

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Nigg dalam (Komsu et al., 2018), Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan pikiran dan tindakan sesuai dengan aturan yang berlaku. Kontrol diri sangat penting bagi remaja karena membantu mereka menyadari bahwa mereka punya pilihan dan bisa mengendalikan tindakan mereka. Kemampuan ini memberi remaja karakter yang kuat dan mendorong mereka untuk fokus pada tanggung jawab daripada hanya mencari kesenangan. Kontrol diri juga membantu remaja memahami konsekuensi buruk dari tindakan mereka sehingga mereka bisa mengelola emosinya dengan lebih baik.

Mahasiswa dengan kontrol diri yang baik dapat mengatasi tantangan akademis dan sosial dengan lebih baik, fokus pada studinya, dan menghindari perilaku negatif. Kontrol diri memungkinkan seseorang untuk fokus mencapai tujuannya tanpa terganggu oleh emosi negatif dan membantu mengarahkan tindakannya ke arah yang lebih positif (Ulfiana, 2018). Dapat disimpulkan, bahwa kontrol diri penting untuk membantu mencapai kesuksesan akademik dan kesejahteraan pribadi. Dengan kontrol diri yang baik, mahasiswa bisa mengatur prioritas, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan menjaga keseimbangan antara studi dan kehidupan pribadi. Selain itu, kontrol diri juga membantu dalam mengembangkan keterampilan mengelola stres dan menghadapi tantangan dengan baik, yang mendukung kesuksesan jangka panjang dalam karir dan kehidupan.

Namun, melihat realitas yang terjadi saat ini, mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tantangan baik secara akademis maupun sosial. Tuntutan akademik yang tinggi, tekanan sosial, dan berbagai gangguan yang dapat mengganggu fokus dan konsentrasi mereka. Banyak remaja yang kurang memiliki kontrol diri, terbukti dengan banyaknya kasus perilaku menyimpang remaja, seperti pergaulan yang tidak sehat dengan teman sebaya, ledakan emosi yang tidak terkendali, dan hilangnya identitas diri (Refnandes et al., 2023). Berdasarkan penelitian Maqfiroh menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling melaporkan rendahnya kontrol diri siswa, yang terlihat dalam hal-hal seperti perkelahian, ketidakhadiran, ketepatan waktu, penggunaan alkohol dan intimidasi. Permasalahan tersebut menyebabkan kurangnya pengendalian diri seseorang sehingga berujung pada perilaku yang tidak bertanggung jawab (Maqfiroh, 2021).

Permasalahan di atas didasari oleh beberapa faktor yang dapat menyebabkan rendahnya kontrol diri di kalangan mahasiswa meliputi; kurangnya perhatian dari orang tua, ketidaknyamanan psikologis dan keputusan, serta kurangnya pengetahuan tentang spiritualitas atau agama (Nafi, 2021). Menurut Daradjat rendahnya kekuatan mental dan kesadaran spiritual pada remaja membuat mereka lebih rentan melakukan aktivitas berisiko seperti kenakalan remaja (Refnandes et al., 2023). Kesadaran spiritual memungkinkan seseorang berperilaku sesuai dengan norma yang ada dan hati nuraninya. Hal ini juga membantu mereka menghindari perilaku yang melanggar hukum atau hati nurani (Mariska, 2017).

Dalam menghadapi permasalahan di atas, pendidikan diharapkan dapat menahan berbagai kemungkinan negatif, salah satunya melalui penguatan aspek spiritual (Husen et al., 2014). Dalam konteks pendidikan, khususnya Pendidikan Agama Islam (PAI), pengajaran tasawuf di lembaga pendidikan Islam, mulai dari tingkat Ibtidaiyah hingga perguruan tinggi, akan mendorong berkembangnya etika atau moral pada peserta didik agar tumbuh dan berkembang menjadi individu yang tidak hanya mahir dalam ilmu keislaman dan umum, tetapi juga berakhlak mulia. Maka dari itu, ilmu tasawuf dijadikan sebagai disiplin ilmu yang diajarkan untuk menjadi alternatif dalam mengatasi problematika kehidupan masyarakat modern saat ini, khususnya dalam upaya menyadari perlunya manusia kepada Allah SWT dan berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT (Muttaqin, 2022). Melalui pendekatan tasawuf, mahasiswa diharapkan dapat menginternalisasikan nilai-nilai spiritual dan moral tersebut, yang dapat meningkatkan kontrol diri mereka.

Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta merupakan prodi yang menetapkan mata kuliah kajian Tasawuf. Mempelajari ilmu tasawuf merupakan tindakan yang dilakukan dengan sadar dan terstruktur dengan tujuan menciptakan generasi individu yang cerdas dan berbudi luhur (Wilatikta, 2023). Pembelajaran tentang Tasawuf dapat membantu mahasiswa memahami pentingnya membatasi aktivitas yang bertentangan dengan nilai-nilai spiritual dan pengendalian atas nafsu serta keinginan duniawi. Namun, timbul pertanyaan apakah pembelajaran Tasawuf efektif dalam meningkatkan kontrol diri mahasiswa Program

Studi Pendidikan Agama Islam. Kontrol diri yang kuat, yang merupakan hasil dari pengembangan spiritual yang baik, seharusnya mampu mendorong perilaku yang baik dan berakhlak.

Dalam realitasnya menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa PAI yang melakukan berbagai tindakan yang mencerminkan kontrol diri rendah. Contohnya, banyak mahasiswa menunda-nunda penyelesaian tugas dan pekerjaan rumah, yang sering kali menyebabkan kualitas pekerjaan yang rendah dan stres pada saat mendekati tenggat waktu. Sering tidak hadir atau terlambat dalam pembelajaran. Merokok di area yang seharusnya bebas dari asap rokok, menghabiskan terlalu banyak waktu untuk kegiatan non-produktif seperti bermain game, menonton video, atau menghabiskan waktu di media sosial.

Oleh karena itu, penulis bermaksud meneliti, mempelajari dan menganalisis topik ini menjadi sebuah penelitian ilmiah dengan judul penelitian “Kontribusi Pembelajaran Tasawuf dalam Meningkatkan Kontrol Diri Mahasiswa PAI FIS UNJ”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Kurangnya kontrol diri pada mahasiswa.
2. Persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran tasawuf.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri.
4. Kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kontrol diri mahasiswa.

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini difokuskan pada “Kontribusi Pembelajaran Tasawuf dalam Meningkatkan Kontrol Diri Mahasiswa PAI” yang dibatasi pada mahasiswa angkatan 2020 yang telah mempelajari dan memahami tasawuf. Hal ini bertujuan agar peneliti dapat fokus pada permasalahan yang akan diteliti.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah dapat dirumuskan menjadi pertanyaan besar, yaitu “Bagaimana Kontribusi Pembelajaran Tasawuf dalam Meningkatkan Kontrol Diri Mahasiswa PAI FIS UNJ ?”. Dari pertanyaan di atas, maka dapat diturunkan menjadi beberapa pertanyaan pembantu sebagai berikut :

1. Bagaimana kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan mengontrol perilaku mahasiswa PAI FIS UNJ?
2. Bagaimana kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan mengontrol kognitif mahasiswa PAI FIS UNJ?
3. Bagaimana kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan mahasiswa PAI FIS UNJ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan besar dari penelitian ini adalah untuk dapat menjawab rumusan masalah yaitu mendeskripsikan dan menganalisis “Kontribusi

Pembelajaran Tasawuf dalam Meningkatkan Kontrol Diri Mahasiswa PAI FIS UNJ”. Sehingga dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian dengan tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Mendeskripsikan dan menganalisis kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan mengontrol perilaku mahasiswa PAI FIS UNJ.
2. Mendeskripsikan dan menganalisis kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan mengontrol kognitif mahasiswa PAI FIS UNJ.
3. Mendeskripsikan dan menganalisis kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan mahasiswa PAI FIS UNJ.

F. Manfaat Penelitian

Di dalam penelitian ini dapat ditemukan manfaat secara praktis, yaitu

1. Bagi dosen, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan untuk memperbaiki metode pembelajaran dan membantu untuk meningkatkan kinerja dan kreativitas dalam pembelajaran tasawuf.
2. Bagi program studi, penelitian ini diharapkan dapat membantu berkontribusi dalam pengembangan keilmuan pada program studi PAI FIS UNJ.
3. Bagi Kementerian/Pemerintah, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang efektivitas metode pembelajaran tasawuf sehingga informasi ini dapat digunakan oleh kementerian pendidikan untuk memperbaiki kurikulum atau strategi pembelajaran yang ada.

G. Kajian Terdahulu

Untuk menghindari terjadinya pengulangan terhadap penelitian sebelumnya dan untuk melihat perbedaan pada fokus penelitian, berikut peninjauan kesamaan dan perbedaan terhadap beberapa penelitian terdahulu, diantaranya :

1. Penelitian berjudul “Kontribusi Zikir dalam Meningkatkan Kontrol Diri Jama’ah Majelis Sholawatunnabi” merupakan sebuah penelitian berbentuk skripsi yang ditulis oleh Raga Nurul Fajar tahun 2020. Tujuan dari penelitian tersebut ialah untuk mengetahui bagaimana kontribusi zikir dalam meningkatkan kontrol diri. Ia memfokuskan penelitian ini pada kontribusi zikir, kesamaan dengan penelitian ini adalah pada meningkatkan kontrol diri. Sedangkan perbedaannya, yaitu peneliti sebelumnya membahas mengenai kontribusi zikir pada jama’ah majelis sholawatunnabi.

2. Penelitian berjudul “Konsepsi Pengendalian Diri dalam Perspektif Psikolog Sufi dan Filsafat Stoisisme : Studi Komparatif dalam Buku Karya Robert Frager dan Henry Manampiring” merupakan sebuah penelitian berbentuk artikel/jurnal yang ditulis oleh Dinella Irawati Fajri, Hasan Mud’is dan Yulianti tahun 2022. Tujuan penelitian tersebut ialah untuk mengungkap konsep pengendalian diri dalam perspektif psikologi sufi dan filsafat stoisisme. Sedangkan penelitian yang penulis ingin hendak teliti ialah kontribusi tasawuf dalam meningkatkan kontrol diri mahasiswa PAI FIS UNJ.

3. Penelitian berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan

Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas” merupakan sebuah penelitian berbentuk artikel jurnal yang ditulis oleh Fazaiz Khoirotun Chisan dan Miftakhul Jannah tahun 2021. Tujuan dari penelitian tersebut ialah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Kesamaan dengan peneliti adalah pada kontrol diri, sementara perbedaannya yaitu peneliti sebelumnya membahas mengenai prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas.

Dari pemaparan kajian terdahulu yang tertera diatas, sudah terbukti dan menjelaskan bahwa telah banyak dilakukan penelitian analisis mengenai pengendalian diri, akan tetapi terdapat beberapa aspek yang berbeda. Dari beberapa penelitian tersebut, belum ada dari penelitian yang ada terkait penelitian terhadap kontribusi pembelajaran tasawuf dalam meningkatkan kontrol diri mahasiswa PAI FIS UNJ. Oleh karena itu, dengan meninjau penelitian-penelitian terdahulu maka diharapkan dapat menjadi penunjang dan sumber referensi bagi peneliti dalam melakukan penelitian selanjutnya.

H. Sistematika Penulisan

Pada sistematika penulisan penelitian seminar proposal ini, dilakukan pembagian di dalam proses penulisannya. Terdapat pembagian di dalamnya menjadi tiga bab, yang masing-masing bab itu memiliki beberapa sub-bab yang tersusun secara sistematis, sebagai berikut :

BAB I PENDAHULUAN, pada bab ini menjelaskan tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan

masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terdahulu dan sistematika penulisan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA, pada bab kajian Pustaka menjelaskan teori seputar “Pembelajaran Tasawuf” dan “Kontrol Diri” dalam hal ini untuk menjawab rumusan masalah mengenai Kontribusi Pembelajaran Tasawuf dalam Meningkatkan Kontrol Diri Mahasiswa PAI FIS UNJ.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN, pada bab metodologi penelitian, menjelaskan tentang metode atau cara pengumpulan, olahan serta sajian data penelitian. Di samping itu, dikemukakan pula lokasi dan waktu penelitian, jenis dan pendekatan penelitian yang digunakan peneliti, teknik pengumpulan data, sampai pada pengecekan keabsahan data, teknik analisis data dan teknik penulisan data.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN, pada bab hasil penelitian, peneliti menjelaskan tentang bagaimana hasil dari penelitian yang telah dilakukan, korelasi antara teori dan hasil studi pustaka, berisi data-data dari hasil analisis dan pembahasannya.

BAB V KESIMPULAN, dalam bab ini menjelaskan tentang kesimpulan dari hasil penelitian dan saran yang berhubungan dengan penelitian. Dalam bagian akhir skripsi ini juga berisi daftar pustaka, lampiran-lampiran serta biodata penulis.