

## ABSTRAK

Nor Jannah, 1201451418, *Pengaruh Zikir Al-Ma'tsurat dan Terjemahannya Terhadap Penurunan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin*, Prof. Dr. H. Asmaran As, M.A dan Yulia Hairina, M.Psi.

**Kata kunci: Zikir Al-Ma'tsurat, Kecemasan, Siswa SMP, Ujian Nasional.**

Permasalahan yang paling sering dialami oleh siswa ketika akan menghadapi Ujian Nasional adalah masalah kecemasan atau *anxiety*. Kecemasan muncul karena siswa dibebani oleh pikiran dan bayangan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi bila gagal dalam Ujian Nasional. Kecemasan yang berlebihan akan menimbulkan siswa tidak fokus dalam Ujian Nasional. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk memberikan ketenangan jiwa dalam pandangan Islam adalah dengan zikir. Berbeda dengan kebanyakan sekolah, SMPIT Ukhuwah Banjarmasin tidak hanya menyiapkan siswanya dalam bidang lahiriah seperti pelajaran tambahan mata pelajaran yang di ujikan, namun pihak sekolah juga mempersiapkan kondisi rohaniah siswa dengan memberikan program pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* yang dibaca setiap sore hari. Namun pembacaan zikir tersebut tidak dengan terjemahannya. Pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* yang disertai terjemahannya akan mengundang siswa lebih khusuk dan memahami isi yang terkandung dalam bacaan zikir tersebut. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa dan mengetahui apakah zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya berpengaruh terhadap penurunan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dan data disajikan dengan pendekatan kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini ada 2 yakni zikir *Al-Ma'tsurat* dan terjemahannya (X) dan kecemasan (Y). Sedangkan desain penelitian ini menggunakan desain *pretest* dan *posttest* satu kelompok. Alat pengumpulan data berupa skala kecemasan yang terdiri dari 40 item yang sudah di uji kevalidannya dan kereliabilitasnya dengan nilai reliabel 0,919. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan jumlah subjek sebanyak 7 orang siswa. Analisis data menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS versi 22.0

Hasil data kuantitatif menunjukkan adanya penurunan kecemasan antara sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi (*posttest*) dilakukan, penurunan skor kategori kecemasan dari tinggi menjadi kategori kecemasan sedang dan rendah. Serta penurunan nilai minimum yang cukup besar yakni 32,00 dan nilai maximum yakni 24,00, serta nilai mean 24,7147. Hasil uji prasyarat normalitas adalah  $p > 0,05$  menunjukkan bahwa sebaran data pada tes awal dan akhir dinyatakan normal. Hasil uji-t yaitu didapat nilai  $t = 11,068$  dan  $p = 0,000$ ,  $p < 0,01$ , artinya zikir *Al-Ma'tsurat* dan terjemahannya dapat mempengaruhi penurunan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin.