

**DINAMIKA KESIAPAN MENTAL, AKADEMIK, DAN  
SPIRITUAL SISWA DALAM MENGHADAPI  
KOMPETISI SAINS MADRASAH (KSM):  
STUDI KASUS DI MAN BONDOWOSO**



**Oleh:**

**HUDAIFAH**

**NIM: 22200012029**

**TESIS**

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh  
Gelar Master of Arts (M.A.)  
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam

**YOGYAKARTA**

**2025**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hudaifah  
NIM : 22200012029  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 3 Juli 2025

Saya yang menyatakan,



**Hudaifah**

NIM: 22200012029

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hudaifah  
NIM : 22200012029  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 3 Juli 2025

Saya yang menyatakan,



**Hudaifah**

NIM: 22200012029



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-982/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : DINAMIKA KESIAPAN MENTAL, AKADEMIK, DAN SPIRITUAL SISWA DALAM MENGHADAPI KOMPETISI SAINS MADRASAH (KSM): STUDI KASUS DI MAN BONDOWOSO

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HUDAIFAH, S.Sos  
Nomor Induk Mahasiswa : 22200012029  
Telah diujikan pada : Kamis, 10 Juli 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



Valid ID: 68a569129084f

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A.  
SIGNED



Valid ID: 68a7aac19728d

Penguji II

Prof. Zulkipri Lessy,  
S.Ag., S.Pd., BSW, M.Ag., MSW., Ph.D.  
SIGNED



Valid ID: 68a559c1bacce

Penguji III

Prof. Dr. Hj. Cusmini, S.Ag., M.Si.  
SIGNED



Valid ID: 68a7a2b2acc577a

Yogyakarta, 10 Juli 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.  
SIGNED

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,  
Direktur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Asssalamu'alaikum wr. wb.*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **DINAMIKA KESIAPAN MENTAL, AKADEMIK, DAN SPIRITUAL SISWA DALAM MENGHADAPI KOMPETISI SAINS MADRASAH (KSM): STUDI KASUS DI MAN BONDOWOSO**

Yang ditulis oleh:

Nama : Hudaifah  
NIM : 22200012029  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.*

Yogyakarta, 18 Juni 2025

Pembimbing.

  
Prof. Zulkipli Lessy, M.Ag., M.S.W., Ph.D.  
NIP. 19681208 200003 1 001

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika kesiapan mental, akademik, dan spiritual siswa dalam menghadapi Kompetisi Sains Madrasah (KSM) di MAN Bondowoso. Kesiapan ini mencakup kesiapan akademik, kesiapan mental dan spiritual. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis Studi Kasus. Lokasi penelitian adalah MAN Bondowoso berlokasi di Kabupaten Bondowoso Provinsi Jawa Timur. Subjek penelitian ini diambil dari kategori satu kepala sekolah, dua guru, satu pembina KSM, satu guru pembimbing, satu siswa dan dua siswi. Metode yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dalam menentukan subjek penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Karena peneliti ingin memperoleh data yang mendalam dan relevan dari informan yang paling memahami fenomena yang diteliti. Pemilihan informan dilakukan berdasarkan kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya sesuai dengan tujuan penelitian. Fokus penelitian adalah (1) Dinamika Kesiapan mental, Akademik, dan spiritual siswa MAN Bondowoso dalam menghadapi KSM (2) apa saja faktor pendukung dan faktor penghambat dalam memberikan kesiapan KSM (3) bagaimana kontribusi bimbingan belajar dan bimbingan spiritual Islam terhadap kesiapan siswa menghadapi KSM.

Hasil dari penelitian ini adalah kesiapan akademik dilihat variasi belajar siswa, tingkat konsistensi dan keaktifan dalam bimbingan sedangkan untuk kesiapan mental dan spiritual siswa yang mengalami kecemasan diberikan bimbingan spiritual seperti doa bersama, zikir, rutin dan tausiah dari guru pembina sebagai bentuk bimbingan spiritual dalam memberikan ketenangan batin kepada siswa. Selanjutnya terdapat faktor penghambat dan pendukung dalam kesiapan siswa menghadapi KSM. Pertama faktor pendukung dilihat dari komitmen guru dan lingkungan madrasah yang kompetitif sedangkan untuk faktor penghambat, tekanan akademik dan kurangnya waktu bimbingan secara individual. Kesiapan siswa juga dilihat dari kebutuhan psikologis dan spiritual. Dalam penelitian ini menggunakan teori Abraham Maslow dalam menganalisis kebutuhan

psikologis dan spiritual siswa menggunakan teori hierarki kebutuhan yang terdiri dari kebutuhan fisiologis sampai pada tingkat tertinggi aktualisasi diri.

**Kata Kunci :** Kesiapan mental, Kesiapan akademik, Kesiapan Spiritual, Kompetisi Sains Madrasah.



## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*, seluruh puji syukur atas penulis sampaikan kepada Allah SWT. karena atas rahmat dan pertolongan dari-Nya, seluruh rangkaian proses dalam penyusunan tesis ini berjalan dengan lancar, sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir berupa tesis ini sebagai syarat untuk memperoleh gelar magister. Shalawat salam semoga terus mengalir deras kepada Nabi Muhammad SAW. yang telah menjadi perantara tersampainya Islam, dan menjadi perantara bagi penulis secara khusus dan masyarakat muslim secara umum dalam menikmati ilmu pengetahuan.

Tesis ini *telah* melalui proses panjang, mulai dari penelitian, penulisan, bimbingan, *munaqasyah*, dan sebagainya. Seluruh rangkaian proses tersebut tidak lepas dari kontribusi berbagai pihak. Oleh karena itu penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan akses serta memudahkan mahasiswa melalaui kebijakan kampus.
2. Prof. Dr. Moch Nur Ichwan, selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan dalam memberikan kesempatan dalam mengikuti pendidikan di kampus ini.
3. Najib Kailani, S.Fil.I., M.A Ph.D. selaku ketua Program Studi Magister Interdisclpnary Islamic Studies UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.



4. Prof. Zulkipli Lessy, S.Ag., S.Pd., BSW, M.Ag., MSW., Ph.D. selaku pembimbing yang selalu meluangkan waktu membimbing dengan penuh kesabaran serta terima kasih juga karena selalu memberikan arahan dan motivasi kepada penulis selama penelitian dan penyusunan tesis ini.
5. Seluruh staf Prodi dan staf Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memfasilitasi penulis selama menempuh pendidikan dan penyusunan tesis ini.
6. Orang tua dan seluruh keluarga besar yang doa-doanya menjadi paling penting dalam menyokong seluruh proses studi penulis hingga penyelesaian tugas akhir ini.
7. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu untuk dilibatkan dalam kepentingan penelitian ini.

Demikian semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan memberikan sumbangsih di bidang keilmuan. Selebihnya tesis ini sudah disusun semaksimal mungkin sekalipun di dalamnya masih terdapat kekurangan- kekurangan. Oleh karena, itu penulis secara terbuka menerima kritik dan saran sebagai evaluasi bagi *penulis* dan kajian yang diangkat.

Yogyakarta, 3 Juli 2025

Hudaifah  
NIM: 22200012029

## MOTTO

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.  
Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”*

(Q.S. Al-Insyirah: 5-6)



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
MOTTO .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan dan Signifikasi Penelitian .....	7
D. Kajian Pustaka .....	7
E. Karangka Teoretis .....	12
1. Teori Kesiapan Mental .....	12
2. Teori Kesiapan Akademik .....	16
3. Teori Kesiapan Spiritual .....	20
4. Bimbingan Belajar .....	21
5. Bimbingan Spiritual Islam .....	24
6. Faktor Pendukung dan Penghambat .....	28
F. Metode Penelitian .....	30
1. Pendekatan Kualitatif .....	30
2. Subjek Penelitian .....	30
3. Teknik Pengumpulan Data .....	32

4. Analisis Data .....	34
G. Sistematika Pembahasan .....	37
<b>BAB II NARASI HASIL PENELITIAN (GAMBARAN KESIAPAN MENTAL, AKADEMIK, DAN SPIRITUAL SISWA MAN BONDOWOSO DALAM MENGHADAPI KSM) .....</b>	<b>39</b>
A. Kesiapan Akademik.....	39
1. Variasi siswa dalam Strategi Belajar .....	39
2. Tingkat Konsistensi dan Keaktifan Dalam Bimbingan .....	41
3. Ketersediaan Materi Terintegrasi Sains dan Ayat-ayat Al-Qur'an.....	43
4. Kesiapan Mental dan Spiritual .....	45
5. Takut Mengecewakan .....	46
6. Aktivitas Spiritual dalam Menghadapi Kecemasan Siswa.....	47
B. Faktor Pendukung .....	53
1. Komitmen Guru.....	53
2. Lingkungan Madrasah (Kompetitif, Religiusity, Dorongan Keluarga, Fasilitas Pembinaan Berbasis Nilai-Nilai Islam).....	57
C. Faktor Penghambat.....	64
1. Tugas Akademik .....	64
2. Tekanan Ekspektasi .....	66
3. Kurangnya Waktu Untuk Pembinaan Individual.....	67
D. Peran Bimbingan.....	69
1. Bimbingan Spiritual Terkait Ketenangan Batin.....	69
2. Bimbingan Spiritual, Tawakal, dan Ketenangan Batin.....	72
3. Bimbingan Belajar Terstruktur Berbasis Integrasi Naqli dan Aqli .....	73

<b>BAB III GAMBARAN PEMBAHASAN KONTRIBUSI BIMBINGAN BELAJAR DAN BIMBINGAN SPIRITUAL ISLAM TERHADAP KESIAPAN SISWA MENGHADAPI KSM .....</b>	<b>77</b>
A. Analisis Teori Maslow Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Psikologis dan Spiritual dalam Menangani Kecemasan Siswa .....	77
1. Kebutuhan Psikologis dan Spiritual dalam Teori Maslow ...	77
2. Dampak Ketidakstabilan Rasa Aman dan Harga Diri Terhadap Kecemasan.....	83
3. Pendekatan Islami dalam Mengatasi Kecemasan.....	84
B. Bimbingan Spiritual Sebagai Wadah Pembinaan Ruhani Siswa .....	86
1. Bimbingan akademik yang terencana.....	88
2. Seleksi Siswa Berdasarkan Nilai Rapor dan Tes Tulis .....	88
3. Pemilihan Guru Pembimbing .....	92
4. Metode Bimbingan Konseling Belajar .....	96
5. Bimbingan berbasis integratif antara ilmu dan iman.....	108
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>111</b>
A. Kesimpulan.....	111
B. Saran.....	112
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>113</b>
<b>LAMPIRAN DOKUMENTASI .....</b>	<b>121</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>125</b>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kompetisi Sains Madrasah (KSM) merupakan salah satu ajang strategis dalam meningkatkan mutu pendidikan sains berbasis nilai Islam. KSM tidak hanya menuntut kecerdasan intelektual, tetapi juga integritas moral dan kesiapan spiritual, sesuai dengan karakteristik madrasah sebagai lembaga pendidikan yang menyinergikan ilmu pengetahuan dan agama. Kompetisi Sains Madrasah merupakan ajang kompetisi yang diadakan oleh Kementerian Agama yang pertama kali dilaksanakan pada tahun 2012.<sup>1</sup>

Latar belakang terbentuknya Kompetisi Sains Madrasah berdasarkan keputusan Direktur Jendral Pendidikan Islam Nomor 2742 tahun 2022 tentang petunjuk pelaksanaan Kompetisi Sains Madrasah tahun 2022 sebagai ajang untuk membangkitkan gairah siswa madrasah dengan mengintegrasikan sains dan konteks nilai-nilai Islam, soal-soal sains dikolaborasikan dengan konteks yang ada di dalam Al-Qur'an. Tidak hanya itu, soal-soal sains dalam KSM menggali konsep terapan yang ada dalam Islam seperti dalam ilmu zakat, ilmu falak, sehingga siswa madrasah mampu mengkaji konsep ke-Islaman dengan sains, dan yang terakhir yaitu

---

<sup>1</sup> Adelia Alfama Zamista, Pipi Deswita, "Pendampingan Persiapan Kompetisi Sains Madrasah (KSM) Menjawab Tentang Integrasi Al-Quran dan Sains Dalam Soal KSM", *Qardhul Hasan*, 10, No. 2 (2024) 203.

sains, tujuannya untuk menyelaraskan siswa madrasah dengan siswa umum dalam bidang ilmu sains.<sup>2</sup>

Madrasah merupakan satuan pendidikan yang berbasis Islam dan madrasah berada di bawah naungan Kementerian Agama. Terdapat perbedaan antara madrasah dengan sekolah umum, yaitu terletak pada tambahan mata pelajaran agama Islam. Madrasah memiliki kurikulum berbeda dengan sekolah umum. Berdasarkan hasil Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 184 Tahun 2019 tentang Pedoman Implementasi Kurikulum pada Madrasah. Di dalamnya berisi bahwa madrasah adalah pendidikan formal dibawah naungan Kementerian Agama, yakni pendidikan umum yang memiliki ciri khas ke-Islaman. Tujuannya adalah untuk membentuk generasi penerus bangsa yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia serta menjaga kerukunan antarumat. Dalam perkembangan kemampuan secara sosial, peserta didik diharapkan memahami dan mengamalkan nilai-nilai agama dan menyelaraskan penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.<sup>3</sup>

Di MAN Bondowoso, partisipasi siswa dalam KSM menunjukkan prestasi yang menggembirakan, namun terdapat variasi kesiapan antar peserta. Beberapa siswa memiliki potensi akademik tinggi namun tidak mampu menampilkan performa optimal, terutama akibat tekanan mental, kurangnya dukungan

---

<sup>2</sup>“Juknis KSM 2022 Ayomadrasah.Pdf,” *Google Docs*, 25 Maret, 2024, [https://drive.google.com/file/d/1ddvkKMzbNC8zYiKTb4BR7q-gzS-RKPIc/view?usp=sharing&usp=embed\\_facebook](https://drive.google.com/file/d/1ddvkKMzbNC8zYiKTb4BR7q-gzS-RKPIc/view?usp=sharing&usp=embed_facebook).

<sup>3</sup> *Ibid.*

emosional, serta belum terbangun sistem bimbingan spiritual yang terpadu.

Bimbingan belajar sendiri meliputi masalah belajar pada individu antara lain bagaimana perkembangan dan penyesuaian diri dalam proses belajar, perkembangan belajar dan melakukan penelitian terhadap siswa yang berpotensi memiliki prestasi, motivasi, minat dan masalah serta cara menyelesaikannya. Agar tercapai kegiatan belajar dan menghasilkan tujuan yang maksimal, maka pendidik harus paham akan prinsip dari belajar itu sendiri mengingat terdapat banyak strategi belajar dan bermacam pula karakter siswa sehingga pendidik harus tahu karakter yang cocok untuk siswanya dalam memberikan strategi belajar.<sup>4</sup>

Selain bimbingan belajar yang efektif bagi siswa diperlukan juga bimbingan spiritual. Bimbingan spiritual merupakan hal yang penting dalam peningkatan kehidupan seorang siswa karena bimbingan spiritual mampu membantu peserta didik untuk mengembangkan pertumbuhan pribadi baik secara rohani, mental dan sosial. Selain itu, bimbingan spiritual juga mengajarkan kepada siswa bagaimana tentang kekuasaan Tuhan dengan memberikan pemahaman bahwa Tuhan adalah Pencipta segala sesuatu. Bimbingan spiritual itu bersifat moril dalam proses belajar

---

<sup>4</sup> Gusman Lesmana, *Bimbingan dan Konseling Belajar* (Jakarta: Prenada Media, 2022), 1.



siswa diarahkan tidak hanya fokus pada moril, namun ada sisi spiritual yang harus dijalankan untuk kesuksesan belajarnya.<sup>5</sup>

Bimbingan spiritual juga sangat erat kaitannya dengan bimbingan kejiwaan. Oleh karena itu, pendekatan yang harus dilakukan fokus pada pembentukan nilai-nilai iman. Untuk sampai pada tahap ini, maka perlu dilakukan apa yang disebut keteladanan, pembiasaan, dan disiplin yang difokuskan pada pembentukan nilai-nilai amal, karena keduanya saling berkaitan satu sama lain. Oleh karena itu, kesadaran terhadap agama dan pengalaman beragama dapat dilalui dengan proses bimbingan sehingga membantu individu yang beriman dan beramal saleh.<sup>6</sup>

Bimbingan spiritual sendiri merupakan sebuah komunikasi antarguru dan siswa yang di dalam pembahasannya terkait dengan iman dan keagamaan. Tujuannya adalah untuk menjalani hidup penuh berharga dan mampu mengontrol diri sehingga ia menjadi siswa yang saleh yakni bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pelaksanaan bimbingan spiritual ini bertujuan untuk membentuk siswa yang percaya bahwa manusia bisa berusaha semaksimal mungkin dan disandingkan dengan Kekuatan Yang Maha Kuasa karena sejatinya manusia tetap butuh terhadap kekuatan yang berada di luar tubuh kita. Pada umumnya, sekolah telah mempersiapkan siswanya dalam mengikuti kompetisi di banyak institusi. Pendidikan fokus pada peningkatan kemampuan

---

<sup>5</sup> Suryati dan Salehudin, "Program Bimbingan dan Konseling Untuk Mengembangkan Kecerdasan Spiritual dan Emosional Siswa." 14 Maret 2024, <http://repository.uinsi.ac.id/handle/123456789/997>.

<sup>6</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Depok: RajaGrafindo Persada, 2016). 330.

akademis seperti memberikan les tambahan, bimbingan belajar, latihan soal-soal dengan membedah soal-soal KSM pada tahun-tahun sebelumnya. Informasi tentang tips dan trik mengikuti kompetisi dan pendekatan strategis telah diperkuat oleh hasil penelitian Danika bahwa dengan memberikan bimbingan belajar tambahan kepada siswa dapat membantu siswa memperoleh kesiapan yang bagus ketika menghadapi kompetisi.<sup>7</sup> Pendekatan ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa, sehingga mereka lebih siap dan mampu meraih kemenangan dalam kompetisi.

Fenomena ini mencerminkan pentingnya pendekatan holistik dalam memahami kesiapan siswa, yang tidak hanya mencakup aspek akademik, tetapi juga kesiapan mental dan spiritual. Islam sendiri sangat menekankan keseimbangan antara akal (*'aql*), hati (*qalb*), dan amal (*amal*). Sayangnya, kajian yang mengulas dinamika tersebut secara utuh di konteks madrasah masih terbatas. Hal ini sejalan dengan fungsi madrasah sebagai wadah pendidikan bagi para siswa. Penelitian memberikan bukti bahwa terdapat dampak yang signifikan bagi para siswa ketika mempersiapkan untuk mengikuti kompetisi. Pertama dapat dilihat dari persiapan sekolah dalam menyaring siswa dan siswi berprestasi saat penerimaan siswa baru, ketersediaan guru pembimbing yang bagus, fasilitas sekolah yang memadai dan

---

<sup>7</sup> Pranata, "Pendampingan Kompetisi Sains Madrasah (KSM) Melalui Kerja Sama dan Kolaborasi Madrasah-Kampus." *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat* 4, no. 1 (2024): 324-334.

dukungan dari pihak sekolah untuk memberikan bimbingan terbaik terhadap siswa dan siswinya.

Namun, terdapat satu aspek penting yang sering kali terlewatkan dalam persiapan ini yaitu kecemasan siswa saat menghadapi kompetisi. Kecemasan ini sangat berdampak pada hasil kinerja siswa meskipun secara akademis sudah sangat bagus. Kecemasan ini tidak hanya bisa diatasi dengan pendekatan kognitif atau persiapan kognitif, sebagaimana yang dialami oleh siswa di MAN Bondowoso bahwa sebelum menghadapi kompetisi siswa merasakan kecemasan seperti gemetar, keluar keringat dingin dan gugup karena takut akan gagal. Oleh karena itu, penting untuk memberikan bimbingan spiritual agar dapat memberikan ketenangan batin, kepercayaan diri, dan keseimbangan emosional yang dibutuhkan oleh siswa untuk mengatasi kecemasan. Adanya bimbingan spiritual selain membantu siswa dalam mengatasi kecemasan, namun juga membantu mereka untuk mengembangkan keseimbangan emosional dan mental yang lebih baik. Dengan demikian, siswa, tidak hanya siap secara akademis tetapi juga secara emosional dan spiritual. Bimbingan spiritual juga memberikan dukungan yang holistik, membantu siswa meraih kesuksesan dalam keadaan hati tenang dan pikiran yang jernih.

Penelitian ini menjadi penting untuk mengidentifikasi berbagai faktor pendukung dan penghambat, serta menelaah peran bimbingan baik akademik maupun spiritual dalam mempersiapkan siswa dalam menghadapi KSM dengan keunggulan intelektual dan kekuatan ruhani.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana dinamika kesiapan mental, akademik, dan spiritual siswa MAN Bondowoso dalam menghadapi KSM?
2. Apa saja yang menjadi faktor pendukung dan penghambat dalam memberikan kesiapan pelaksanaan menghadapi KSM di MAN Bondowoso ?
3. Bagaimana kontribusi bimbingan belajar dan bimbingan spiritual islam terhadap kesiapan siswa menghadapi KSM?

## **C. Tujuan dan Signifikasi Penelitian**

1. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dinamika kesiapan mental, akademik, dan spiritual siswa MAN Bondowoso dalam menghadapi KSM
2. Mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat kesiapan dalam menghadapi KSM
3. Menganalisis peran bimbingan belajar dan bimbingan spiritual berbasis nilai- nilai Islam terhadap kesiapan siswa

## **D. Kajian Pustaka**

Penelitian terdahulu banyak membahas kesiapan akademik siswa dalam lomba sains atau olimpiade, termasuk strategi belajar dan motivasi. Namun, penelitian yang mengintegrasikan aspek mental, spiritual, dan akademik secara kontekstual di madrasah, khususnya dengan pendekatan Islami, masih jarang ditemukan. Beberapa studi menunjukkan bahwa bimbingan spiritual mampu menurunkan kecemasan dan meningkatkan optimisme siswa,

namun belum banyak dihubungkan langsung dengan kesiapan menghadapi KSM. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan persiapan kompetisi.

Sebuah artikel jurnal yang ditulis oleh Dody Rahayu Prasetyo, penelitian ini hanya berfokus pada pembimbing yang hanya menekankan pada soal-soal terdahulu dan kemampuan siswa dalam menyelesaikan soal-soal.<sup>8</sup> Senada dengan Artikel jurnal ini ditulis oleh Ulfasari dkk Kegiatan ini berhasil dilaksanakan dengan baik meskipun belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi yang didapat oleh siswa. Namun, kegiatan ini memberikan pengetahuan dan wawasan baru kepada para siswa dan siswi terkait materi dan soal-soal olimpiade matematika.<sup>9</sup> Hal ini diperkuat oleh penelitian Syafriza Idris dkk kegiatan pendampingan persiapan olimpiade sains dengan memberikan soal-soal olimpiade pada secara umum dapat mengantarkan siswa SMAN 1 Muara batu lulus seleksi olimpiade tingkat Kabupaten ke tingkat Provinsi.<sup>10</sup>

Temuan terkait pendampingan akademik siswa dalam penelitian Jannatin dkk, kegiatan pendampingan persiapan

---

<sup>8</sup> Dody Rahayu Prasetyo, "Pendampingan KSM Fisika Menggunakan Pendekatan *Islamic Contextual Teaching and Learning* di MA Muwahidun", *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 2 (2023): 7-15.

<sup>9</sup> Ulfasari Rafflesia, "Penerapan Uji T-Berpasangan Untuk Melihat Pengaruh Pembinaan Siswa dalam Menghadapi Pembinaan Siswa dalam Menghadapi Persiapan Lomba Olimpiade Matematika," *Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS* 1, no1 (2017). 81.

<sup>10</sup> Syafriza Idrii dkk, "Pendampingan Persiapan Olimpiade Sains Nasional Bidang Kebumihan di SMAN 1 Muara Batu", *Jurnal Vokasi*, 7, No. 2 (2023)134-139.

olimpiade ini berfokus mengurangi ketakutan dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dengan hasil sekitar 80% siswa merasa memahami materi, berani menyatakan pendapat dan mampu menyelesaikan soal latihan, merasa bahagia dan tidak takut serta termotivasi untuk juara.<sup>11</sup> Senada dengan hasil penelitian Muhammad Chaerul yang berfokus pada pendampingan akademik untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis, dan strategi pemecahan masalah hasil dari penelitian ini yakni siswa mengalami peningkatan pemahaman, peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa.<sup>12</sup> Dan hasil penelitian Iqbal Khasirudin, penguatan kompetisi menggunakan metode ICARE (*Introduction, Connection, Application, Reflection, Extension*) diterapkan dalam pembinaan akademik siswa untuk mendalami konsep, mengaitkan dengan konteks nyata, refleksi, dan pengembangan lanjutan. Hasilnya memberikan peningkatan pemahaman konsep, keterampilan pemecahan soal serta rasa percaya diri siswa.<sup>13</sup>

Kusniawati penelitian skripsi yang penelitiannya terkait konseling spiritual efektif dalam menurunkan kecemasan akademik terhadap penyelesaian skripsi mahasiswa. Konseling spiritual yang dilakukan menggunakan psikoterapi doa dengan

---

<sup>11</sup> Jannati, dkk “Siapa Takut Jadi Juara OSN-K? Pendampingan Siswa SMP Negeri 6 Mataram dalam Rangka Persiapam OSN-K IPA Bidang Fisika” *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6, No. 3 (2023) 661-667.

<sup>12</sup> Muhammad Chaerul, dkk “Pendampingan dan Pembinaan Bagi Siswa SMA Negeri 3 Luwu dalam Persiapan Olimpiade Sains Nasional (OSN) Bidang Kebumihan”, *Jurnal of Social Science Research*, 4, No. 5 (2024) 1082-1090.

<sup>13</sup> Iqbal Kharisudin, dkk “Penguatan Kompetisi Siswa Olimpiade Sains Nasional Bidangag Matematika Sekolah Indonesia Kuala Lumpur” *PRISMA*, 8 (2025).

memperhatikan lima hal dalam mencapainya yaitu konsisten, ikhlas, pasrah, dan bersyukur.<sup>14</sup> Selanjutnya dari artikel jurnal Elva dkk, penelitian mereka tentang penerapan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) di mana teknik ini merupakan salah satu teori konseling Islam sehingga bisa digunakan untuk menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa teknik SEFT efektif digunakan untuk membantu siswa mengurangi kecemasan dalam menghadapi ujian nasional.<sup>15</sup>

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu diatas maka dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan. Penelitian terdahulu berfokus pada pelatihan soal-soal olimpiade pada tahun sebelumnya. Berdasarkan penelitian terdahulu terkait pendekatan berbasis latihan soal olimpiade menjadi salah satu strategi efektif untuk meningkatkan kesiapan akademik siswa. Meskipun dampaknya tidak terlihat secara langsung untuk meningkatkan prestasi namun secara signifikan strategi ini berperan penting dalam membangun familiaritas, pemahaman, konsep, serta kesiapan mental siswa dalam menghadapi tantangan kompetisi sains. Selain hal tersebut terdapat penelitian terdahulu yaitu pendampingan yang terarah untuk meningkatkan motivasi dan

---

<sup>14</sup> Kusniawati, *Efektivitas Konseling Spiritual dalam Mereduksi Kecemasan Akademik Mahasiswa (Studi di Prodi Bimbingan Konseling Islam UIN Suska Riau)* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau , 2024), 62.

<sup>15</sup> Elva Yunita, dkk, “Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Bimbingan Kelompok untuk Menurunkan Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Nasional,” *Jurnal BK Unesa* 3, no.1 (2013): 291-297.



kesiapan siswa dalam menghadapi olimpiade, baik dari segi pemahaman konsep, keterampilan berpikir, maupun kepercayaan diri. Dalam mengikuti sebuah kompetisi tentu tidak luput dengan yang namanya kecemasan penelitian terdahulu banyak membahas terkait bimbingan spiritual, melalui psikoterapi doa dan SEFT memiliki peran penting dalam meningkatkan ketenangan batin, mengurangi kecemasan, serta memperkuat kesiapan mental akademik siswa dalam menghadapi tantangan akademik yang berat.

Posisi penelitian yang dilakukan adalah sebagai penguat temuan-temuan terdahulu yang menunjukkan pentingnya kesiapan dalam mengikuti kompetisi tidak hanya fokus pada satu faktor saja untuk mencapai keberhasilan. Penelitian ini berperan menggali lebih dalam bagaimana kesiapan secara mental, akademik dan spiritual. Dengan demikian penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya sekaligus dan menambah prespektif baru.

*Novelty* dalam penelitian ini adalah fokus pada kesiapan mental, akademik, dan spiritual siswa dalam menghadapi kompetisi yang menjadi komponen kunci, yang dalam penelitian-penelitian sebelumnya belum dibahas secara bersamaan terkait kesiapan siswa dalam menghadapi kompetisi dari segi kesiapan mental, akademik, dan spiritual. Penelitian ini menghadirkan kontribusi baru bahwa untuk melihat kesiapan siswa sebelum mengikuti kompetisi dapat dilihat dari ketiga kesiapan tersebut.



## **E. Karangka Teoretis**

### **1. Teori Kesiapan Mental**

Kesiapan mental merupakan suatu bentuk keinginan tertentu tergantung pada tingkat kematangan, pengalaman dan emosi individu. Dalam hal ini kesiapan mental siswa dapat dilihat dari kondisi psikologis siswa dalam memengaruhi kemampuan siswa dalam menghadapi tantangan, seperti kompetisi dan olimpiade. Kesiapan mental tidak hanya berkaitan dengan penguasaan materi namun dilihat juga dari daya tahan psikologis, pengendalian emosi, serta keyakinan dari dalam menghadapi situasi bertekanan tinggi.<sup>16</sup>

Beberapa faktor pembentuk kesiapan mental sebagai berikut:

#### **a. Motivasi**

Sebuah dorongan internal untuk berprestasi baik intrinsik seperti minat dan cita-cita, maupun ekstrinsik seperti dukungan guru, orang tua, dan penghargaan. Pengetahuan yang sudah diperoleh perlu yang namanya dorongan internal untuk terus belajar, dorongan ini berasal dari rasa ingin tahu yang tinggi. Motivasi belajar dapat timbul dari faktor intrinsik dan hasrat untuk berhasil dalam sebuah harapan dan cita-cita. Sedangkan faktor eksternal dapat dari adanya penghargaan, lingkungan yang kondusif serta

---

<sup>16</sup> Dewita Supriyatni dan Asep Suhendar, "Hubungan Kesiapan Mental dan Kepercayaan diri Dengan Kinerja Wasit Futsal", *Jurnal Of Physical and Outdoor Education*", 3, No. 2 (2021) 132-134.

kegiatan belajar yang menyenangkan. Wina Sanjaya mengatakan bahwa motivasi merupakan pembelajaran yang sangat penting. Sering terjadi saat siswa yang kurang dalam prestasi terkadang bukan karena tidak mampu melainkan kurangnya motivasi belajar sehingga ia menjadi kurang berusaha dalam meningkatkan kemampuannya.<sup>17</sup>

b. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan keyakinan siswa terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan kompetisi. Percaya diri merupakan aspek terpenting dalam diri siswa karena ketika kurangnya percaya diri dapat menimbulkan banyak masalah dalam diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan kunci sukses dalam hidup. Selain itu kepercayaan diri merupakan keyakinan dari individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>18</sup>

c. Regulasi Emosi

Bentuk kemampuan mengendalikan emosi negatif seperti rasa cemas, takut gagal. Sekaligus mampu memelihara emosi positif seperti optimisme dan semangat. Regulasi emosi merupakan proses siswa membentuk emosi yang dimilikinya dan tahu cara untuk mengekspresikan

---

<sup>17</sup> Sunarti Rahman, "Pentingnya Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar", *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, (2021).

<sup>18</sup> Ridha Ayu Sestiani dan Abdul Muhid, "Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: *Literature Review*" *Jurnal Tematik*, 3, No. 2 (2021)245-251.

emosinya. Regulasi emosi juga merupakan sebuah kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengubah reaksi emosionalnya untuk berperilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisinya.<sup>19</sup>

d. Pengalaman belajar

Pengalaman siswa dalam latihan soal-soal kompetisi pada tahun sebelumnya, rutin dalam ikut pembinaan Kompetisi Sains Madrasah dan berpengalaman pada kompetisi sebelumnya dapat memperkuat mental bertanding siswa.

Hal ini diperkuat dengan teori *Achivment Motivation Theory* milik McClelland yang menekankan bahwa prestasi seseorang dipengaruhi oleh *need for achievment*, yaitu berupa dorongan untuk berhasil, mengatasi tantangan mencapai standar tertentu. Individu dengan kebutuhan pencapaian (*need for achievement/nAch*) cenderung berfokus pada pencapaian pribadi dibanding sekadar memperoleh penghargaan eksternal. Mereka terdorong untuk melakukan sesuatu dengan lebih baik dan lebih efisien daripada sebelumnya. Penelitian McClelland menunjukkan bahwa orang dengan tingkat prestasi tinggi memiliki ciri khas berupa dorongan untuk menyelesaikan tugas dengan cara yang lebih unggul, mencari situasi yang memberi tanggung jawab pribadi dalam pemecahan masalah, serta menyukai adanya umpan balik cepat untuk menilai perkembangan diri. Mereka menetapkan tujuan yang

---

<sup>19</sup> Kinanti Hanum Kumala, "Strategi Regulasi Emosi pada Mahasiswa degan Banyak Peran"*Jurnal Penelitian Psikologi*, 9, No. 3 (2022) 19-29.

menantang namun realistis, dan tidak bergantung pada keberuntungan atau faktor eksternal. Sebaliknya, mereka menghindari tugas yang terlalu mudah maupun terlalu sulit, dan lebih memilih tantangan dengan tingkat kesulitan menengah yang memungkinkan pengembangan kemampuan optimal.<sup>20</sup>

Kesiapan mental siswa sangat dipengaruhi oleh *self-efficacy*. Teori ini dikembangkan oleh Bandura yang mana keyakinan individu bahwa dirinya mampu melaksanakan tugas dan mencapai hasil yang diinginkan. Semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin kuat pula ketahanan mental, kepercayaan diri, serta motivasi berjuang dalam kompetisi. Self-efficacy pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura, yang menjelaskannya sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menunjukkan atau menghasilkan tingkat keterampilan tertentu ketika menghadapi suatu tugas, serta bagaimana hal itu dapat memengaruhi peristiwa dalam kehidupannya. Self-efficacy berperan dalam membentuk keyakinan seseorang mengenai cara ia merasa, berpikir, memotivasi diri, dan bertindak laku. Keyakinan ini menimbulkan perbedaan nyata dalam diri individu yang

---

<sup>20</sup> Raito dan Putri Nurul Baety, “Pengaruh Motivasi Prestasi David McClelland Terhadap Prestasi Akademik Siswa dalam Pembelajaran PAI Kelas XI AKL di SMK CILEDUNG Al-Musaddadiyah Garut”, *Jurnal Masagi*, 1, No. 1 (2022).

berdampak pada empat ranah utama, yaitu kognitif, motivasional, afektif, dan aspek-aspek lainnya.<sup>21</sup>

## 2. Teori Kesiapan Akademik

Kesiapan akademik merupakan kondisi dimana kemampuan siswa yang mencakup penguasaan aspek kognitif, penguasaan materi pelajaran, serta keterampilan dalam menggunakan strategi belajar yang efektif untuk menghadapi tuntutan akademik. akademik tidak hanya menguasai konsep, tetapi juga mampu mengaplikasikan dalam bentuk pemecahan masalah dan berpikir tingkat tinggi. Yang menjadi indikator kesiapan akademik adalah sebagai berikut:

### a. Kemampuan kognitif

Setiap siswa mengalami proses belajar dalam setiap langkah kehidupannya, karena dengan belajar siswa dapat mengalami perubahan diantaranya perubahan sikap dan memiliki ilmu pengetahuan yang berbeda dari sebelumnya. Kemampuan kognitif dimulai dari tingkat berpikir dasar hingga kompleks, meliputi kemampuan analisis, sintesis, dan evaluasi. Dalam proses belajar diperlukanlah pengetahuan dan keterampilan dasar untuk mempelajari sebuah pengetahuan baru. Untuk memberikan kesiapan dalam belajar maka pertama yang harus dilakukan adalah proses belajar siswa. Proses belajar tentu berkaitan dengan

---

<sup>21</sup> Kesi Mayang Sari “ Pengaruh Self Efficacy, Dukungan Sosial, dan otivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Belajar Siswa” *TARBAWI*, 8, No. 1 (2024) 1-16.

proses kognitif yang terjadi dalam diri siswa sehingga menghasilkan pembelajaran yang bermakna. Dalam memahami proses kognitif yang dialami oleh siswa maka guru dapat menemukan beberapa hal yang perlu diperhatikan agar supaya siswa dapat mengkonstruksi pengetahuan secara efektif dan menghasilkan pembelajaran bermakna. Proses kognitif adalah sebuah proses dari seorang individu dalam mengolah informasi yang diterima, kemudian informasi tersebut diolah dalam memori untuk menjadi sebuah pengetahuan baru.<sup>22</sup>

b. Penguasaan materi

Penguasaan materi disini merupakan pemahaman konsep-konsep sains secara mendalam dan menyeluruh, serta keterampilan menerapkannya dalam konteks soal olimpiade. Penguasaan materi dapat dibantu oleh guru yang mampu membentuk keterampilan proses belajar siswa sebagai persiapan menghadapi soal olimpiade yang menuntut berpikir tingkat tinggi, bukan hanya sekedar hafalan.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Nilza Humaira Salsabila, “ Proses Kognitif dalam Pembelajaran Bermakna”, *KNPMP II*, (2017) 202-6526.

<sup>23</sup> I Putu Artayasa, dkk “ Pengembangan Tes Keterampilan Proses Sains Untuk Pembinaan Olimpiade Sains di SMPN 20 Mataram” *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2, No. 1 (2019)11-16.

### c. Strategi belajar

Strategi belajar merupakan sebuah keterampilan siswa dalam belajar, konsistensi latihan soal, penggunaan metode belajar yang efektif, serta kemampuan refleksi diri.

Terdapat tiga strategi belajar yang digunakan yaitu: pertama strategi belajar kognitif merupakan transformasi dan manipulasi materi yang sedang dipelajari dalam strategi belajar kognitif terdapat tiga aspek 1) Mengulang materi pelajaran untuk membantu mempertahankan ingatan. 2) Elaborasi yaitu penambahan rincian informasi baru sehingga informasi yang dibangun menjadi lebih bermakna. 3) Strategi organisasi yaitu peningkatan terhadap makna dari informasi baru melalui penggunaan struktur-struktur pengorganisasian. Tujuan dari belajar kognitif adalah untuk membantu siswa dalam mengkonstruksi terhadap pengetahuannya sendiri.<sup>24</sup>

Selanjutnya Taksonomi Bloom menjelaskan bahwa hierarki kemampuan berpikir mulai dari level rendah seperti mengingat, memahami hingga level tertinggi seperti menganalisis, mengevaluasi dan mencipta. Taksonomi Bloom pertama kali dikenalkan oleh Benjamin S. Bloom berfungsi sebagai alat bantu untuk menyusun tujuan pembelajaran yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara

---

<sup>24</sup> Asmadi Als, dkk, "Strategi Belajar Kognitif Sebagai Mediator Peran Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar" *Gajah Mada Journal of Psychology*, 7, No. 1 (2021) 99-114

berjenjang dari tingkat kemampuan yang sederhana hingga kompleks. Ranah kognitif berhubungan dengan aspek berpikir dan kemampuan intelektual peserta didik. Ranah ini meliputi aktivitas mental seperti mengingat, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, hingga menciptakan. Setiap tingkatan disusun secara bertahap dan saling berkesinambungan, di mana penguasaan pada level tertentu menjadi dasar untuk melangkah ke level berikutnya. Ranah afektif menitikberatkan pada aspek emosional, sikap, nilai, serta motivasi individu. Proses dalam ranah ini mencakup menerima, merespons, menghargai, menyusun nilai, dan menginternalisasikannya ke dalam diri. Ranah psikomotorik berhubungan dengan keterampilan fisik dan gerak motorik, meliputi kemampuan koordinasi, manipulasi, serta penggunaan alat atau teknik secara efektif.<sup>25</sup>

Selanjutnya *self regulated learning* menekankan kemampuan siswa dalam mengatur tujuan belajar, memilih strategi yang sesuai, memantau kemajuan, serta melakukan refleksi dan evaluasi diri untuk perbaikan. *self regulated learning* merupakan sebuah proses dimana siswa secara aktif mengelola informasi dan mengasah kemampuan kognitifnya dengan mengatur cara mereka belajar secara mandiri untuk mencapai pembelajaran yang diharapkan. Keterampilan dalam *self regulated learning* melibatkan tiga aspek yang pertama

---

<sup>25</sup> Muhammad Afif Marta,dkk “Konsep Taksonomi Bloom dalam Desain Pembelajaran” *Lencana:Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 3 No. 1 (2025).



bagaimana penggunaan strategi dalam pembelajaran mandiri. Daya tanggap yang berorientasi pada diri sendiri tentang keefektifan pembelajaran, dan motivasi yang tinggi.<sup>26</sup>

### 3. Teori Kesiapan Spiritual

Kesiapan spiritual merupakan kondisi kesiapan batiniah seorang individu yang didasarkan pada kekuatan iman, pelaksanaan ibadah, dan penghayatan akhlak mulia. Dalam perspektif Islam, kesiapan ini bukan hanya sebatas dimensi psikologis, tetapi juga keterhubungan manusia dengan Allah SWT. Siswa yang memiliki kesiapan spiritual berarti memiliki kesadaran untuk menyerahkan segala urusan kepada Allah berupa tawakal, berusaha secara maksimal seperti ikhtiar dan menerima hasil dengan lapang dada. Sikap spiritual dapat dipahami sebagai atribut mental seseorang yang mencerminkan kepribadiannya dalam menanggapi suatu objek, khususnya nilai-nilai spiritual yang terkait dengan hubungan manusia dengan Tuhan, dirinya sendiri, sesama manusia serta lingkungan sekitarnya.<sup>27</sup>

Rujukan konsep Islam yang menjadi landasan spiritual dapat membimbing siswa dalam menghadapi tantangan akademik. pertama sikap tawakal sebagaimana ayat QS. At-

---

<sup>26</sup> Elok Faiqoh Maulidiyah, dkk “ Peran *self regulated learning* dalam Meningkatkan Prestasi akademik pada Mahasiswa” *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11, No. 2 (2024).

<sup>27</sup> Muhammad Ichsan Muchtar dan Kadri “ Pengembangan Instrumen Sikap Spiritual pada Siswa Sekolah Dasar” *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 8 No. 1 (2017).

Talaq:3 yang artinya “Barang siapa bertawakal kepada Allah, Niscaya Allah akan Mencukupkan keperluannya”. Ayat ini memberikan ketenangan bahwa hasil akhir bukan ditentukan manusia semata, melainkan kehendak Allah. Selain berserah diri kepada Allah dalam kesiapan spiritual juga terdapat ikhtiar yaitu menyeimbangkan antara usaha maksimal dengan kepasrahan kepada Allah. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW “ Ikatlah terlebih dahulu untamu itu, kemudian bertaqwalah kepada Allah” (HARI. Tirmizi). Yang terakhir yaitu sabar sebagaimana ayat “sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar” (QS. Al-Baqarah: 153). Hal ini mampu membekali siswa dengan ketabahan dalam menghadapi kesulitan belajar dan ketidakpastian hasil kompetisi.<sup>28</sup>

#### 4. Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar adalah proses pemberian bantuan yang terarah, sistematis, dan berkesinambungan kepada peserta didik dalam mengatasi kesulitan belajar serta mengembangkan potensi akademiknya secara optimal. Syaiful Bahri membahas mengenai ruang yang menjadi cakupan dari bimbingan dan konseling belajar yang menjadi sorotan yaitu bagaimana masalah belajar yang kerap dialami oleh peserta didik. Bimbingan dan konseling belajar sendiri memiliki cakupan yang luas. Pertama, bimbingan dan konseling membahas

---

<sup>28</sup> Nurrahmi dan Nurul Zakiah,” Peningkatan Sikap Sabar dan Tawakal Melalui Metode Pembelajaran Reflektif di MIN 2 Bima”, *EduSpirit: Jurnal Pendidikan Kolaboratif*, 1, No. 2 (2024)

terkait bagaimana perkembangan, penyesuaian diri dan pribadi dalam belajar. Kedua kemampuan dalam pendidikan dan penjurusan, dan ketiga perkembangan dalam belajar. Penelitian yang berkaitan dengan belajar siswa dalam penelitian ini fokus pada aspek ketiga terhadap siswa yang berpotensi memiliki prestasi yang harus dikembangkan, motivasi, minat, masalah, cara penyelesaiannya dan meningkatkan pembelajaran dengan berbagai metode.<sup>29</sup>

Belajar tidak luput dari berbagai masalah pada siswa karena ini menjadi kegiatan dari sekolah, sebab sekolah menjadi tempat keberhasilan dalam proses belajar bagi setiap siswa yang sedang mengenyam pendidikan. Tujuan dari terbentuknya layanan bimbingan belajar di sekolah adalah untuk membimbing setiap siswa supaya mampu menyesuaikan diri dalam belajar sampai mereka mampu belajar dengan efektif berbanding dengan kemampuan dan sampai pada perkembangan yang optimal. Selain itu, tujuan dari layanan bimbingan belajar ini adalah untuk mencari cara belajar yang ringkas namun efektif bagi siswa dan mampu menunjukkan bagaimana cara menghadapi kesulitan dalam mata pelajaran. Dengan menentukan pembagian waktu, perencanaan belajar, dan memilih pelajaran tambahan dan mata pelajaran yang

---

<sup>29</sup> *Ibid.*

berhubungan dengan pelajaran di kelas atau pengembangan bakat dan minat untuk karir di masa depan.<sup>30</sup>

Agar proses bimbingan konseling belajar berjalan sesuai dengan tujuan dan hasil yang optimal maka diperlukan pendidik dan pembimbing yang memahami hakikat belajar dalam menyusun strategi dalam belajar, metode belajar, dan memahami setiap karakter dari siswa. Melihat hal tersebut, terdapat beberapa hakikat dalam belajar yang harus dipahami oleh guru dan konselor, diantaranya kedekatan, pengulangan, penguatan. Juga, terdapat tiga prinsip internal yang wajib dikuasai bagi seorang guru dan konselor yaitu informasi aktual, kemahiran intelektual, dan strategi.<sup>31</sup>

Seorang guru dan konselor memiliki peran penting dalam membentuk karakter siswa. Agar dapat berjalan secara efektif, maka guru dan konselor harus memiliki kemahiran intelektual. Guru harus menguasai informasi terbaru ketika disampaikan kepada murid informasi tersebut sesuai dengan perkembangan zaman. Dunia semakin berkembang dan informasi akan terus berubah-ubah setiap hari, baik dari sisi ilmu pengetahuan, teknologi maupun sosial. Sedangkan kemahiran dalam intelektual yaitu guru diharuskan berpikir kritis, logis, dan analitis. Hal ini menjadi penting saat

---

<sup>30</sup> Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar* (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), 109.

<sup>31</sup> Yuni Novitasari dan Muhammad Nur, "Bimbingan dan Konseling Belajar (Akademik) dalam Perspektif Islam," *Indonesian Journal of Educational Counseling* 1, no. 1 (2017):53-78.

menjelaskan konsep-konsep dalam ilmu pengetahuan menjadi sederhana dan mudah dicerna oleh siswa. Strategi yang baik ketika guru mampu menyesuaikan metode belajar sesuai dengan karakteristik dari siswa.<sup>32</sup>

Bimbingan belajar memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan kesiapan akademik siswa. Kesiapan akademik mencakup tiga kemampuan yang pertama kognitif yakni siswa memahami materi lebih mendalam dan mampu menguasai konsep. Kedua afektif yakni siswa termotivasi dan memiliki sikap positif terhadap belajar. Terakhir psikomotorik siswa terlatih dalam keterampilan belajar, manajemen waktu dan latihan soal. Demikian bimbingan belajar tidak hanya memperbaiki prestasi, tetapi juga meningkatkan kesiapan siswa menghadapi ujian maupun kompetisi akademik.

## **5. Bimbingan Spiritual Islam**

Bimbingan spiritual Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada peserta didik yang berfokus pada pembinaan ruhani, penguatan iman, peningkatan kualitas ibadah, dan internalisasi akhlak mulia berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan sunnah. Peserta didik perlu diajarkan keduanya antara bimbingan belajar dan bimbingan spiritual. Tujuannya adalah memberikan keseimbangan untuk antara kehidupan dunia dan kehidupan akhirat. Bimbingan belajar secara kecerdasan intelektual membentuk pola pikir peserta didik

---

<sup>32</sup> *Ibid.*

dalam mengembangkan kemampuan berpikir, memahami materi yang diberikan, mengatur waktu belajar, dan membentuk kebiasaan belajar yang baik. Sedangkan bimbingan spiritual sebagai penguat iman, bimbingan spiritual bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai keimanan, cara beretika, dan bertanggung jawab secara moral. Jika bimbingan belajar dan spiritual digabungkan maka membentuk peserta siswa yang genius secara akademik namun juga mempunyai karakter yang baik.<sup>33</sup>

Pendidikan dikatakan berhasil jika bisa membentuk peserta didik yang mampu mencapai tiga ranah manusia yaitu akal, hati, dan jasmani. Ibnu Sina membagi ranah tersebut menjadi dua unsur *jism* dan *nafs*. *Jism* yang berarti manusia secara biologis yang disebut dengan makhluk jasmani, sedangkan *nafs* yang terdiri dari dua daya yaitu *aql* yang berada di dalam kepala dan *qalb* berada di hati. Oleh karena itu, hasil pendidikan yang dikatakan baik bisa menyentuh aspek tersebut, dan menghasilkan pendidikan hati sehingga membantu kecerdasan spiritual dan emosional. Jika intelektual saja yang diberikan pendidikan maka akan melahirkan manusia cerdas secara akal tidak memiliki pilar dan religiusitas. Sebaliknya, jika peserta didik hanya diajarkan secara spiritual

---

<sup>33</sup> *Ibid.*

maka ia akan memiliki moral dan religiusitas yang bagus namun miskin akan intelektual.<sup>34</sup>

Secara teoritis, bimbingan dimaknai bentuk pemberian bantuan oleh seorang profesional kepada seseorang yang membutuhkan bantuan secara berkelanjutan sampai mencapai tahap kemandirian. Tujuannya adalah untuk membuat individu mampu memahami dirinya dan lingkungan sekitarnya. Sedangkan bimbingan spiritual yaitu pemberian bantuan mental secara spiritual kepada individu yang bertujuan untuk membantu individu melalui kekokohan iman dan taqwanya kepada Tuhan sehingga mampu menghadapi segala permasalahan yang ada pada dirinya dengan tujuan dapat membantu seorang hamba untuk memanifestasikan dirinya menjadi seorang hamba yang mencapai kebahagiaan baik dunia maupun akhirat.<sup>35</sup>

Spiritual yang diartikan sebagai kehidupan, nyawa, dan jiwa. Makna ini diartikan spiritual sebagai unsur terpenting di dalam kehidupan manusia yang memberikan hidup. Dalam artian ini, spiritual mengandung makna yang menghidupkan manusia, yaitu dengan cara memberikan semangat, dan mempengaruhi tingkah laku manusia. Selain tingkah laku, spiritual juga mempengaruhi cara berpikir, bersikap, dan

---

<sup>34</sup> Achmad Junaedi dan Titik Suhartini, “Pengaruh Bimbingan Spiritual Terhadap Motivasi Belajar Siswa,” *Nusantara Hasana Journal* 1, no. 12 (2022): 54–62.

<sup>35</sup> Sani Peradila dan Siti Chodijah, “Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini,” *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2020): 133–157.

bertindak. Spiritualitas seseorang juga dapat dilihat dari bagaimana pengalaman kita kepada Allah, sehingga membentuk cara kita memandang dunia, cara kita berinteraksi, dan bertindak dengan dunia.<sup>36</sup>

Strategi bimbingan spiritual untuk siswa berkompetisi seperti pertama pembiasaan ibadah harian seperti sholat, doa, zikir rutin, dan membaca doa sebelum dan sesudah belajar. Kedua motivasi islami seperti tausiah dari guru pembina, menanamkan nilai ikhlas, sabar, tawakal dan syukur. Ketiga integrasi ilmu dan iman yakni mengaitkan materi pelajaran dengan ayat-ayat Al-Qur'an, memberi pemahaman bahwa ilmu sains adalah bagian dari tanda-tanda kebesaran Allah. Dampak dari bimbingan spiritual terhadap mental dan fokus belajar siswa yakni mampu menjadi ketenangan batin, fokus dan konsentrasi, menjadi motivasi intrinsik, dan menjaga keseimbangan emosional

Melihat seberapa ukuran spiritual bagi seseorang tidak dapat dilepaskan dari doa. Doa secara umum menempel pada orang terlepas dari agama apa yang mereka anut. Karena doa berkaitan langsung dengan kejiwaan manusia bahwa manusia tidak bisa berbuat sesuatu ketika Tuhan mulai berkehendak atas doa yang dipanjatkan oleh manusia. Doa juga sebagai pengubah takdir seseorang ketika dilaksanakan dengan ikhlas dan pasrah terhadap kehendak Tuhan. Namun, dengan

---

<sup>36</sup> Paul Suparno, *Spiritualitas Guru*, (Yogyakarta: Kanisuis, 2019), 20.



kekuatan doa, hal yang tidak mungkin akan menjadi mungkin terjadi sehingga Tuhan membuktikan kekuasaanya melalui kekuatan doa seorang manusia.<sup>37</sup>

## 6. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung terhadap kesiapan siswa dalam berkompetisi terdapat dua bagian yang pertama faktor internal dari dalam diri siswa yang pertama yaitu motivasi. Motivasi Sebuah dorongan internal untuk berprestasi baik intrinsik seperti minat dan cita-cita, maupun ekstrinsik seperti dukungan guru, orang tua, dan penghargaan. Motivasi berprestasi mendorong siswa untuk belajar lebih giat dan tekun, niat ikhlas karena Allah SWT menambah semangat belajar sebagai ibadah.<sup>38</sup> Kedua kesehatan fisik dan mental, kondisi tubuh yang sehat mempengaruhi daya tahan belajar, dan mental yang stabil mengurangi kecemasan saat menghadapi soal kompetisi. Dan yang ketika kepercayaan diri yakni rasa yakin terhadap kemampuan diri dapat meningkatkan fokus belajar, dan mengurangi rasa takut gagal saat menghadapi persaingan.

Selanjutnya faktor pendukung eksternal yang berupa dari lingkungan sekitar. Pertama dukungan dan komitmen guru yang berperan sebagai motivator, pembimbing, dan sebagai fasilitator sebagai pembina untuk meningkatkan rasa percaya

---

<sup>37</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Depok: Rajafrindo Persada, 2016), 336.

<sup>38</sup> Sunarti Rahman, "Pentingnya Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar", *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, (2021).

diri siswa. Kedua sarana dan prasarana seperti buku referensi, modul olimpiade, dan ketersediaan ruang belajar khusus untuk menambah kenyamanan dalam belajar. Terakhir dukungan keluarga seperti dukungan moral dan spiritual untuk menumbuhkan budaya semangat anak, doa dan motivasi untuk meningkatkan ketenangan batin. Terakhir lingkungan madrasah yang religius dan kompetitif untuk menumbuhkan budaya belajar, dan dukungan tema sebaya untuk menciptakan semangat kebersamaan dalam belajar.

Selanjutnya faktor penghambat yang pertama beban akademik, siswa sering mengalami kesulitan membagi waktu antara tugas sekolah reguler dan bimbingan kompetisi, kedua keterbatasan waktu pembinaan ketika jadwal pembinaan yang singkat dan padat membuat siswa kurang maksimal dalam mendalami konsep sains. ketika kecemasan yang dialami siswa menghampiri seperti rasa takut gagal, takut mengecewakan guru dan orangtua, serta minder menjadi hambatan psikologis. Dan yang terakhir yaitu tidak konsisten belajar, sebagian siswa belum mampu menjaga disiplin dan konsisten dalam belajar mandiri.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Pendektan Kualitatif**

Metode yang digunakan dalam Penelitian ini yaitu penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Menggunakan jenis penelitian studi kasus<sup>39</sup> peneliti terjun langsung ke lapangan sekolah Madrasah Aliyah Negeri Bondowoso dengan berperan langsung selama proses penelitian secara wawancara dan observasi.

### **2. Subjek Penelitian**

Peneliti membagi subjek dalam penelitian yaitu satu kepala sekolah, satu guru mata pelajaran, satu pembina KSM, satu guru BK, satu guru pembimbing, satu siswa, dan dua siswi yang ikut kompetisi. Subjek dalam penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan banyak informasi dari berbagai elemen guna mengetahui seberapa siap sekolah dalam mempersiapkan siswa-siswinya untuk menghadapi kompetisi. Dimulai dengan pertama, bagaimana kesiapan kesiswaan saat siswa-siswinya dikirim untuk kompetisi. Kedua, bagaimana guru mata pelajaran dalam mempersiapkan siswa-siswi, pembina KSM merupakan guru yang mengurus pendaftaran serta persiapan administrasi lainnya dalam KSM, guru BK bertugas untuk menyeleksi siswa-siswi yang memiliki bibit unggul dalam mata pelajaran sehingga bisa diikutkan dalam kompetisi

---

<sup>39</sup> Lexy J. Meleong, *Metologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2016), 26.

dengan dimasukkan ke dalam kelas unggulan. Guru pembimbing ini merupakan guru kontrak yang disediakan oleh sekolah sebagai fasilitas untuk siswa dimana tugas guru pembimbing adalah untuk memberikan mata pelajaran extra seminggu tiga kali guna memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam dari mata pelajaran. Guru yang dijadikan sebagai pembimbing ini diambil dari alumni sekolah yang dahulunya merupakan juara dari kompetisi sewaktu masih berada di sekolah. Siswa-siswi menjadi tolak ukur bagaimana keberhasilan dari usaha sekolah, guru, dan pembimbing.

Pada awalnya, peneliti hanya mendapat informasi dari bagian kesiswaan namun kemudian subjek ini dipilih menggunakan metode purposive sampling,<sup>40</sup> dari informasi yang diberikan oleh subjek ini sehingga menemukan banyak subjek untuk melengkapi penelitian ini dengan diarahkan oleh subjek sebelumnya sampai pada subjek terakhir yaitu berurutan dari kesiswaan, guru mata pelajaran, pembina KSM, guru BK, guru pendamping sampai pada siswa dan siswi. Terdapat beberapa subjek yang meminta untuk dirahasiakan identitas mereka karena ada beberapa hal yang menjadi sensitif.

Nama inisial dan Jabatan yang dilibatkan dalam penelitian ini:

1. P. Al = Kepala Sekolah

---

<sup>40</sup> *Ibid.*

2. P. An = Penanggung Jawab KSM
3. P. Ul = Guru Mata Pelajaran
4. B. L= Guru Pembimbing
5. P. S= Guru BK
6. Sa = Siswi
7. Wa= Siswa
8. Hi =siswa

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Berikut beberapa teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti:

#### a. Observasi

Observasi didalam teknik ini peneliti menggunakan pengumpulan data dengan observasi non-partisipan dan observasi partisipan.<sup>41</sup> Peneliti mengamati bagaimana bimbingan belajar dan spiritual yang dilaksanakan oleh madrasah dan mengamati bagaimana para guru pembimbing dalam memberikan materi tambahan kepada para siswa yang terpilih menjadi perwakilan sekolah untuk mengikuti kompetisi. Observasi ini dilakukan sebanyak tiga kali dengan guru pembimbing yang berbeda, karena setiap mata pelajaran memiliki guru pembimbing yang berbeda. Bagaimana membedah soal-soal kompetisi tahun lalu, trik mengerjakan soal agar cepat dalam menghitung dan mengingat. Sedangkan untuk observasi non-partisipan, peneliti hanya mengamati

---

<sup>41</sup> *Ibid.*

praktik bimbingan spiritual tanpa terlibat langsung, karena peneliti hanya mengamati bagaimana proses bimbingan spiritual dilaksanakan seperti shalat dhuha berjama'ah, istigasah, membaca Al-Qur'an.

#### **b. Wawancara**

Wawancara pengumpulan tak terstruktur yang dilakukan oleh peneliti.<sup>42</sup> Selama proses wawancara, peneliti melakukannya dengan santai kepada para subjek, dilakukannya struktur wawancara santai agar mendapatkan hasil yang fleksibel dan tidak kaku. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya. Wawancara yang disiapkan oleh peneliti berupa pokok penting dari pertanyaan selebihnya mengalir seperti air dengan obrolan santai. Wawancara pertama kepada kesiswaan madrasah, kemudian informasi yang disampaikan oleh kesiswaan dapat berkembang kepada guru penanggung jawab KSM. Setelah berkembang pada guru penanggung jawab KSM, kemudian berkembang hingga guru pendamping, dan dari guru pendamping inilah kemudian diberikan informasi siswa-siswi yang berkontribusi dalam KSM. Selain itu, kesiswaan juga memberikan informasi untuk mewawancarai guru BK sebagai bentuk penggalan data lebih dalam untuk memvalidasi data di luar bimbingan. Dari sinilah, peneliti mendapat informasi bagaimana proses bimbingan di luar belajar dan spiritual,

---

<sup>42</sup> *Ibid.*

seperti informasi bagaimana ketika siswa-siswi mengalami masalah selain masalah belajar.

### c. Dokumentasi

Dokumentasi bentuk pengumpulan data peneliti yang ketiga yaitu dokumentasi.<sup>43</sup> Peneliti mengumpulkan data berupa data kemenangan siswa-siswi madrasah sebagai penguat dari hasil observasi dan wawancara. Dokumentasi ini berupa pengumpulan data yang berhubungan dengan seluruh kegiatan bimbingan belajar, bimbingan spiritual, kegiatan lomba serta dokumentasi siswa-siswi peraih medali ketika mengikuti kompetisi. Dokumentasi bimbingan spiritualnya hanya berupa kegiatan yang dilakukan bersama dengan siswa lain. Sedangkan untuk bimbingan spiritual secara pribadi diberikan doa khusus oleh guru, tidak disertakan karena bersifat rahasia dan tidak ada dokumentasi dalam hal ini.

## 4. Analisis Data

Setelah mendapatkan data di atas, peneliti melakukan analisis dengan menggunakan analisis Miles dan Huberman. Analisis dilakukan secara langsung selama pengumpulan data sampai selesai karena metode ini dilakukan secara berulang dan mendalam sampai data yang diperoleh penuh dengan melalui tiga langkah sebagai berikut.<sup>44</sup>

---

<sup>43</sup> *Ibid.*

<sup>44</sup> Matthew B. Miles dan A Michael Huberman. *Analisis Data Kualitatif (Buku Sumber Tentang Metode- Metode Baru)*, Terj. Tjetjep Rohendi Rihidi (Jakarta: Universitas Indonesia Press), 2009), 16-20.

- a. *Data reduction* (reduksi data). Tahap pertama berupa analisis merangkum data-data yang diperoleh dengan dilakukan memilah data dengan data yang penting dan tidak penting, sehingga menemukan data pokok yang berkaitan dengan tema penelitian yang diangkat. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memudahkan dalam membaca data tetap satu jalan dengan penelitian sehingga mengarahkan pada pencarian data selanjutnya.<sup>45</sup>
- b. *Data Display* (penyajian data). Data yang telah diperoleh selanjutnya disajikan dalam bentuk narasi agar memudahkan peneliti untuk tindakan selanjutnya.<sup>46</sup> Penyajian data dilakukan untuk menjelaskan hasil yang diperoleh dalam bentuk narasi yang jelas dan terstruktur. Dalam konteks penelitian tentang kesiapan sekolah dalam mempersiapkan siswa dan siswinya dalam mengikuti kompetisi. Dalam narasi ini mencakup penjelasan keefektifan bimbingan belajar dan spiritual yang diberikan oleh sekolah kepada siswa dan siswi.
- c. *Conclusion Drawing/Verification*. Tahap terakhir berupa penarikan kesimpulan atas perolehan data yang sudah direduksi dalam bentuk narasi dengan terus mengikuti pada setiap analisis yang dilakukan sebelumnya. Oleh sebab itu, terdapat kesimpulan awal sementara dan kesimpulan akhir sebagai bentuk data yang final. Kesimpulan terus dilakukan

---

<sup>45</sup> *Ibid.*

<sup>46</sup> *Ibid.*



setiap reduksi data dan penyajian data sampai pada final, dikarenakan selama proses pengumpulan data terdapat kemungkinan terbantahkan pada temuan data selanjutnya. Sampai pada proses analisis ini data terus berlanjut hingga mendapatkan hasil yang terpercaya.<sup>47</sup>

Keabsahan data dalam penelitian ini diperoleh menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi yang digunakan yaitu secara sumber dan teknik.<sup>48</sup> Teknik triangulasi merupakan pengumpulan data dari sumber yang berbeda, yakni dari kesiswaan, guru pendamping, guru pembimbing, guru BK, dan siswa. Dengan adanya beberapa sumber tersebut data dapat tervalidasi bahwa adanya bimbingan belajar dan spiritual dalam mempersiapkan KSM tidak hanya dilihat dari sudut pandang guru namun juga dilihat dari siswa dan kesiswaan.<sup>49</sup>

Triangulasi teknik yang dilakukan oleh peneliti berupa pengumpulan data sebagaimana yang telah disebutkan di halaman sebelumnya, dengan menggunakan tiga teknik dalam menggali data secara valid dan mendalam. Dengan menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi agar memperoleh data yang kuat dengan berbagai teknik yang dilakukan.<sup>50</sup>

---

<sup>47</sup> *Ibid.*

<sup>48</sup> Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Edisi Revisi, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2016). 26.

<sup>49</sup> *Ibid.*

<sup>50</sup> *Ibid.*

## **G. Sistematika Pembahasan**

Penelitian ini disajikan dalam lima bab berikut:

BAB 1 : Bab Pertama berisi tentang kajian teoritis dan metodologis yang digunakan dalam proses penelitian dan arah penelitian pada umumnya, meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi, kajian pustaka, kerangka teoritis, metode penelitian dan sistematika pembahasan

BAB II : Bab Kedua berisi tentang pembahasan dari temuan dan menjawab dari rumusan masalah ke satu mengenai bagaimana efektifitas bimbingan belajar dan spiritual dalam mempersiapkan KSM. Dalam bab ini membahas bagaimana keefektifan yang diberikan oleh guru sebagai pendidik dan fasilitas bagi siswa untuk mempersiapkan ajang kompetisi

BAB III : Bab Ketiga membahas penemuan yang menjawab hasil rumusan masalah kedua yakni berupa faktor apa saja yang menjadi penghambat dan pendukung selama proses persiapan KSM yang dialami oleh siswa, guru maupun instansi sekolah

BAB IV : Bab Keempat menjawab rumusan masalah terakhir yakni analisis kesiapan apa saja yang sudah dilakukan oleh sekolah, guru dan siswa dalam menyambut Kompetisi Sain Madrasah menggunakan analisis teori kesiapan Thordike

BAB V : Bab Kelima berupa kesimpulan dari keseluruhan temuan pada bab kedua sampai bab empat dan saran untuk penelitian selanjutnya sebagai bentuk pengembangan dari hasil penelitian ini terkait tema bimbingan belajar dan spiritual agar menjadi kompleks.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penjelasan dan analisis dalam tesis yang berkaitan dengan dinamika kesiapan mental, akademik, dan spiritual siswa dalam menghadapi kompetisi

1. Dalam melihat kesiapan akademik siswa dapat dilihat dari strategi belajar siswa MAN Bondowoso yang gunakan yaitu: kognitif, metakognitif, dan afektif. Dan mendapat dukungan dari guru dan ketersediaan materi sudah terintegrasi dengan sains dan ayat-ayat Al-Quran. Sedangkan untuk kesiapan mental dilihat gambaran siswa saat mengalami kecemasan karena takut mengecewakan, namun kecemasan ini terbantu dengan adanya aktivitas spiritual seperti doa bersama, zikir rutin, dan tausiah dari guru pembina.
2. Setiap kegiatan yang berjalan tentu tidak akan luput dari faktor penghambat dan pendukung, faktor pendukung pertama dilihat komitmen guru sebagai pembimbing, lingkungan madrasah yang kompetitif, religusitas, serta fasilitas pembinaan berbasis nilai-nilai islam. Selanjutnya faktor penghambat terdapat tuntutan akademik, tekanan ekspektasi dari orang terdekat seperti guru pembimbing dan orang tua serta kurangnya waktu untuk pembinaan individual.
3. Berdasarkan hasil analisis menggunakan teori Abraham Maslow menunjukkan bahwa kebutuhan psikologis dan

spiritual sudah terppenuhi agar supaya siap secara mental, kecemasan timbul karena ketika rasa aman dan harga diri belum stabil. Sedangkan di MAN Bondowoso kecemasan dapat diredam dengan tawakal, sabar dan zikir. Dengan adanya bimbingan spiritual yang menjadi wadah pembinaan ruhani siswa agar kuat menghadapi tekanan dengan mengembalikan semua usaha kepada Allah SWT.

## **B. Saran**

Penelitian ini masih kurang dari kata sempurna terkait dinamika kesiapan mental, akademik, dan spiritual menggunakan satu teori dan secara bimbingan spiritual hanya sebatas sampai pada tahap awal diharapkan untuk penelitian mendatang mampu melalui menggunakan pendekatan multi teoritis dan multidisipliner yang melibatkan beberapa faktor untuk melihat bimbingan belajar efektif berdasarkan teori-teori terbaru dan bimbingan spiritual lebih mendalam dari yang ada dalam penelitian ini. Juga bisa melihat dari berbagai aspek lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, H. Abu, dan Widodo Supriyono. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta, 1991.
- Amsari, Dina. “Implikasi Teori Belajar E.Thorndike (Behavioristik) dalam Pembelajaran Matematika” *Jurnal Basicedu*. 2 No. 2. (2018): 52-60
- Annajih, Moh. Ziyadul Haq dkk. “Konsep Self-Actualized Abraham Maslow: Prespektif Psikologi Sufistik,” *Jurnal BK Pendidikan Islam*, 4.no. 1 (2023): 43-52.
- Artayasa, I Putu, dkk “ Pengembangan Tes Keterampilan Proses Sains Untuk Pembinaan Olimpiade Sains di SMPN 20 Mataram” *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2, No. 1 (2019)11-16.
- B.R, Hergenhahn, dan H. Olson Matthew. *Theories Of Learning*. Triwibowo B.S (terj) Edisi ketujuh. Jakarta: Kencana, 2017.
- Baharuddin, dan Wahyuni Esa Nur. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Cetakan 1. Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2015.
- Delvira, Bella, Ratu Ayu Toyibah, Dhena Kristina, Melati Dwiyan, Luthfiah Alin, Silvia Handayani, Ridwan Anugrah, dkk. “Do’a Sebagai Bentuk Terapi Penenang Bagi Gangguan Kecemasan.” *Proceeding Conference on Da’wah and Communication Studies*. 1 No. 1. (29 Desember, 2022): 24-29.
- Dody, Dody Rahayu Prasetyo. “Pendampingan Ksm Fisika Menggunakan Pendekatan Islamic Contextual Teaching And Learning di Ma Muwahidun.” *Migunani Nusantara: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1 No. 2. (2023): 7-15.
- Ghofur ,Farid Abdul dan Nurjannah. “Efektifitas Konseling Spiritual Melalui Terapi Zikir untuk Mnegatasi Anxiety,” *Jurnal At-Taujih*, 4. no. 1 (2024): 1-15.

- Gusnarib, Wahab, dan Rosnawati. *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*. Cetakan pertama. Indramayu: CV. Adanu Abimata, 2021.
- Hartanti, Jahju. *Bimbingan dan Konseling Belajar*. Bojonegoro: Madza Media, 2023.
- Jalaluddin. *Psikologi Agama*. Depok: Pt. RajaGrafindo Persada, 2016.
- Junaedi, Achmad, dan Titik Suhartini. "Pengaruh Bimbingan Spritual Terhadap Motivasi Belajar Siswa." *Nusantara Hasana Journal*. 1 No. 12 (1 Mei, 2022): 54-62.
- Kawalo, Kres Ari. "Manfaat Doa Dalam Problematika Tokoh-Tokoh Alkitab." *Jurnal Apokalupsis*. 12 No. 1 (30 Juni, 2021): 67-87.
- Komalasari, Shanty. "Doa Dalam Perspektif Psikologi," *Proceeding Antasari Internasional Conference*, 1.no.1 (2019): 423-436.
- Kusniawati, *Efektivitas Konseling Spiritual dalam Mereduksi Kecemasan Akademik Mahasiswa (Studi di Prodi Bimbingan Konseling Islam UIN Suska Riau)* Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau , 2024.
- Latif, Umar. "Zikir dan Upaya oemenuhan Menta Spiritual dalam Prespektif AL-Qur'an," *Jurnal At-Taujih*, 5. no. 1 (2022): 31.
- Meleong, Lexy J. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016.
- Maftuhin, Abdul Rozak Ali dan Syamsurizal Yazid. "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis," *Ikhlas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 2. no. 1 (2025): 227-242.
- Noval ,Nabila dkk. "Analisis Program Pembinaan Olimpiade Sains Nasional pada Sekolah Menengah Atas di Kota Lhokseumawe," *Jurnal Pendidikan Sultan Agung*, 55.no. 1 (2025): 38-47.

- Novitasari, Yuni, dan Muhammad Nur. "Bimbingan dan Konseling Belajar (Akademik) dalam Perspektif Islam." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 1 No. 1 (20 Januari 2017): 53-78.
- Rusnawati, dkk. Pengantar Bimbingan dan Konseling Belajar, (Padang, Gita Lentera, 2023), 54.
- Suparno, Paul. *Spiritualitas Guru*. Yogyakarta: Kanisuis, 2019.
- Peradila, Sani, dan Siti Chodijah. "Bimbingan Agama Islam dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Anak Usia Dini." *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* . 1 No. (2 Desember , 2020): 133-157.
- Pranata, Ogi Danika. "Pendampingan Kompetisi Sains Madrasah (KSM) Melalui Kerja Sama dan Kolaborasi Madrasah-Kampus." *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat* . 4 No. 1 (2024): 137-145.
- Rafflesia, Ulfasari. "Penerapan Uji T-Berpasangan Untuk Melihat Pengaruh Pembinaan Siswa dalam Menghadapi Pembinaan Siswa dalam Menghadapi Persiapan Lomba Olimpiade Matematika," *Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS* 1, no1 2017.
- Rosyadah, Dinda dkk. "Pengaruh Praktik Berdoa Terhadap Ketenangan Mental," *JIPKM: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*. 2. no. 2 (2024).
- Santoso, Erik, Megita Dwi Pamungkas, Rochmad Rochmad, dan Isnarto Isnarto. "Teori Behaviour (E. Thorndike) dalam Pembelajaran Matematika." *Prisma, Prosiding Seminar Nasional Matematika*. No. 4 . (24 Februari, 2021): 174-178.
- "Juknis KSM 2022 Ayomadrasah.Pdf." *Google Docs*. [https://drive.google.com/file/d/1ddvkKMzbNC8zYiKTb4BR7q-gzS-RKPIc/view?usp=sharing&usp=embed\\_facebook](https://drive.google.com/file/d/1ddvkKMzbNC8zYiKTb4BR7q-gzS-RKPIc/view?usp=sharing&usp=embed_facebook). Diakses pada 25 Maret, 2024.



- Calicchio, Stefano. *Abraham Maslow, dari Hierarki Kebutuhan Hingga Pemenuhan Diri: Sebuah Perjalanan dalam Psikologi Humanistik Melalui Hierarki Kebutuhan, Motivasi, dan Pencapaian Potensi Manusia Sepenuhnya*. Google-Books-ID: SILqEAAQBAJ, 2023. Diakses pada 28 Desember 2024.
- Suharman. "Tes Sebagai Alat Ukur Prestasi Akademik," *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, 10. no. 10 (2018): 93-115.
- Susdanu, dkk, "Pembinaan Guru Pembimbing Olimpiade Saons Nasional Bidang Matematika SMA/MA Kecamatan Siak," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8. no. 3 (2024): 44605-44613.
- Tahir, Andi, dan Asmaul Husna. "Konsep Terapi dalam Islam (Shalat, Al-Qur'an, Zikir dan Doa)." *La Tenriruwa: Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 2, no. 1 (2023): 27–40.
- Yeni, Suzana, dan Jayanto Imam. *Teori Belajar & Pembelajaran*. Cetakan 1. Malang: Literasi Nusantara, 2021.
- Taufiqurrahman, M., Putu Adnyana, I Putu Wisna Ariawan, and I Wesnawa. "Perbandingan Teori Pendidikan Thorndike dan Pavlov dalam Proses Pembelajaran: Sebuah Analisis Konseptual." *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 9 (2024): 2905–2910.
- Tekke, Mustafa. "The Highest Levels of Maslow's Nedd: Self Actualization and Self-Transcendence," *Journal of Qualitative Reseacrh in Education*, 7.no. 4 (2019): 1704-1712.
- Wahyu Deri Iskanda, dkk, "Analisis Peran Guru dalam Memfasilitasi Peserta Didik pada Keikutsertaan OSN Bidang Matematika," *Jurnal Pendidikan Bhineka Tunggal Ika*, 1. no. 5 (2023): 165-176
- Widiati, Wina dan Konni Septiani Putri. "Sistem Pendukung Keputusan untuk Seleksi Penerimaan Siswa Baru dengan



Metode *Simple Additive Waighting* (SAW),” *Jurnal Bianglala Informatika*, 6. no. 1 (2018): 1-8.wina

Yunita Elva, dkk, “Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Bimbingan Kelompok untuk Menurunkan Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Nasional,” *Jurnal BK Unesa* 3, no.1 (2013): 291-297.

Djamarah, Syaiful Bahri. *Psikologi Belajar* . (Jakarta: Rineka Cipta, 2015)

Lesmana, Gusman. *Bimbingan dan Konseling Belajar*. [https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=uLZpEAA AQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=bimbingan+konseling+bela+jar&ots=r6PL6PDu\\_P&sig=A0I86\\_rhaUqma478PhTvBBHqiZE](https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=uLZpEAA AQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=bimbingan+konseling+bela+jar&ots=r6PL6PDu_P&sig=A0I86_rhaUqma478PhTvBBHqiZE). Prenada Media, 2022. Diakses pada 17 Maret, 2024.

Suryati, Nanik, dan Mohammad Salehudin. “Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan Kecerdasan Spiritual dan Emosional Siswa” <http://repository.uinsi.ac.id/handle/123456789/997>. (Januari 2021). Diakses pada 14 Maret, 2024.

Asmadi Alsa, dkk, “Strategi Belajar Kognitif Sebagai Mediator Peran Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar” *Gajah Mada Journal of Psychology*, 7, No. 1 (2021) 99-114

Fitriani, Vellian Ramadhanita Nur, dkk “Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja”, *JKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, , No. 1 (2023)

Ghoni Abdul “ Konsep Tawakal dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam: Studi Komparansi Mengenai Konsep Tawakal Menurut M. Quraish Shihab dan Yunan Nasution. *An-Nuha*, 3, No. 1 (2016)

Gultom, Putri Three Wednesday Lusiana dan Rachel Mia Lumbantoruan ,”Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan di Rutan Perempuan Kelas II A Medan” *jurnal Psychomutiara*, 7, No. 1 (2024) 16-23

- Hoirunnurmalasari, dkk, “Ketika Harapan Menjadi Tekanan: Ekspektasi Orang Tua dan Kecemasan Performa”, *Jurnal Psikologi Poseidon*, 8, No. 1 (2025)
- Jannah, Miftahul, “Menemukan Ketenangan di Tengah Badai Kecemasan: Pendekatan Konseling Islam” *Counseling For ALL: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, No. 1 (2025)
- Mahakharisma, Rizki *Tingkat Kecemasan dan Stress Atlet Bulutangkis Menjelang Kompetisi Pmnas XIII Tahun 2013 di Daerah Istimewa Yogyakarta* (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2014) 8
- Mursalin, Hisan, dkk, “ Analisis Konsep Tazkiyatun Nafs Ahmad Anas Karzon untuk Peserta Didik”, *Islamic Management: Jurnal Management Pendidikan Islam*, (2018)
- Rahayu, Sucik, dkk, “Pengaruh Lingkungan Pembelajaran Islam, Metode Pengajaran, dan Dukungan Institusi Terhadap Hasil Belajar dengan Self-Efficacy Sebagai Variable Intervening di Sekolah Tinggi Islam Sunniyyah Selo Grobongan”, *An-Nizam*, 12, No. 1 (2025).
- Rahman, Sunarti, “Pentingnya Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar”, *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, (2021).
- S, Richard, dkk, *Stress, Appraisal, and Coping*, (New York: Springer Publishing Company, 1984), 21
- Salsabila, Nilza Humaira, “ Proses Kognitif dalam Pembelajaran Bermakna”, *KNPMP II*, (2017) 202-6526.
- Subandi “Sabar: Sebuah Konsep Psikologi” *Jurnal Psikologi* 38, No. 2 (2011) 215-227.
- Suwarni, “Peran Budaya Sekolah dalam Menciptakan Lingkungan Belajar yang Kondusif”, 13, No. 2 (2023) 241-2554
- Wendio Angganantyo, “*Coping* Religius pada Karyawan Muslim Ditinjau dari Tipe Kepribadian”, *JIPT*, 2, No. 1 (2014).

- Widyantari, N. K. Sri dkk, “Pengaruh Strategi Belajar Kognitif, Metakognitif dan Sosial Aektif Terhadap Hasil Belajar IPA” *JPPSI*, 2, No. 2 (2019)
- Zamista , Adelia Alfama, Pipi Deswita, “Pendampingan Persiapan Kompetisi Sains Madrasah (KSM) Menjawab Tentang Integrasi Al-Quran dan Sains Dalam Soal KSM”, *Qardhul Hasan*, 10, No. 2 (2024) 203.
- Idrsi, Syafriza dkk, “Pendampingan Persiapan Olimpiade Sains Nasional Bidang Kebumian di SMAN 1 Muara Batu”, *Jurnal Vokasi*, 7, No. 2 (2023) 134-139.
- Pratama, Rifqi Charis, “Motivasi Berperestasi, Harapan Orang Tua dan Iklim Sekolah pada Siiswa Kelas Olimpiade”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrawijaya*, 6, No. 2 (2021) 115-125.
- Jannati, dkk “Siapa Takut Jadi Juara OSN-K? Pendampingan Siswa SMP Negeri 6 Mataram dalam Rangka Persiapam OSN-K IPA Bidang Fisika” *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6, No. 3 (2023) 661-667.
- Chaerul, Muhammad, dkk “Pendampingan dan Pembinaan Bagi Siswa SMA Negeri 3 Luwu dalam Persiapan Olimpiade Sains Nasional (OSN) Bidang Kebumian”, *Jurnal of Social Science Research*, 4, No. 5 (2024) 1082-1090.
- Kharisudin, Iqbal, dkk “Penguatan Kompetisi Siswa Olimpiade Sains Nasional Bidanag Matematika Sekolah Indonesia Kuala Lumpur” *PRISMA*, 8 (2025).
- Supriyatni, Dewita dan Asep Suhendar, “Hubungan Kesiapan Mental dan Kepercayaan diri Dengan Kinerja Wasit Futsal”, *Jurnal Of Physical and Outdoor Education*, 3, No. 2 (2021) 132-134.
- Sestiani, Ridha Ayu dan Abdul Muhid, “Pentingya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review” *Jurnal Tematik*, 3, No. 2 (2021) 245-251.

- Kumala, Kinanti Hanum, “Strategi Regulasi Emosi pada Mahasiswa dengan Banyak Peran” *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9, No. 3 (2022) 19-29.
- Raito dan Putri Nurul Baety, “Pengaruh Motivasi Prestasi David McClelland Terhadap Prestasi Akademik Siswa dalam Pembelajaran PAI Kelas XI AKL di SMK CILEDUNG Al-Musaddadiyah Garut”, *Jurnal Masagi*, 1, No. 1 (2022).
- Sari, Kesi Mayang “Pengaruh Self Efficacy, Dukungan Sosial, dan otivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Belajar Siswa” *TARBAWI*, 8, No. 1 (2024) 1-16.
- Marta, Muhammad Afif,dkk “Konsep Taksonomi Bloom dalam Desain Pembelajaran” *Lencana:Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 3 No. 1 (2025).
- Maulidiyah, Elok Faiqoh, dkk “ Peran *self regulated learning* dalam Meningkatkan Prestasi akademik pada Mahasiswa” *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11, No. 2 (2024).
- Nurrahmi dan Nurul Zakiah,” Peningkatan Sikap Sabar dan Tawakal Melalui Metode Pembelajaran Reflektif di MIN 2 Bima”, *EduSpirit: Jurnal Pendidikan Kolaboratif*, 1, No. 2 (2024).