

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Husnuzzhon*

1. Pengertian *Husnuzzhon*

Husnuzzhon berasal dari dua kata, yaitu *Husn* berarti baik dan *Al Zhan* yang berarti perasangka. Jadi, *husnuzzhon* berarti prsangka baik. Adapun aspek *husn al zhan* pada Islam terdiri dua aspek, yaitu berprasangka baik kepada Allah (*Husn Al Zhan bi Allah*) dan berprasangka baik pada sesama manusia (*Husn Al Zhan bi Al Mu'minin*), yang didasarkan pada teks al-Qur'an dan hadis membahas tentang *husn al zhan*.¹

Berdasarkan Uly, Wibisono & Nurtjahjo, mengungkapkan bahwa *husnuzzhon* ialah pemikiran positif dan berperasangka baik terhadap segala sesuatu yang terjadi pada kehidupan. Secara bahasa, istilah *husnuzzhon* yang tersusun atas dua kata, yaitu "*husn*" yang berarti baik (positif) dan "*Al-Zhan*" yang bermakna prasangkaan.² *husn al-zhann* (berpikir positif) ialah cara berpikir yang sangat dihargai dalam Islam.

Karena dengan pemikiran positif, manusia akan terbebas dari beban hidup

¹ Siti Ainur Rochmah, "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzoon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa Smp Al-Manshur Candi Sidoarjo," Skripsi: Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Ampel Surabaya, 2019.

² Resha Karina Puteri, "Hubungan Antara Khusnudzoon Dan Resiliensi Pada Penyintas Bencana Longsor," Skripsi: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Uii Yogyakarta 2018.

dan masalah-masalah traumatik yang pernah dialami. Sebab itu Islam sangat mementingkan berpikir positif dalam kehidupan sehari-sehari, terutama berpikir positif terhadap Allah.

Sedangkan Sagir menjelaskan bahwa berprasangka baik (*husnuzzhon*) pada Allah dan ciptaannya pada umumnya, salah satu bagian dari berakhlak mulia terhadap Allah, disamping membenarkan segala firman-Nya, mentaati perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya, menyayangi-Nya, senantiasa mengingat-Nya, dan senantiasa memuji-Nya. Kewajiban *husnuzzhon* ini didasarkan pada adanya ayat al-Qur'an dan hadist, sebagaimana telah dijelaskan dalam sebuah H.R. Tirmidzi dan H.R Muslim mengenai perasangka hamba kepada Tuhannya.¹

“Aku adalah sebagaimana prasangka hamba-Ku atas-Ku. Maka AKU akan menyertainya selama ia mengingat-Ku. Jika ia mengingat-Ku dalam dirinya, maka aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika ia banyak mengingat-Ku, maka Aku akan banyak mengingatnya. Jika ia mendekati-Ku sejengkal, maka Aku mendekatinya sehasta. Jika ia mendekati-Ku sehasta, maka Aku mendekatinya sedepa. Jika ia berjalan kepada-Ku, maka Aku berlari kepadanya” (H.R. Tirmidzi).

“Janganlah pernah diantara kalian mati kecuali dia telah berhusnuzzhan kepada Allah” (H.R. Muslim).

Hadits tersebut adalah dorongan yang ternilai kuat agar setiap orang muslim menumbuhkan sikap *husnuzzhon* pada Allah. Hal ini berarti setiap orang sebaiknya mengembangkan pemikiran yang positif atas berbagai kehidupan yang telah ditetapkan oleh Allah. Ini merupakan

¹ Ahmad Rusydi, “Husn Al-Zhann: The Concept Of Positive Thinking In Islamic Psychology Perspective And Its Benefit On Mental Health,” *Proyeksi* 7, No. 1 (15 April 2012): 1.

perintah, larangan, serta berbagai hikmah lain yang dialami oleh manusia dalam kehidupannya.²

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa *husnuzzhon* merupakan prasangka baik serta pemikiran positif yang dimiliki oleh setiap individu terhadap Allah serta segala hal yang terjadi pada kehidupan. *Husnuzzhon* merupakan suatu prasangka positif yang dimiliki oleh individu saat menghadapi suatu masalah agar terlepas dari masalah hidup, sama halnya seorang guru pendamping siswa penderita *down syndrome* saat membimbing, dan mengajar anak bekebutuhan khusus. Siswa *down syndrome* tentunya sangat sulit untuk di didik. Menjadi seorang guru pendamping tentunya senantiasa mempunyai sikap bersabar dan berpikir positif bahwa setiap siswa mempunyai perbedaan. Hal ini berarti setiap individu sebaiknya mengembangkan pemikiran positif terhadap segala ketetapan Allah. Dimensi *husnuzzhon* yang berkaitan dengan Allah dan setiap peristiwa yang di alami dapat berdampak positif pada pengembangan spiritual seseorang.

2. Aspek-aspek *Husnuzzhon*

Rusydi, menjelaskan mengenai aspek-aspek dari *husnuzzhon* yaitu berprasangka baik kepada Allah SWT dan berprasangka baik kepada sesama manusia.

² Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, "Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal," Jurnal Psikologi Islam Vol. 04, No. 01 (2017).

a. Berprasangka baik pada Allah

Husnuzzhon kepada Allah merupakan kunci yang harus dimiliki oleh setiap individu, sebab ketika seseorang sudah *husnuzzhon* kepada Allah, maka pikiran positif tersebut akan terbawa saat berhubungan dengan diri sendiri ataupun sesama manusia. Hampir setiap orang memiliki keyakinan serta percaya akan adanya Allah dan Allah berkuasa atas kehidupan hambanya. Akan tetapi, saat menghadapi ujian, kita menjadi berpikiran negatif kepada Allah.³

Al-Wahhaab dalam penelitian Rusydi menegaskan bahwa, berprasangka baik kepada Allah yaitu dengan senantiasa menganggap Allah selalu memberikan rahmat, kesehatan, dan kemaafan namun tetap berada dalam kondisi *khauf* (takut akan adzab Allah) dan *raja'* (mengharap *ridhaa* atau pahala).⁴

Konsep *husnuzzhon* kepada Allah telah dijelaskan dalam Q.S Ali Imron ayat 191.⁵

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ

السَّمُوتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

³ Siti Ainur Rochmah, "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzoon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa Smp Al-Manshur Candi Sidoarjo."

⁴ Rusydi, "Husn Al-Zhann.

⁵ "Kementriann Agama, "Qur'an Kemenag," Qur'an Kemenag, <https://Quran.Kemenag.Go.Id>. Diakses 24 Februari 2021.

”(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk atau dalam keadaan berbaring, dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata), “Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan semua ini sia-sia; Mahasuci Engkau, lindungilah kami dari azab neraka”.

Ayat di atas menjelaskan bahwa pentingnya apresiasi seorang hamba terhadap penciptaan Allah. Yucel, menyatakan bahwa baik sangka kepada Allah atas berbagai peristiwa yang menimpa kehidupan mampu meningkatkan kecintaan yang sifatnya spiritual pada Allah. Ibnu ‘Arabi menyatakan bahwa refleksi atas proses penciptaan yang dilakukan Allah merupakan mekanisme untuk merasakan kebesaran Allah. Hal inilah yang dapat mengembangkan prasangka positif (*husnuzzhon*) kepada Allah.⁶

b. Berprasangka baik kepada sesama manusia

Kebersihan hati seorang Mukmin penting untuk dijaga, bahkan ajaran Islampun menekankan hal ini. Hati yang bersih memudahkan kita menjalin *ukhuwah islamiah*, dan salah satu caranya adalah berbaik sangka kepada sesama muslim. Dengan berbaik sangka inilah pintu-pintu kebaikan semakin terbuka lebar di hadapan kita.⁷

Pribadi yang senantiasa berpikir positif terhadap orang lain dan segala hal yang terjadi disekitarnya, akan mampu menjaga hubungan baik dengan orang lain tanpa mengusik kepentingan

⁶ Siti Ainur Rochmah, “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa Smp Al-Manshur Candi Sidoarjo,”

⁷ Ummu Ihsan Dan Abu Ihsan Al-Atsari, Aktualisasi Akhlak Muslim (Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi’i, 2013).

orang lain. Selain itu individu yang terbiasa berpikir positif terhadap orang lain mempunyai jiwa toleransi yang tinggi, senantiasa menjaga hubungan dengan orang lain, serta mampu menjalin hubungan dengan baik terhadap orang lain.⁸ Sebagaimana dijelaskan dalam Q.S Al Hujurat ayat 12.⁹

وَالَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ

وَلَا تَحْسَبُوا وَلَا يَعْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا يُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ

مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

“Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan), karena sebagian dari prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah mengunjingkan satu sama lain. Adakah seseorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah maha penerima taubat lagi maha penyayang”

Ayat dia tersebut menegaskan agar umat Islam senantiasa berhusnuzzhon atau bersikap positif terhadap sesamanya. Lebih lanjut Rusydi dalam penelitiannya menyatakan bahwa berprasangka baik kepada setiap individu sebagai suatu dimensi husnuzzhon dengan dilandaskan oleh ketiadaan perilaku memata-matai orang lain serta mengunjingkannya (*tajanus* dan *tahasus*),

⁸ Siti Ainur Rochmah, “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa Smp Al-Manshur Candi Sidoarjo,”

⁹ “Kementriann Agama, "Qur'an Kemenag," Qur'an Kemenag, <https://Quran.Kemenag.Go.Id>. Diakses 24 Februari 2021.

ketidakadaan bencian kepada orang lain dan ketiadaan sikap *hasad* (iri) kepada orang lain.¹⁰ *Husnuzzhon* adalah sebuah upaya untuk memberikan gambaran positif pada suatu keadaan. Juga dapat dikatakan sebagai obat penyakit hati serta membawa seseorang dalam keadaan tenang akan pikiran positifnya.

Adapun yang menjadi indikator-indikator dari aspek *husnuzzhon* oleh Rusydi dalam penelitiannya yang berjudul “*Husn Al-Zhann*: suatu Konsep Berikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental” yaitu:¹¹

1) Indikator *husnuzzhon* kepada Allah:

a) *Tawakkal*

Tawakkal sebagai perilaku mendekatkan diri kepada Allah SWT saat menghadapi suatu masalah. Bersandar kepadanya saat kesukaran, teguh hati tatkala ditimpa bencana disertai jiwa yang tenang dan hati yang tenteram.

b) Merasakan kasih sayang Allah

Senantiasa beranggapan Allah selalu memberikan rahmat, kesehatan dan kemaafan, namun pada kondisi *khauf* (takut akan azab Allah) dan raja (mengharap *ridha* atau pahala), disaat mereka mendekati kematian, mereka dapat menerima karna takut akan siksaan Allah, serta selalu menjauhi

¹⁰ Rusydi, “Husn Al-Zhann.”

¹¹ Rusydi, “Husn Al-Zhann.”

maksiat, dan senantiasa berupaya untuk memperbanyak ketaatan dan amal kepada pencipta.

c) Merasakan kemaafan Allah

Merasakan kemaafan Allah dapat mempengaruhi perilaku manusia dikarenakan persepsi mengenai persepsi manusia terhadap Allah yang akan memaafkannya atau tidak, dengan demikian mereka merasa berwenang untuk memilih perilaku apa yang akan mereka perbuat.

2) Indikator *husnuzzhon* pada sesama manusia

a) Tidak adanya perilaku *tajassus* dan *tahassus*.

Perilaku yang menandakan bagaimana keinginan seseorang untuk membuktikan prasangka buruk terhadap orang lain. Biasanya orang yang ber *su'uzzhon* akan mencari cara supaya anggapannya tersebut menjadi kenyataan, salah satu caranya dengan mencari-cari kesalahan (*tajassus*) serta mencari informasi dari sumber sekunder (*tahassus*) agar mendapatkan keburukan-keburukan orang yang menjadi objek prasangkanya.

b) Tidak adanya rasa benci

Orang yang senantiasa ber*husnuzzhon* yaitu orang yang selalu menjauhkan diri dari prasangka negatif terhadap orang lain. Sebagaimana telah dijelaskan oleh Umar bin Abd Al-Aziz (dalam Ibn Mubarak) dalam perintahnya agar

berprasangka baik kepada orang lain sehingga tidak tertindas kepada kita. Pejelasan ini menunjukkan bahwa berprasangka buruk tidak hanya menimbulkan konsekuensi spiritual-relegius, melainkan dapat menimbulkan konsekuensi sosial. Individu yang senantiasa berprasangka buruk terhadap oarng lain pastinya akan menunjukan sikap buruknya kepada objek prsanganya.

c) Tidak adanya rasa iri

Iri (*hassad*) merupakan sikap tidak suka dengan nikmat yang telah Allah berikan terhadap orang lain serta mengharap agar hilangnya nikmat Allah dari orang lain tersebut. Baik dengan cara tindakannya ataupun cukup dengan keinginannya saja agar nikmat Allah lenyap dari orang lain atas dasar iri hati.

Dari pemaparan trsebut dapat di pahami bahwa *husnuzzhon* memiliki dua tingkatan yaitu *husnuzzhon* kepada Allah yang ditandai dengan sikap *tawakkal*, merasakan kasih sayang Allah, serta meraskan kemaafan Allah. Dan *husnuzzhon* terhadap sesama manusia yang di tandai dengan tidak adanya kecendrungan dalam berperilaku *tajassus* dan *tahassus* serta rendahnya sikap benci dan *hasad* dalam diri.

3. Faktor-Faktor Yang Membentuk Sikap *Husnuzzhon*

Kunci agar mudah membentuk sikap *husnuzzhon* adalah dengan membiasakan hal yang baik. Ada beberapa faktor yang dapat membentuk sikap *husnuzzhan* diantaranya:¹²

a. *Ikhlas*

Ikhlas artinya memurnikan tujuan hanya kepada Allah dalam perkara ketaatan. Dengan demikian, orang yang *ikhlas* akan memahami tujuan dan arti hidup yang sesungguhnya. Jika seseorang dapat memahami ketetapan Allah, maka seseorang tersebut sudah mengetahui tujuan hidup dan senantiasa dapat terus *berhusnuzzhon* kepada Allah.

b. *Muhasabah*

Dengan *muhasabah*, seseorang dapat menjangkau titik terjauh dari sifat buruk seperti nafsu yang dilarang dalam Islam. *Muhasabah* dapat dimaknai sebagai hijrah, yaitu hijrah dari keburukan menuju ke hal yang baik. Dalam konteks inilah *husnuzzhon* memainkan perannya; yaitu menjadi tolak ukur puncak dalam setiap perubahan.

c. Tingkatkan kadar keimanan

Iman merupakan salah satu bentuk *husnuzzhon* yang paling tinggi, sebab *berhusnuzzhon* berarti meyakini hal yang tidak tampak (takdir Allah). Disini kita dapat memahami bahwa

¹² Abu Salman Farhan Al-Atsary, *The Amazing Husnudzoon* (Yogyakarta: Qudsi Media 2015) Hal 151-161.

meningkatkan keimanan tidak cukup hanya dengan keyakinan, namun harus dengan perbuatan dan perkataan. Disinilah *husnuzzhon* berperan, bahawa sesungguhnya apapun yang kita perbuat akan mendapat balasan dari Allah.

d. Senantiasa mencoba hal positif

Mencoba untuk senantiasa melakukan hal-hal positif, dan menerapkannya dalam kehidupan. Karena jika seseorang melakukan hal-hal positif, sama halnya dengan membiasakan diri untuk *berhusnuzzhon*.

e. Yakin dengan apa yang kita peroleh

Meyakini bahwa setiap takdir Allah adalah yang terbaik bagi kita, dan meyakini bahwa Allah akan memberi apa yang kita butuhkan, bukan apa yang kita inginkan. Maka *husnuzzhon* merupakan salah satu cara berpikir positif bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik bagi umatnya.

f. *Qana'ah*

Qana'ah adalah merasa *ridha* atas *rezeki* yang telah Allah limpahkan kepada kita, sementara untuk bisa memiliki sifat *qana'ah* ialah dengan *berhusnuzzhon* kepada Allah. Disinilah letak peran *husnuzzhon*, ketika seseorang membiasakan untuk *qana'ah*. Dengan kata lain, dengan membiasakan *qana'ah* berarti kita sedang memupuk untuk bisa senantiasa *berhusnuzzhon*.

Husnuzzhon sangat berperan dalam kehidupan dan menjadi suatu elemen penting dalam setiap perlakuan seseorang. Dengan selalu membiasakan hal yang baik seperti yakin akan ketetapan dan takdir yang Allah berikan, maka dapat dikatakan *husnuzzhon* sudah tertanam dalam diri seseorang.

4. Manfaat *husnuzzhon*

Disaat seseorang membiasakan diri dalam *berhusnuzzhon* maka akan membawa pengaruh positif seperti: *positive thinking* → *positive action* → *positive habits* → *positive results*, yaitu: jika pemikiran positif di terapkan (1) maka ia akan senantiasa berperilaku positif (2). Jika seseorang selalu berperilaku positif, maka ia akan terbiasa dengan hal-hal yang positif (3), akhirnya jika kebiasaan positif sudah di miliki, maka setiap hal hasilnya positif. Berawal dari pemikiran, lalu diwujudkan melalui tindakan, dan pada pada akhirnya dapat menghasilkan suatu kebiasaan positif positif.¹³ Maka dari itu dengan pemikiran positif (*positif thinking*) seseorang akan mendapat kebahagiaan yang tak terkira. Dalam hal ini seseorang dengan pemikiran positifnya akan dapat memenangi setiap ujian yang menimpanya.

Rusydi juga menjelaskan bahwa *husnuzzhon* dalah suatu bagian dari religiusitas serta berperan dalam kepuasan dan kebahagiaan hidup. Dalam Islam menyebutkan bahwa prasangka, keyakinan dan pola pikir

¹³ Abu Salman Farhan Al-Atsary *The Amazing Husnudzon* (Yogyakarta: Qudsi Media 2015) Hal 15.

individu berpengaruh terhadap realitas kehidupan seseorang. Perasangka yang baik kepada Tuhan akan menimbulkan optimisme serta membawa kebahagiaan. Seseorang yang selalu berperasangka baik terhadap Allah, kehidupannya akan jauh lebih baik dan terlepas dari tekanan hidup, musibah, dan berbagai cobaan hidup.¹⁴

Husnuzzhon artinya baik sangka, lawannya *su'uzzhon* (jahat sangka). Sangkaan yang jahat haram hukumnya, yakni dalam hatinya selalu menuduh saudaranya sebagai orang yang tidak baik. *Husnuzzhon* merupakan salah satu bagian dari *mahabbah* yang akan menjadikan seseorang berperasangka baik dalam mencapai kebahagiaan dan mendapatkan derajat yang tinggi. Sebaliknya *su'uzzahon* akan menjerumuskan seseorang kepada kehancuran.¹⁵ Sebagai firman-Nya, Q.S Fussilat ayat 23:

وَذَلِكُمْ ظَنُّكُمُ الَّذِي ظَنَنْتُمْ بِرَبِّكُمْ أَرْدَاكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ مِنَ الْخَاسِرِينَ

*“dan demikian itu adalah prasangkamu yang telah kamu sangka terhadap Tuhanmu. Dia telah membinasakan kamu, maka jadilah kamu termasuk orang-orang yang merugi.”*¹⁶

Ayat ini menjelaskan tentang sangkaan seseorang terhadap Allah SWT. Bahwa seseorang tidak mengetahui sebagian besar dari

¹⁴ Ahmad Rusydi, “Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental,” Jurnal Proyeksi, Vol. 07, No. 01, 15 April 2012: 1-31

¹⁵ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Prespektif Psikologi*

¹⁶ Kementriann Agama, “Qur’an Kemenag,” Qur’an Kemenag, <https://quran.kemenag.go.id>. Diakses 24 Februari 2021

perbuatan buruk yang telah ia lakukan.¹⁷ Prasangka yang demikian akan menimbulkan keberanian untuk melakukan perbuatan-perbuatan dilarang, sehingga berdampak kerugian pada diri sendiri. Akibat dari perasangka tersebut, mereka akan mendapat kerugian dan kehinaan didunia dan azab di akhirat.¹⁸

Hal demikian juga dijelaskan oleh Rasulullah SAW, dalam sabdanya mengenai larangan berperasangka buruk atau (*su'uzzhon*):

“jauhilah perasangka buruk itu, karena sesungguhnya prasangka buruk itu adalah se-bohong-bohong perkataan” (H.R. Muslim dari Abi Hurairah).

Harus ada komitmen dalam diri seseorang untuk meninggalkan *su'uzzhon* (prasangka buruk) terhadap orang lain dan berusaha semaksimal mungkin memercayai perbuatan seseorang itu dengan *husnuzzhon* (baik sangka). *Su'uzzhon* sebagai kebalikan dari *husnuzzhon* yang mendorong prilakunya bersifat iri, dan memata-matai yang dilarang, seperti mencari-cari kesalahan orang lain agar disebarluaskan, dan menilai seseorang hanya dari keburukannya.¹⁹

Orang yang membiasakan untuk berbaik sangka hidupnya akan merasa tenang, tentram, dan disukai banyak orang, dan juga suka memaafkan kesalahan-kesalahan orang lain. Selanjutnya keuntungan dari *husnuzzhon* adalah: apabila prasangka baiknya tidak tepat atau luput, maka ia tidak mendapat dosa dari prasangkaannya, karna

¹⁷ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Prespektif Psikologi* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, T.T.).

¹⁸ Kementriann Agama, "Qur'an Kemenag," Qur'an Kemenag, <https://QuranKemenag.Go.Id>. Diakses 24 Februari 2021

¹⁹ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Prespektif Psikologi*.

prasangkaan positifnya dan tidak *menzolimi* orang lain. Berbeda halnya dengan *su'uzzhon* atau jahat sangka, apapun hasilnya ia pasti akan mendapat dosa, ditambah lagi dengan tidak adanya ketenangan dan ketentraman dalam hidup di karenakan prasangka buruknya.²⁰ Dampak dari *husnuzzhon* ini yaitu dapat menjadikan seseorang agar senantiasa berpikir optimis dalam menjalani kehidupan, serta dapat menjadikan jiwa tenang.

5. *Husnuzzhon* Dalam Perspektif Psikologi

Husnuzzhon menjadi sebuah konstruk psikologis yang mengambil inspirasi dari tradisi Islam yang dimaknai dengan perilaku berprasangka baik. Dalam hal ini, *husnuzzhon* bukan hanya terkait dengan relasi *interpersonal*, melainkan juga relasi *transendental* (dengan Tuhan). Islam menyerukan umatnya agar senantiasa bersangka baik dengan apa yang dihadapi, baik disaat bersosialisasi dengan sesama manusia maupun saat menghadapi takdir Allah. Pada dasarnya manusia mempunyai pandangan tersendiri dan tidak menyukai sesuatu yang tidak menyenangkan menurut dirinya.²¹

Rusydi menjelaskan bahwa ada perbedaan antara *husnuzzhon* dengan konsep berpikir yaitu: pada konsep *husnuzzhon* melibatkan perilaku yang mengarah pada nilai-nilai ketuhanan (*vertikal*) dan kemanusiaan (*horizontal*). Sedangkan pada konsep berpikir positif tidak ada

²⁰ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Prespektif Psikologi*. 83

²¹ Ly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, "Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal," *Jurnal Psikologi Islam* Vol. 04, No. 01 (2017).

hubungannya dengan Tuhan. Proses kognitif yang terjadi pada konsep Islam muncul dari *nafs* dan sifatnya tidak individual, akan tetapi terdapat persamaan antara *husnuzzhon* dan berpikir positif yakni memiliki pengaruh yang baik terhadap kesehatan mental.²²

Berprasangka baik kepada Allah merupakan suatu bentuk ibadah baik secara fisik dan motorik. Hal ini menunjukkan bahwa pada Islam, perilaku tidak hanya dari sesuatu yang nampak saja (*behavioural*), melainkan juga perbuatan hati (*amal al-qalb*) dan dianggap sebagai perilaku yang harus dipertanggungjawabkan dan ada konsekuensi atasnya. Maka psikologi Islam mengakui adanya analisis ilmiah dari potensi-potensi metafisik manusia seperti hati (*qalb*), jiwa (*nafs*), dan ruh. Dalam konteks psikologi Islam, *al-zhann* adalah perilaku hati yang tidak dapat dilihat namun dapat dianalisis dengan indikator-indikator yang telah dijelaskan didalam teks Al-Qur'an, hadist, dan berbagai keterangan dari para ulama.²³

Dalam hal ini Islam sangat mementingkan perilaku batin, bukan suatu perbuatan fisik yang ditampilkan. Secara psikologis, perilaku batin sangat berpengaruh terhadap kondisi mental seseorang dan sangat mempengaruhi pola perilaku seseorang.²⁴ Berdasarkan pemaparan tersebut *husnuzzhon* dapat diartikan sebagai perilaku hati dan kebaikan *akhlaq* yang senantiasa mendorong manusia agar

²² Rusydi, "Husn Al-Zhann."

²³ Rusydi, "Husn Al-Zhann."

²⁴ Rusydi, "Husn Al-Zhann."

senantiasa berprasangka baik terhadap Allah, ketetapan Allah, dan bersikap positif kepada sesama manusia yang kemudian sikap positif ini akan berdampak terhadap kesehatan mental seseorang seperti menjadikan seseorang senantiasa beroptimis dalam menjalani kehidupan, serta menjadikan jiwa seseorang merasa tenang.

B. Guru Pendamping Siswa *Down Syndrome*

1. Pengertian Guru Pendamping

Dalam kamus umum bahasa Indonesia guru diartikan sebagai seorang yang profesinya sebagai pengajar. Profesi ini membutuhkan keahlian khusus yang sulit dilakukan oleh setiap orang di luar bidang kependidikannya. Mulyasa berpendapat bahwa guru adalah suatu komponen yang sangat berpengaruh terhadap terciptanya proses dan hasil belajar yang berkualitas.²⁵ Menurut Kustawan menyatakan bahwa sekolah sebaiknya menghadirkan GPK dari lulusan Pendidikan Luar Biasa dengan tujuan agar dapat memberikan pelayanan yang optimal dalam membimbing belajar anak berkebutuhan khusus di sekolah Inklusif.²⁶

Guru pendamping atau yang biasa disebut dengan *Shadow teacher* yang bekerja sebagai pengajar siswa berkebutuhan khusus selama masa prasekolah dan sekolah dasar, *shadow teacher* berperan sebagai

²⁵ Mimpira Haryono Dan Desi Effawati, "Peran Guru Pendamping Dalam Membantu Pembelajaran Paud Di Gugus Mawar Kec. Sukaraja Kab. Seluma," No. 2 (2020): 14.

²⁶ Erika Yunia Wardah, "Peranan Guru Pembimbing Khusus Lulusan Non-Pendidikan Luar Biasa (Plb) Terhadap Pelayanan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusi Kabupaten Lumajang," Jpi (Jurnal Pendidikan Inklusi) 2, No. 2 (29 April 2019): 93.

mengajar serta memahami berbagai kesulitan belajar siswa berkebutuhan khusus, serta dapat menerima perhatian khusus yang dibutuhkan siswa. *Shadow teacher* dilatih agar dapat membantu siswa supaya dapat memahami pelajaran dengan baik dan mampu berintraksi sosial.²⁷

Komunikasi dan kerja sama antara guru pendamping, wali kelas, dan orang tua sangat penting agar terciptanya hubungan baik guna memenuhi kebutuhan siswa. *Shadow teacher* bekerja sama dengan guru wali kelas dan guru konselor dalam pelayanan siswa serta pembelajaran menanamkan rasa tanggung jawab, mendorong kemandirian, dan ketekunan belajar siswa.²⁸

2. Tugas-tugas Guru Pendamping

Dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 dijelaskan bahwa peran guru pendamping itu tidak hanya sekedar membantu guru wali kelas saja akan tetapi secara keseluruhan dari komponen kompetensi yaitu:²⁹

1. Merencanakan Pembelajaran yaitu mencakup:
 - a. Mempersiapkan program tahunan, semester, bulanan, mingguan dan harian.
 - b. Menyusun kegiatan bermain yang mendukung tingkat pencapaian perkembangan siswa.

²⁷ Yulinarti Setianingrum, *Shadow Teacher Kisah Penuh Makna Sorang Guru Bersama Anak Berkebutuhan Khusus* (Medan: Ud Bookies Indonesia, 2019).

²⁸ Yulinarti Setianingrum.

²⁹ Haryono Dan Effawati, "Peran Guru Pendamping Dalam Membantu Pembelajaran Paud Di Gugus Mawar Kec. Sukaraja Kab. Seluma."

- c. Menyiapkan kegiatan yang disusun berdasarkan kelompok usia.
2. Melaksanakan Pembelajaran yaitu meliputi:
- a. Mengelola kegiatan sesuai dengan rencana yang telah disusun berdasarkan kelompok usia.
 - b. Menggunakan metode belajar melalui bermain sesuai dengan karakteristik siswa.
 - c. Menggunakan media yang sesuai dengan kegiatan dan kondisi siswa.
 - d. Memberikan motivasi agar meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan.
 - e. Memberikan bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan anak.
3. Mengevaluasi Pembelajaran yaitu meliputi:
- a. Menilai sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.
 - b. Melakukan kegiatan penilaian yang sesuai dengan cara-cara yang telah ditentukan.
 - c. Mengolah hasil penilaian.
 - d. Memakai hasil penilaian untuk berbagai kepentingan pendidikan.
 - e. mendokumentasikan hasil penilaian.

Pada dasarnya guru pendamping memiliki pengertian yang sama dengan guru inti, yaitu: Guru adalah pendidik yang menjadi

tokoh, panutan, dan identifikasi bagi para peserta didik, dan lingkungannya, namun pada saat melaksanakan tugasnya guru pendamping hanya bertugas untuk membantu guru utama yang didampinginya sebagai tugas pokok dan fungsinya sebagai guru, dalam hal ini adalah memberikan pembelajaran kepada siswa.³⁰

3. Peran guru pendamping khusus

Dari keseluruhan proses pendidikan guru adalah faktor utama. Bertugas sebagai pendidik, guru memegang banyak jenis peran yang harus dilaksanakan sebaik-baiknya. Setiap jabatan atau tugas tertentu menentukan sikap seorang guru, dan sikap tersebut merupakan suatu ciri dari jabatan seseorang tersebut. Sehubungan dengan peranannya sebagai guru pendamping, maka guru mempunyai peran sebagai berikut:³¹

Menurut Lerner ada Sembilan peran guru pendamping khusus bagi siswa ABK yaitu:³²

1. Membentuk rancangan program identifikasi, asesmen, dan pembelajaran siswa berkesulitan belajar;
2. Berperan dalam penjangkaran, asesmen dan evaluasi siswa berkesulitan belajar;

³⁰ Hanna Petrisia Nirvani, "Peran Guru Pendamping Dalam Pembelajaran Kelas I Di Mi Ya Bakii Kesugihan 01 Kabupaten Cilacap Tahun Pelajaran 2017/2018," Skripsi: Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri, 2019.

³¹ Oemar Hamalik, Psikologi Belajar Dan Mengajar (Bandung, 1992).

³² Mulyono Abdurrahman, Anak Berkesulitan Belajar (Jakarta: Pt. Renika Cipta, 2012).

3. Berkonsultasi dengan para ahli yang terkait dan menginterpretasikan laporan mereka;
4. Melakukan tes, baik dengan tes formal maupun informal;
5. Berpengalaman dalam penyusunan program pendidikan yang diindividualkan;
6. Mengimplementasikan program pendidikan yang diindividualkan;
7. Menyelenggarakan pertemuan dan wawancara dengan orang tua;
8. Kerjasama antara guru reguler atau guru kelas untuk memahami siswa dan menyediakan pembelajaran yang efektif; serta
9. Membantu siswa dalam mengembangkan pemahaman diri dan memperoleh harapan sehingga berhasil serta kesanggupan mengatasi kesulitan belajar.

Bisa dikatakan, pekerjaan sebagai *shadow teacher* sangatlah berat, karena selama disekolah, selain menjadi seorang guru mereka juga berperan sebagai orang tua. Selain mendampingi siswa berkebutuhan di kelas sebagaimana siswa normal lainnya, *shadow teacher* juga menjarkan bagaimana menyikapi teman-teman, gurur-guru, dan orang-orang disekitarnya dengan baik.³³

³³ Yulinarti Setianingrum, "Shadow Teacher Kisah Penuh Makna Seorang Guru Bersama Anak Berkebutuhan Khusus".

C. *Down syndrome*

1. *Pngertian Down Syndrome*

Down syndrome merupakan suatu kondisi gangguan perkembangan fisik dan mental anak yang diakibatkan dengan adanya abnormalitas perkembangan kromosom.³⁴ John Longdon Down adalah seorang doktor dari Inggris yang pertama kali menemukan kumpulan *down syndrome* pada tahun 1866. Sumbangan *down syndrome* yang terbesar merupakan kemampuannya dalam mengenali karakter fisik yang spesifik dan deskripsinya yang jelas tentang ke adaan ini, yang secara keseluruhan berbeda dengan anak normal. Disebabkan matanya yang khas seperti bangsa mongol maka dulu di sebut sebagai “mongoloid”. Kemudian, pada tahun 1970an para ahli dari Amerika dan Eropa mengubah nama dari kelainan yang terjadi pada anak tersebut dengan istilah *down syndrome* dan hingga kini penyakit ini dikenal dengan istilah yang sama.³⁵

Terdapat sejumlah bentuk- bentuk gangguan mental yang disebabkan oleh faktor-faktor genetik. Menurut Smith, mengemukakan *down syndrome* merupakan bentuk gangguan mental yang dikenal oleh kebanyakan orang. Penderita ini disebabkan oleh adanya kelainan kromosom ekstra dalam sel. Bentuk yang paling umum disebut *Trisomy 21* dikarenakan kromosom yang berlebih yang dipasangkan ke

³⁴ Putri Megawati, “Pelaksanaan Program Peningkatan Intraksi Social Anak Penyandang Down Syndrom Di Slb Dharma Asih,” Skripsi Uin Syarif Hidayatullah, 2009, 19 Februari 2019.

³⁵ Putri Megawati, “Pelaksanaan Program Peningkatan Intraksi Social Anak Penyandang Down Syndrom Di Slb Dharma Asih”.

kromosom ke-21. Kedua bentuk *down syndrome* yang lain juga disebabkan oleh bahan kromosom yang dapat berpindah dari satu sel ketempat sel lainnya (*translokasi*) dan bahan kromosom ekstra hanya di beberapa sel (*mosaicism*).³⁶

Menurut Pieter, Bethsaida & Marti, penderita *down syndrome* mempunyai ciri-ciri yang khas, yaitu mempunyai mata sipit dan mearah ke atas, hidung rata, bibir kecil dengan langit-langit datar sehingga lidahnya panjang menjulur keluar, ada malforemasi jantung bawaan, mengarah demensia Alzheimer. Penderita *down syndrome* mempunyai tiga karakteristik yang khas yaitu, memiliki taraf IQ (*Intelligence quotient*) yang rendah, gangguan fisik dan mental serta memiliki daya tahan yang lemah. Tetapi dalam kondisi ini anak masih dapat untuk dibimbing agar lebih bisa mandiri seperti menulis, membaca, menggambar, atau melukis.³⁷

Menurut nevid, dkk, anak-anak dengan *down syndrome* menderita berbagai defisit saat belajar dan berkembang. Mereka cenderung tidak terkoordinasi serta kurang memiliki tekanan otot yang cukup, sehingga sulit bagi mereka untuk melakukan tugas-tugas fisik dan terlibat dalam aktivitas bermain seperti anak-anak normal. Anak-anak ini mengalami defisit memori, khususnya pada informasi yang ditampilkan secara verbal, sehingga sulit bagi merea untuk dapat

³⁶Ida Farida, Marmawi, Desni Yuniarni, "Cara Pembelajaran Anak Down Syndrome Di Kelas B1 Tk Luar Biasa C Dharma Asih."

³⁷ Hanna Wiatul Ilmi, "Keemampuan Perawatan Diri Pada Anak Dengan Down Syndrome Di Yayasan Persatuan Orang Tua Anak Dengaan Down Syndrome Jakarta," Skripsi (Jakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan, Uin Syarif Hidayatullah, 2018).

menerima pembelajaran di sekolah. Mereka juga mengalami kesulitan saat mengikuti instruksi dari guru dan mengekspresikan pemikiran atau kebutuhan mereka dengan jelas secara verbal. Disamping kesulitan-kesulitan tersebut, sebagian besar dari mereka dapat belajar membaca, menulis, dan mengerjakan tugas-tugas sederhana apabila mereka menerima pendidikan yang tepat dan bimbingan yang baik.³⁸

2. Ciri-ciri *Down Syndrome*

Penderita dengan ciri-ciri khas sangat mudah dikenal melalui penampilan fisik yang menonjol seperti bentuk kepala yang relatif kecil dari normal (*microcephaly*) dengan bagian *anteroposterior* kepala mendatar. Pada bagian wajah biasanya terlihat sela hidung yang datar, mulut yang mengecil dan lidah yang agak panjang (*macroglossia*). Seringkali mata menjadi sipit dengan sudut bagian tengah membentuk lipatan (*epicanthal folds*). Tanda klinis yang dapat dikenali pada bagian tubuh lainnya seperti tangan yang pendek, dan memiliki jari-jari yang lebar. Tinggi badan yang relative pendek, kepala kecil, hidung yang datar menyerupai orang Mongolia sehingga sering dikenal dengan Mongoloid. Sementara itu lapisan kulit biasanya tampak keriput (*dermatoglyphics*).³⁹

Anak penderita *down syndrome* memiliki karakter wajah yang sama.

Wajah anak sangat khas dengan bentuk kepala agak kecil dengan

³⁸ Amherstia Pasca Rina, "Meningkatkan Life Skill Pada Anak Down Syndrome Dengan Teknik Modelling," Personal: Jurnal Psikologi Indonesia, Vol. 05, No. 03, (11 September 2016).

³⁹ Amherstia Pasca Rina, "Meningkatkan Life Skill Pada Anak Down Syndrome Dengan Teknik Modelling," Personal: Jurnal Psikologi Indonesia, Vol. 05, No. 03, (11 September 2016).

daerah oksipital yang mendatar. Mukanya agak lebar, tulang pipi tinggi, hidung pesek, letak mata berjauhan, serta sipit miring ke atas dan kesamping (*mogoloid*). Lipatan epikantus jelas sekali. Bentuk telinga terlihat aneh, bibir tebal dan lidah memanjang, kasar dan bergaris-garis.⁴⁰

Menurut Nevid, dkk, anak-anak dengan *down syndrome* menderita berbagai defisit dalam belajar dan perkembangannya. Mereka cenderung tidak terkoordinasi dan kurang memiliki tekanan otot yang cukup, sehingga sulit bagi mereka untuk dapat melakukan tugas-tugas fisik dan terlibat dalam aktivitas bermain seperti anak-anak normal. Anak-anak ini mengalami defisit memori, khususnya untuk informasi yang ditampilkan secara verbal, sehingga sulit bagi mereka untuk pembelajar di sekolah. Mereka juga mengalami kesulitan dalam mengikuti instruksi dari guru dan mengekspresikan pemikiran atau kebutuhan mereka dengan jelas secara verbal. Disamping kesulitan-kesulitan tersebut, sebagian besar dapat belajar membaca, menulis, dan mengerjakan tugas-tugas sederhana jika mereka menerima pendidikan yang tepat serta bimbingan yang optimal.⁴¹

⁴⁰ Herry Zan Pieter, Bethsiada Janiwarti, Marti Saragih, Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan (Jakarta: Pranada Media Grup, 2011).

⁴¹ Rina, "Meningkatkan Life Skill Pada Anak Down Syndrome Dengan Teknik Modelling."

3. Gejala Klinis *Down Syndrome*

Gejala-gejala yang menjadi keluhan utama dari orang tua adalah retardasi mental atau gangguan mental (tunagrahita) dengan IQ 50-70, akan tetapi kadang IQ bisa mencapai 90, pada kasus-kasus yang diberi latihan. Pada bayi yang baru lahir, dokter biasanya mudah untuk mengetahui adanya *down syndrome* karena gambaran wajah yang khas, tubuhnya yang sangat lentur, dan otot-otot lemas sehingga menghambat perkembangan bayi. Saat masih berada dalam kandungan sulit untuk melakukan diagnosisnya apalagi jika orang tuanya mempunyai ciri mata yang sipit atau kecil. Untuk dapat memastikan diagnosanya perlu dilakukan pemeriksaan kromosom dari sel darah putih.⁴²

Anak-anak penderita *down syndrome* memiliki kemiripan satu dengan yang lainnya, seakan-akan bersaudara. Retardasi mental sangat jelas disamping juga menunjukkan retardasi jasmani. Kemampuan berpikirnya tergolong pada idiot atau imbisel dan tidak dapat melebihi kemampuan anak yang berumur tujuh tahun. Anak *down syndrome* berbicara menggunakan kalimat-kalimat yang sederhana dan sangat tertarik pada musik sehingga terlihat sangat gembira.⁴³

Gejala klinis yang tampak di alami oleh siswa penderita *down syndrome* dalam penelitian ini seperti lidahnya panjang, sulitnya untuk berbicara, sering berbicara aneh dan tertawa tanpa sebab. Ada dua

⁴² Herry Zan Pieter, Bethsiada Janiwarti, Marti Saragih, "Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan" (Jakarta: Pranada Media Grup, 2011).

⁴³ Herry Zan Pieter, Bethsiada Janiwarti, Marti Saragih.

krateria siswa *down syndrome* dalam peneltian ini, mereka memiliki perbedaan yang jauh berbeda jika dilihat dari prilaku yang ditampakkannya. Akan tetpai dari segi wajah, mereka layaknya seperti bersaudara. Menurut Glade B dan Curtis, gejala *down syndrome* tampak sampai tingkat tertentu terutama pada semua bayi yang baru dilahirkan dengan kondisi *down syndrome*, gejala ini termasuk gangguan mental mental dengan dahi miring, tangan yang pendek melabar, hidung pesek atau datar, letak telinga rendah dan pada umumnya mempunyai bentuk fisik yang pendek.⁴⁴

4. Cara belajar siswa *down syndrome*

Cara belajar siswa *down syndrome* disesuaikan dengan tingkat klarifikasi retaldasi mentalnya yang dialaminya. Dimana tingkatan tersebut menggambarkan batasan kemampuan yang dimiliki oleh setiap anak. Menurut Bricke, D. Dennison, L. & Bricjer, menjelaskan menegenai pembelajaran anak *down syndrome* seperti:⁴⁵

1. *On Task Behavior*, dalam hal ini dapat dilakukan dengan cara, guru memerintahkan siswa untuk duduk di kursi dalam beberapa waktu, kemudian guru meminta untuk memperhatikan guru wali kelas dalam beberapa waktu, setelah itu garu memberikan tugas kepda siswanya.

⁴⁴ Intan Sari Swara, "Dinamika Sikap Penerimaan Orang Tua Yang Memiliki Orang Tua Yang Memiliki Anak Down Syndrome," Skripsi Uin Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2007.

⁴⁵ Ida Farida, Marmawi, Desni Yuniarni, "Cara Pembelajaran Anak Down Syndrome Di Kelas B1 Tk Luar Biasa C Dharma Asih,".

2. *Imitation*, dalam hal ini guru meminta anak untuk menirukan ucapan guru didalam kelas.
3. *Discriminative Use Of Objects*, pada bagian ini anak belajar melalui intraksi yang sistematis dengan lingkungan mereka. Intraksi lingkungan menghasilkan kemampuan untuk meningkatkan kempuan sosialisasi anak.
4. *Word Recognition*, dalam hal ini anak dapat belajar mengenali kata-kata benda yang dilihat langsung oleh anak.

Smith, mengungkapkan bahwa anak yang mengalami gangguan mental mungkin mengalami kesulitan yang besar pada saat mempelajari materi yang abstrak. Melalui cara yang memakai materi konkrit serta contoh-contoh yang jelas akan sangat efektif dalam mambantu proses pembelajaran. Dalam hal ini cara belajar siswa *down syndrome* disesuaikan dengan batasan retardasi mental yang dialaminya, sehingga dalam pemberian materi untuk siswa yang satu tidak sama dengan lainnya. Walaupun golongan retardasi mentalnya sama, akan tapi pemberian materi yang diajarkan tidak akan sama karena kemampuan anak berbeda-beda.⁴⁶

5. **Guru Pendamping Siswa *Down Syndrome* Di MI Syarif Abbas**

Ada tiga orang guru pendamping khusus di sekolah MI syarif Abbas, yaitu GPK dari SLBN Batulicin, guru wali kelas yang

⁴⁶ Ida Farida, Marmawi, Desni Yuniarni, "Cara Pembelajaran Anak Down Syndrome Di Kelas B1 Tk Luar Biasa C Dharma Asih," T.T.

mencakup sebagai guru pendamping, dan guru yang hanya sekedar guru mata pelajaran Agama yang di tugaskan sebagai guru pendamping siswa penderita *down syndrome* di MI Syarif Abbas. Guru pendamping khusus memiliki tugas membimbing proses belajar siswa *down syndrome*, mulai dari mata pelajaran pertama sampai dengan mata pelajaran terakhir. Guru pendamping tidak hanya sekedar membimbing proses belajar siswa *down syndrome*, guru pendamping juga di tugaskan untuk memberikan pelajaran tambahan (*les privat*) kepada siswa *down syndrome*. Tugas pembelajaran tambahan ini bukan ditetapkan dari MI Syarif Abbas, melainkan kehendak orang tua murid.

Model atau bentuk bimbingan belajar siswa penderita *down syndrome* yang dilakukan di MI Syarif Abbas adalah wali kelas maupun guru mata pelajaran menjelaskan materi di depan kelas secara umum, sedangkan guru pendamping khusus hanya membimbing, dan menjelaskan ulang atau mengejakan pelajaran yang di samapaikan oleh guru yang mengajar, sehingga pembelajaran dapat berjalan efektif dan kondusif. Selain itu guru pendamping juga menyiapkan materi tersendiri untuk siswa bimbingnya, karena tidak semua materi yang dapat diterima oleh siswa berkebutuhan khusus. Guru pendamping bukan hanya sekedar memberikan bimbingan belajar, tetapi juga mengajarkan sikap sopan santun, dan bagaimana cara bersosialisasi yang baik dengan teman-teman di sekolahnya.

D. Kerangka Teoritis

Mempunyai seorang anak yang sehat fisik maupun psikis merupakan dambaan bagi setiap orang tua. Namun terkadang yang terjadi tidak sesuai harapan, anak bisa saja lahir dengan keadaan fisik yang kurang sempurna atau keadaan psikologis/menatal yang kurang sehat, yang biasa disebut dengan anak berkebutuhan khusus seperti *down syndrome*. Anak dengan *down syndrome* adalah individu yang dikenali dari fenotipnya dan memiliki kecerdasan yang terbatas, yang diakibatkan dengan adanya jumlah kromosom 21 yang berlebihan.⁴⁷ *Down syndrome* merupakan suatu gangguan genetik paling umum dan dapat menyebabkan perbedaan kemampuan belajar dan ciri-ciri fisik tertentu. *Down syndrome* dapat disembuhkan dengan dukungan serta perhatian yang maksimal dari orang tua serta orang-orang yang berada dilingkungannya.⁴⁸

Anak-anak dengan *down syndrome* bisa saja tumbuh dan berkembang dengan baik, namun membutuhkan bimbingan belajar yang maksimal. Anak yang memiliki keterbelakangan mental seperti *down syndrome* ini tentu tidak mudah untuk di didik serta dibimbing seperti layaknya anak normal. Hal ini merupakan suatu tantangan bagi para pendidik khususnya guru pendamping khusus agar memberikan bimbingan belajar yang tepat sesuai dengan tingkat kemampuannya. Kehadiran

⁴⁷ Putri Megawati, "Pelaksanaan Program Peningkatan Intraksi Social Anak Penyandang Down Syndrom Di Slb Dharma Asih."

⁴⁸ Wardah, "Antara Fakta Dan Harapan Syndrome Down," Info Datin, Diakses 13 Oktober 2020, <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-down-syndrom-2019-1.pdf>.

seorang guru pendamping sangat bermanfaat serta dapat meningkatkan kualitas belajar anak berkebutuhan khusus. Namun dalam membimbing proses belajar siswa yang memiliki latar belakang mental seperti *down syndrome* tidaklah mudah. Banyak kendala yang dialami seorang guru pendamping, dikarenakan kurangnya keprofesionalan guru saat mengajar. Akan tetapi guru yang memang berprofesinya sebagai GPK akan lebih membimbing siswanya. Ada siswa yang memang sulit dibimbing dan adapula siswa yang dapat mengikuti arahan guru pendampingnya. Kesulitan guru pendamping biasanya karena siswa sulit untuk di ajak berkomunikasi, siswa selalu ingin bermain dengan teman kelasnya, serta sulit untuk mengontrol emosi saat siswa menunjukkan perilaku negatifnya. Maka dari itu sikap positif, serta sabar seorang guru pendamping sangat dibutuhkan dalam proses belajar siswa yang dibimbing.

Dalam agama Islam sangat mementingkan sikap positif dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bersikap positif terhadap Allah, sebagaimana yang dijelaskan dalam sebuah Hadits Muhammad SAW mengenai pentingnya sikap positif kepada Tuhan:

“Janganlah pernah di antara kalian yang mati kecuali dia telah berhusn al-Zhann ke pada Allah.” (Hadits ini diriwayatkan oleh Muslim dan Ahmad.

Hadits di atas menjelaskan bahwa berprasangka baik kepada Tuhan atau yang sering di sebut dengan *husnuzzhon* merupakan suatu sikap penting yang harus dimiliki oleh setiap umat Islam. *Husnuzzhon*

merupakan pemikiran positif dan berprasangka baik terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan. Menurut Uly, Wibisono & Nurtjahjo, secara etimologis, kata *husnuzzhan* atau yang biasa disebut *khusnuzzhon* tersusun atas dua kata, yaitu '*husn*' yang berarti baik (positif) dan '*dzan*' yang bermakna persangkaan.⁴⁹

Orang yang senantiasa berbaik sangka hidupnya akan merasa tenang, tentram, mudah, dan banyak kawan karena disukai oleh banyak orang, suka memaafkan kesalahan orang lain, selalu mengutamakan sangkaan positif terhadap ujian yang menimpa, *husnuzzhon* juga dapat meningkatkan kesehatan mental. Lebih dari itu keuntungan *berbusnuzzhon* itu adalah; apabila sangkaan baiknya tidak sesuai atau luput, maka dia tidak akan mendapatkan dosa dari prsangkaannya, karena sangkaannya baik dan tidak merugikan atau menzalimi orang lain, lain halnya dengan *su'uzzhon* (jahat sangka) apapun hasilnya, baik sangkaan jahatnya sesuai, apalagi kalau tidak itu benar, maka ia akan mendapatkan dosa dengan nyata, ditambah lagi tidak akan ada ketenangan dan ketentraman dalam hidupnya karena prasangkaannya sendiri.⁵⁰ Dengan skema kerangka berpikir sebagai berikut:

⁴⁹ Resha Karina Puteri, "Hubungan Antara Khusnudzon Dan Resiliensi Pada Penyintas Bencana Longsor," Skripsi:Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Uii Yogyakarta 2018.

⁵⁰ Akhmad Sagir, *Husnuzzhan Dalam Prespektif Psikologi*

Bagan 1.2
Kerangka Berpikir

