2018 : 10).

Proses ini dimulai dengan pengumpulan, analisis, dan interpretasi data. Deskriptif kuantitatif digunakan untuk menggambarkan atau meringkas data yang telah diperoleh tanpa maksud untuk menarik kesimpulan atau generalisasi yang luas. (Siyoto dan Ali, 2015 : 111).

Regresi linier sederhana kuantitatif digunakan, bersama dengan desain one-shot study case dan pretest diberikan pada awal penelitian (Arikunto, 2010).

Desain *One-shot case study* seperti berikut :



Figure 2 One Shot Case Study

Keterangan:

X = Perlakuan yang diberikan Variabel Independent “Bimbingan Agama”

O = Observasi Variabel Dependent “Kestabilan Emosi Santri Di Masa pandemi”

4. Jenis Data dan Sumber Data

Adapun jenis data dan sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Jenis data

Penelitian ini menggunakan jenis data kuantitatif. Data kuantitatif yaitu data yang berbentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan/*scoring*. Data kuantitatif berupa angka-angka hasil pengolahan kuisioner yang disebarkan kepada remaja di Pondok Pesantren Sukahideng (Sugiyono, 2018 : 10).

Penelitian ini membutuhkan data-data sebagai berikut:

- 1) Aktifitas bimbingan agama di Pondok Pesantren Sukahideng.
- 2) Pengaruh bimbingan agama terhadap kestabilan emosi remaja di Pondok Pesantren Sukahideng

b. Sumber Data

Adapun sumber data yang dibutuhkan diantaranya:

1) Sumber Data Primer

Data primer yaitu data yang didapatkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya (Siyoto dan Ali, 2015 : 67-68).

Sumber data utama yang diperoleh dari lokasi objek penelitian.

2) Sumber Data Sekunder

Data sekunder ialah data yang didapatkan oleh peneliti dari berbagai sumber yang telah ada seperti buku, jurnal, juga artikel (Siyoto dan Ali, 2015 : 68).

5. Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel yang didapatkan penulis adalah sebagai berikut:

a. Populasi

Menurut Sugiyono (2018 : 136) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya.

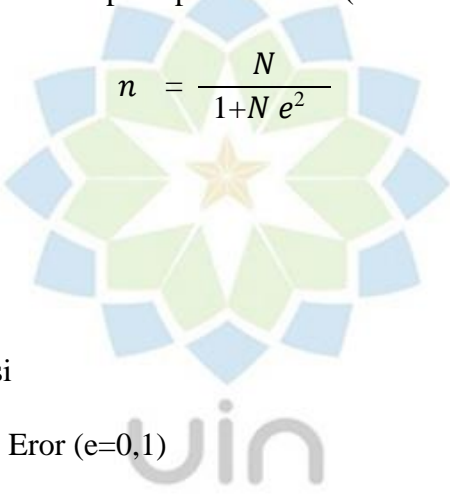
Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kuantitas juga karakteristik tertentu yang diterapkan oleh penlit

untuk dipelajari yang kemudian diambil kesimpulannya. (Siyoto dan Ali, 2015 : 63).

Populasi dari penelitian ini berjumlah 2.609 orang.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian anggota populasi yang memberikan keterangan atau data yang diperlukan dalam suatu penelitian. (Asmaul dan Budi, 2017 : 100) Peneliti mengambil sampel untuk mewakili populasi tersebut, dengan menggunakan rumus slovin pada penelitian ini. (Amirullah, 2015 : 76).



$$n = \frac{N}{1 + N e^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

e = Batas Toleransi Error ($e=0,1$)

Populasi dalam penelitian ini adalah 2.609 orang. Toleransi yang dipilih adalah 10%. Maka sampel berdasarkan rumus Solvin adalah:

$$n = \frac{N}{1 + N e^2}$$

$$n = \frac{2.609}{1 + 2.609(0,1)^2}$$

$$n = 96,31$$

Jumlah sampel penelitian ini adalah sekitar 96 orang (dibulatkan). Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah prosedur *random sampling*, langsung di mana individu dipilih secara acak tanpa memperhatikan

keanggotaan kelompok atau karakteristik demografis lainnya (Sugiyono, 2018 : 82).

Remaja yang terlibat dalam kegiatan bimbingan diidentifikasi sebagai perwakilan oleh peneliti.

6. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti dalam memperoleh data ini, menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu:

a. Angket

Angket adalah daftar yang berisikan suatu pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan hal yang akan diteliti. Untuk mendapatkan data yang diperlukan angket disebarakan kepada responden atau *sampling*. Yang kemudian harus diisi oleh remaja yang sedang mengikuti bimbingan agama (mondok) di Pondok Pesantren Sukahideng. Pernyataan-pernyataan yang diajukan mengenai bimbingan agama dan kestabilan emosi mereka setelah melakukan aktifitas bimbingan. Angket yang diberikan yaitu angket tertutup pernyataan skala bertingkat likert. Pendapat seseorang atau kelompok terhadap suatu peristiwa atau fenomena sosial dapat diukur dengan menggunakan skala Likert. “Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok individu tentang fenomena sosial,” tulis Sugiyono (2018 : 158).

Ada 5 (lima) kemungkinan jawaban untuk setiap pertanyaan dalam survei, dan disajikan secara hierarkis dengan bobot sebagai berikut:

Tabel 1.1 Skala Penilaian Untuk Jawaban Kuesioner

| No. | Keterangan | Skor Positif |
|-----|---------------------------|--------------|
| 1. | Sangat Setuju (SS) | 5 |
| 2. | Setuju (S) | 4 |
| 3. | Netral (N) | 3 |
| 4. | Tidak Setuju (TS) | 2 |
| 5. | Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 |

Sumber Sugiyono, 2018 : 191

Responden diberi kuesioner yang terdiri dari pernyataan dan diminta untuk menunjukkan tingkat persetujuan mereka dengan pernyataan menggunakan skala Likert. Variabel penelitian mengacu pada pertanyaan yang diajukan atau kode yang digunakan dalam penelitian dan sering didefinisikan oleh peneliti.

7. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

a. Validitas Instrumen

Uji validitas dilakukan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuisoner. Apabila pernyataan-pernyataan dalam kuesioner dapat memberikan penjelasan terhadap variabel yang akan dinilai, maka kuesioner tersebut dapat dianggap valid. Nilai $df = n - 2$ digunakan untuk melakukan uji validitas.

b. Reliabilitas Instrumen

Langkah ini dilakukan untuk memastikan bahwa nilai yang diukur stabil (konstan) saat diukur kembali. Alpha Cronbach digunakan dalam penilaian ini untuk mengidentifikasi tanda-tanda lagging. Pernyataan Suliyanto (2018 : 264) bahwa rumus Cronbach Alpha dapat digunakan untuk menilai reliabilitas sebagai dasar perhitungan nilai dependabilitas instrumen.

$$\alpha = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(\frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan :

α = koefisien Alpha Cronbach.

k = jumlah butir pertanyaan.

$\sum \sigma_b^2$ = jumlah varian butir.

σ_t^2 = jumlah varian total

Kriteria:

Instrumen dinyatakan reliabel, jika r hitung $\geq r$ tabel, dan instrumen dinyatakan tidak reliabel, jika r hitung $< r$ tabel. Suatu Variabel dinyatakan reliabel jika menghasilkan nilai *Alpha Cronbach* > 0.60 .

Menurut Sugiyono (2018 : 257) untuk dapat memberi interpretasi terhadap kuatnya hubungan itu, maka dapat digunakan pedoman seperti pada tabel berikut:



Tabel 1.2 Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

| Interval Koefisien | Tingkat Hubungan |
|--------------------|------------------|
| 0,00-0,199 | Sangat Rendah |
| 0,20-0,399 | Rendah |
| 0,40-0,599 | Sedang |
| 0,60-0,799 | Kuat |
| 0,80-1,000 | Sangat Kuat |

Sumber: Sugiyono (2018 : 274)

Peneliti menggunakan alat ukur SPSS Versi 25.0 dan MS. EXCEL 2016 untuk melihat validitas dan reliabilitas kuisioner yang dibuat.

8. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah sebuah langkah yang diambil oleh peneliti untuk mendapatkan hasil atau kesimpulan dari penelitian dalam penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan adalah statistik sebagai alat bantu untuk mengetahui hasil penelitian.

a. Regresi Linier Sederhana

Penelitian ini menggunakan teknik Regresi Linier Sederhana untuk analisisnya. Analisis/uji regresi adalah pengujian hubungan antara satu variabel, variabel yang dijelaskan, dan satu atau lebih variabel, variabel yang dijelaskan (explanatory variable). Analisis regresi sederhana bertujuan untuk mengetahui pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Dalam analisis regresi, variabel yang mempengaruhi disebut sebagai variabel bebas atau variable independent, dan variabel yang dipengaruhi disebut sebagai variabel terikat atau variabel dependen. Berhasil atau tidaknya penelitian akan ditentukan oleh hasil perhitungan analisis/uji regresi yang akan dituangkan dalam temuan penelitian. Analisis perhitungan uji regresi mencakup beberapa perhitungan statistik, antara lain uji signifikansi (uji t, uji F), ANOVA, dan hipotesis. Hasil analisis/uji regresi menghasilkan persamaan regresi. Regresi ini merupakan fungsi prediksi dari variabel yang mempengaruhi.

$$\hat{Y} = a + bX$$

Keterangan:

\hat{Y} = garis regresi/ variabel response

a = konstanta (intersep), perpotongan dengan sumbu vertikal

b = konstanta regresi (slope)

X = variabel bebas/ prediktor

Analisis ini digunakan untuk mencari pengaruh antara dua variabel atau lebih. Ukuran statistik ini digunakan untuk menguji hubungan antara sebuah variabel dependen dengan variabel independen (Sugiyono, 2018 : 201). Analisis ini dilakukan untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh variabel X “Bimbingan Agama” terhadap Variabel Y “Kestabilan Emosi Remaja”. Analisis ini dilakukan menggunakan software SPSS 25.0.

b. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel berdistribusi normal atau tidak. Peneliti menentukan tingkat kesalahan pada penelitian ini sebesar 5% atau $\alpha = 0,05$. Jika data yang diambil memiliki signifikansi lebih dari 0,05 maka dinyatakan normal. Jika data yang diambil memiliki signifikansi kurang dari 0,05 maka dinyatakan tidak normal.

H_0 : Data Populasi berdistribusi normal

H_1 : data residual tidak berdistribusi normal

Alpha : 5%

Sig > α maka H_0 diterima

Sig < α maka H_0 ditolak

Uji normalitas ini dilakukan menggunakan software SPSS 25.0.

Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yaitu dengan melihat tingkat signifikansinya jika

lebih dan 0,000 maka data berdistribusi normal jika sebaliknya maka tidak memenuhi asumsi normalitas.

c. Uji Coba Hipotesis

Uji coba hipotesis yaitu cara pembuktian yang digunakan untuk mengkonfirmasi diterima atau dinolak sebuah opini ataupun asumsi dengan menggunakan data sampel yang diperoleh. Adapun hipotesis penelitian ialah sebagai berikut:

Hipotesis nol (H_0) :“Terdapat pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kestabilan Emosi Remaja”

Hipotesis Kerja (H_a) :“Tidak terdapat pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kestabilan Emosi Remaja”

Dengan Ketentuan kriteria Uji :

$$\alpha = 0,05$$

- a) $\text{Sig} \geq \alpha \rightarrow H_0$ diterima (Terdapat Pengaruh)
- b) $\text{Sig} \leq \alpha \rightarrow H_0$ ditolak (tidak terdapat pengaruh)



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG