

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah penentu keberhasilan suatu bangsa dimana melalui pendidikan dapat dicetak sumber daya yang berkompeten dan berkualitas. Pendidikan merupakan aset yang tak ternilai bagi tiap individu dan masyarakat. Pendidikan tidak pernah dapat dideskripsikan secara gamblang hanya dengan mencatat banyaknya jumlah siswa, personil yang terlibat, harga bangunan, dan fasilitas yang dimiliki. Pendidikan memang menyangkut hal itu semua, namun lebih dari itu semuanya. Pendidikan merupakan proses yang esensial untuk mencapai tujuan dan cita-cita pribadi individu.

pendidikan bukan hanya ada di sekolah yang berbentuk formal. Tapi pendidikan juga bisa didapat di luar sekolah seperti pada pesantren, pengajian, Taman Pendidikan Al-qur'an dan lain-lain.

Taman Pendidikan Al Qur'an (TPA) merupakan sebuah lembaga pendidikan luar sekolah yang menitikberatkan pengajaran pada pembelajaran membaca Al Qur'an dengan muatan tambahan yang berorientasi pada pembentukan akhlak dan kepribadian islamiah.

Secara umum pengertian TPA adalah suatu sistem pelayanan keagamaan bagi anak-anak dan remaja. Sistem ini akan menampung hasrat dan keperluan belajar agama anak-anak, tanpa beban yang berat kepada

mereka sebab materi belajar diformat dengan mudah sehingga memiliki daya tarik tersendiri bagi anak-anak.<sup>1</sup>

Sebagai suatu fenomena yang telah berkembang di masyarakat, TPA memiliki alasan yang kuat untuk didirikan yakni karena TPA didirikan, sejalan dengan tuntutan zaman disamping keterkaitannya yang erat dengan tujuan pendidikan nasional yaitu untuk membangun manusia Indonesia yang seutuhnya, beriman dan bertaqwa. Selain itu pengaruh kemajuan teknologi dan informasi secara langsung maupun tidak membawa efek yang negatif bagi perkembangan jiwa anak-anak dan generasi muda. Disinilah letak pentingnya penanaman agama sejak dini. Dan dalam upaya syiar agama, TPA merupakan lembaga pendidikan non formal yang pelaksanaannya berpedoman pada kurikulum yang sistematis dan terprogram. Program atau rencana pengajaran ini lebih dikenal dengan kurikulum atau GBPP. Secara umum kurikulum merupakan sejumlah program pendidikan atau program belajar siswa (*A Plan For learning*), yang disusun secara logis dan sistematis dibawah tanggungjawab Guru atau sekolah guna mencapai tujuan.<sup>2</sup>

Berdasarkan undang-undang Pendidikan dan Peraturan Pemerintah Pendidikan Islam Taman Pendidikan AL-Qur'an (TPA) adalah bagian terpadu dari pendidikan nasional untuk memenuhi hasyat masyarakat tentang pendidikan agama dan termasuk ke dalam pendidikan yang dilembagakan dan

---

<sup>1</sup> Chairani Idris, Drs Tasyruhin karim, *Buku Pedoman Pembinaan dan Pengembangan TK Al-Qur'an BKPRMI, DPP BKPRMI* ( Jaakarta:1996 ), 2

<sup>2</sup> Drs, A Hamid Syarif, *Pengenalan Kurikulum di sekolah dan Madrasah*,( Bandung : Cita Umbhara,1990), 11-12

bertujuan untuk mempersiapkan peserta didik dalam penguasaan terhadap pengetahuan agama Islam.

Keberhasilan pendidikan dapat dilihat dari keberhasilan pembelajaran yang selama ini dilakukan guru terhadap para siswanya. Untuk menilai dan mengukur seberapa keberhasilan siswanya diperlukan evaluasi. Evaluasi ini digunakan untuk menilai dan mengukur seberapa keberhasilan siswanya dalam mengikuti pembelajaran. Evaluasi tersebut dapat dilihat melalui ujian.

Kecemasan atau anxiety merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas.

Lazarus mengatakan kecemasan merupakan suatu respon dari pengalaman yang dirasa tidak menyenangkan dan di ikuti perasaan gelisah, khawatir, dan takut. Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan yang sifatnya subjektif dan timbul karena menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan konflik dan biasanya individu tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan.

Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap nilai positif sebagai motivasi. Tetapi apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan.

Sigmund freud sang pelopor psikoanalisis banyak mengkaji tentang kecemasan ini, dalam kerangka teorinya, kecemasan dipandang sebagai

komponen utama dan memegang peranan penting dalam dinamika kepribadian seorang individu.

Freud membagi kecemasan kedalam tiga tipe yaitu kecemasan realistik, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral.

Kecemasan realistik yaitu rasa takut terhadap ancaman atau bahaya-bahaya nyata yang ada dilingkungan maupun di dunia luar.

Kecemasan neurotik yaitu rasa takut, jangan-jangan insting-insting (dorongan Id) akan lepas dari kendali dan menyebabkan dia berbuat sesuatu yang dapat membuatnya dihukum. Kecemasan neurotik bukanlah ketakutan terhadap insting-insting itu sendiri, melainkan ketakutan terhadap hukuman yang akan menimpanya jika suatu insting dilepaskan. Kecemasan neurotik berkembang berdasarkan pengalaman yang diperoleh pada masa kanak-kanak terkait dengan hukuman atau ancaman dari orang tua maupun orang lain yang mempunyai otoritas jika dia melakukan perbuatan implusif.

Kecemasan moral yaitu rasa takut terhadap suara hati (super ego) . orang-orang yang memiliki super ego baik cenderung merasa bersalah atau malu jika mereka berbuat atau berpikir sesuatu yang bertentangan dengan moral. Sama halnya dengan kecemasan neurotik, kecemasan moral juga berkembang pada masa kanak-kanak terkait dengan hukuman atau ancaman orang tua maupun orang lain yang mempunyai otoritas jika dia melakukan perbuatan yang melanggar norma.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Tim MGBK.. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I* .( jakarta: PT.Grasindo, 2010). Hal: 18

Gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik seperti gangguan pada saluran pencernaan, sering buang air, sakit kepala, gangguan jantung, sesak di dada, gemeteran, sakit kepala bahkan pingsan.<sup>4</sup>

Menurut Turmudhi kecemasan yang terlalu tinggi justru akan membuat daya ingat, daya konsentrasi, daya kritis maupun kreativitas siswa dalam belajar akan berantakan.

Imtihan pada dasarnya sama dengan ujian atau evaluasi yang diadakan setiap tahun seperti pada umumnya.

Sarason's membuat kesimpulan mengenai ciri-ciri utama ujian atau tes bisa menimbulkan kecemasan, yaitu:

1. Tes dipersepsikan sebagai sesuatu yang sulit, menantang dan mengancam.
2. Siswa memandang dirinya sendiri sebagai seorang yang tidak sanggup atau mampu rnengerjakan tes.
3. Siswa yang hanya terfokus pada bayangan-bayangan konsekuensi buruk yang tidak diinginkannya.
4. Siswa berpikir bahwa ia akan gagal dan kehilangan penghargaan dari orang lain.<sup>5</sup>

Imtihan di TPA Ibnu Hajar adalah acara ujian lisan tahunan untuk seluruh santri sebagai upaya evaluasi keberhasilan pengajaran di tahun berjalan.

Adapun materi yang di ujikan adalah hafalan surat pendek, bacaan Al-qur'an beserta tajwid dan hafalan doa sehari-hari.

---

<sup>4</sup> Ibid. Hal: 19

<sup>5</sup> Esty Rokhyani . *Efektifitas Konseling Rasional Emotif Dengan Teknik Relaksasi untuk Membantu Siswa Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Surabaya Volume 10 no.2 Desember 2009. Hal.5

Indikator yang menyebutkan bahwa siswa di TPA Ibnu Hajar mengalami kecemasan pada pelaksanaan imtihan adalah Peserta imtihan dihadapkan pada tiga penguji yang masing-masing menguji hafalan surat pendek, bacaan Al-qur'an beserta tajwid, dan hafalan doa sehari-hari. peserta imtihan disaksikan teman-temannya dari semua kelompok saat menghadap penguji. Hal ini berdasarkan angket yang telah disebar oleh dewan asatidz di TPA Ibnu Hajar.

Dengan melihat dampak-dampak yang ditimbulkan akibat siswa mengalami kecemasan, maka perlu diberikan suatu usaha untuk mencegah dan mengurangi masalah kecemasan tersebut. Salah satu tehnik yang dapat mengurangi kecemasan adalah tehnik relaksasi. Teknik relaksasi adalah merupakan kegiatan untuk mengendurkan ketegangan, pertama-tama ketegangan jasmaniah yang nantinya akan berdampak pada penurunan ketegangan jiwa.<sup>6</sup>

Menurut Santoso latihan relaksasi pada dasarnya merupakan pemberian kesempatan pada tubuh untuk melakukan "pekerjaan rumah" sebelum pekerjaan itu diambil alih oleh pikiran rasional dan kognitif seseorang demi sebuah ego yang tidak mampu dikendalikan.<sup>7</sup>

Teknik ini juga diberikan pada siswa atau santri yang mengikuti imtihan di TPA Ibnu Hajar sebelum mengikuti imtihan yang diadakan pelaksanaannya dilakukan satu minggu sebelum imtihan dimulai ada tujuh kelompok yang

---

<sup>6</sup> Irmayanti, dwi fadhilah dan warsito hadi, *Penerapan Strategi Relaksasi Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Menjelang Ujian* . Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Surabaya Volume no. 6 Desember 2008. Hal: 3

<sup>7</sup> [http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/6.\\_Artikel\\_dwi\\_f\\_dan\\_hadi.pdf](http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/6._Artikel_dwi_f_dan_hadi.pdf). Di unduh pada 22:36, 23 mei 2013.

diberi tehnik ini yaitu : iman, islam, ihsan, abu bakar, umar bin khattab, utsman bin affan dan ali bin abi thalib.

Dari Uraian diatas Peneliti tertarik untuk meneliti konsep tehnik relaksasi dalam mengatasi kecemasan siswa pada pelaksanaan imtihan di TPA Ibnu Hajar. Yang akan peneliti tulis dalam skripsi berjudul: **“MENGATASI KECEMASAN SISWA PADA PELAKSANAAN IMTIHAN MELALUI TEKNIK RELAKSASI DI TPA IBNU HAJAR KENDUNG SURABAYA”**.

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana Mengatasi Kecemasan Siswa Pada Pelaksanaan Imtihan Di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya?
2. Bagaimana Tehnik Relaksasi Mengatasi Kecemasan Pada Pelaksanaan Imtihan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya?
3. Apa sajakah faktor yang menghambat dan mendukung pelaksanaan tehnik relaksasi dalam mengatasi kecemasan pada pelaksanaan imtihan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya?

#### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bagaimana mengatasi kecemasan siswa pada pelaksanaan imtihan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya.
2. Untuk mengetahui bagaimana tehnik relaksasi mengatasi kecemasan pada pelaksanaan imtihan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya.

3. Untuk mengetahui apa sajakah faktor yang menghambat dan mendukung pelaksanaan tehnik relaksasi dalam mengatasi kecemasan pada pelaksanaan imtihan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya.

#### **D. Manfaat penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sekurang-kurangnya dalam dua hal: pertama, kegunaan secara teoritis, yaitu dapat menjadi bahan acuan pada penelitian berikutnya, khususnya yang menyangkut konsep atau pemikiran tentang Tehnik Relaksasi dalam mengatasi kecemasan. Karena sudah menjadi maklum bahwa kebenaran di dalam ilmu pengetahuan bersifat relative dan dinamis. Kedua, kegunaan secara praktis, yaitu dapat dijadikan sebagai bahan untuk alternative menyelesaikan persoalan untuk meringankan kecemasan yang dialami.

#### **E. Definisi Operasional**

##### **1. Kecemasan siswa**

- a. Kecemasan merupakan suatu respon dari pengalaman yang dirasa tidak menyenangkan dan di ikuti perasaan gelisah, khawatir, dan takut. Kecemasan merupakan aspek subjektif dari emosi seseorang karena melibatkan faktor perasaan yang tidak menyenangkan yang sifatnya subjektif dan timbul karena menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan konflik dan biasanya individu



tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan.<sup>8</sup>

- b. siswa: peserta didik yang belajar dan terdaftar pada lembaga pendidikan tertentu.<sup>9</sup>

## 2. Imtihan

Imtihan pada dasarnya sama dengan ujian atau evaluasi yang diadakan setiap tahun seperti pada umumnya, imtihan di TPA Ibnu Hajar adalah acara ujian lisan tahunan untuk seluruh santri sebagai upaya evaluasi keberhasilan pengajaran di tahun berjalan. Adapun materi yang di ujikan adalah hafalan surat pendek, bacaan Al-qur'an beserta tajwid dan hafalan doa sehari-hari.<sup>10</sup>

## 3. Tehnik Relaksasi

Teknik relaksasi adalah merupakan kegiatan untuk mengendurkan ketegangan, pertama-tama ketegangan jasmaniah yang nantinya akan berdampak pada penurunan ketegangan jiwa.<sup>11</sup>

Menurut santoso latihan relaksasi pada dasarnya merupakan pemberian kesempatan pada tubuh untuk melakukan “pekerjaan rumah”

---

<sup>8</sup> Semiun, yustinus. *Kesehatan Mental 2*. (yogyakarta: Kanisius, 2006.) hal. 86

<sup>9</sup> [http://id.wikipedia.org/wiki/Peserta\\_didik](http://id.wikipedia.org/wiki/Peserta_didik), diakses 23:43. 23 mei 2013.

<sup>10</sup> Moh. Junaidi, Kepala TPA Ibnu Hajar, wawancara Pribadi, Surabaya, 1 Juni 2013

<sup>11</sup> Irmayanti, dwi fadhilah dan warsito hadi, *Penerapan Strategi Relaksasi Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Menjelang Ujian* . Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Surabaya Volume no. 6 Desember 2008. Hal: 3

sebelum pekerjaan itu diambil alih oleh pikiran rasional dan kognitif seseorang demi sebuah ego yang tidak mampu dikendalikan.<sup>12</sup>

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh penulis ini termasuk dalam kategori *penelitian kualitatif* yang menurut Bodgan dan Taylor yang dikutip oleh Lexy J.Moleong, bahwa *metodologi kualitatif* sebagai prosedur yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Menurut mereka, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistic.<sup>13</sup>

Dalam rangka menemukan gagasan inti yang mendasari penelitian ini maka selanjutnya penulis menggunakan pendekatan *deskriptif-komparatif*. Pendekatan ini dipahami penulis sebagai sudut pandang untuk untuk mendekati obyek penelitian dengan menggambarkan obyek(mengatasi kecemasan siswa pada pelaksanaan imtihan melalui tehnik relaksasi di TPA ibnu hajar kendung Surabaya). Jadi jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif.

### **2. Prosedur penelitian**

Adapun prosedur penelitian yang ditempuh oleh penulis adalah sebagai berikut:

---

<sup>12</sup> [http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/6.\\_Artikel\\_dwi\\_f\\_dan\\_hadi.pdf](http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/6._Artikel_dwi_f_dan_hadi.pdf). Di unduh pada 22:36, 23 mei 2013.

<sup>13</sup> Moleong, Lexy J, Metodlogi penelitian kualitatif, (Bandung: RemajaRosakarya, 2007)hal 4

a. Tahap persiapan meliputi:

- Penentuan lokasi penelitian

Peneliti menentukan lokasi penelitian yang akan dijalankan di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya. Alasan peneliti memilih lembaga pendidikan islam ini karena peneliti sudah mengetahui kondisi yang ada di TPA disebabkan peneliti melakukan observasi di TPA tersebut.

- Informan

- Guru pembimbing/ dewan asatidzt

Guru pembimbing disini berfungsi untuk mendapatkan data-data siswa-siswa dan perkembangannya di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya.

### **3. Jenis Data**

Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data-data dua sumber, yaitu:

1. Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh orang yang melakukan penelitian atau yang bersangkutan dan memerlukannya. Data primer disebut juga data asli. Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan data primer melalui hasil observasi dan interview dengan pihak yang bersangkutan yaitu guru pembimbing atau asatidz.
2. Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan dari sumber-sumber yang telah ada. Data ini biasanya diperoleh dari

perpustakaan atau dari laporan-laporan peneliti terdahulu. data sekunder disebut juga data yang tersedia. Data sekunder biasanya dikatakan sebagai data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh peneliti dari subyek penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan data melalui buku-buku literature, dokumen peraturan-peraturan dan informasi dari siswa, kepala TPA kemudian diolah sebagai penguat dari data yang diperoleh dari sumber yang pertama atau data primer.

#### **4. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam pelaksanaan pengumpulan data, penulis menggunakan Field Research (penelitian lapangan). Adapun dalam penelitian ini, penulis menggunakan Observasi (pengamatan), interview (wawancara), serta Dokumentasi.

##### **1. Observasi (pengamatan)**

Metode observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena-fenomena social, dan gejala-gejala alam dengan jalan pengamatan dan pencatatan.<sup>14</sup> Observasi diperoleh peneliti dengan melakukan pengamatan secara langsung mengenai bagaimana mengatsi kecemasan siswa pada pelaksanaan imtihan dengan tehnik relaksasi yang ada di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya.

##### **2. Interview (wawancara)**

---

<sup>14</sup> kartini kartono, *pengantar metodologi riset sosial* (Bandung: Jemmars, 1991) hal 157

Metode interview merupakan suatu percakapan ttanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang diarahkan pada suatu masalah tertentu.<sup>15</sup>

Dengan metode wawancara peneliti mengambil data dari kepala TPA dan pihak-pihak terkait yang meliputi: guru pembimbing (asatidz), siswa.

### 3. Dokumentasi

Metode ini dilaksanakan dengan mengumpulkan data-data yang diperoleh dari catatan-catatan yang memiliki hubungan erat dengan penelitian, menurut suharsimi arikunto metode dokumentasi adalah “ mencari data dengan hal-hal atau variabel yang berupa catatan-catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah dan prasati, notulen rapat, lengger, agenda dan lain sebagainya.”<sup>16</sup>

Dalam metode dokumentasi ini peneliti gunakan untuk memperoleh data-data yang berhubungan dengan tehnik relaksasi untuk mengatsi kecemasan imtihan siswa.

---

<sup>15</sup> ibid hal 187

<sup>16</sup> suharsini arikunto,hal 336

## 5. Teknik Analisa

Analisis data adalah suatu metode yang digunakan untuk menganalisa data-data yang diperoleh dari penelitian.. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis non-statistik sesuai untuk data deskriptif atau penyajian data dalam bentuk kalimat yang tidak diwujudkan dalam bentuk angka.<sup>17</sup>

Dalam penerapannya, metode deskriptif kualitatif, diartikan sebagai metode dengan memaparkan dan menafsirkan data yang ada, misalnya tentang situasi yang dialami berkaitan dengan kegiatan, pandangan, sikap yang tampak maupun proses yang sedang bekerja.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan gambaran secara menyeluruh tentang bagaimana mengatasi kecemasan pada siswa pada pelaksanaan imtihan melalui tehnik relaksasi di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya. Kemudian gambaran hasil penelitian tersebut ditelaah, dikaji dan disimpulkan sesuai dengan tujuan dan kegunaan penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tehnik analisis data yang mengikuti langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. *Reduksi data*

Data reduksi yaitu data yang memberikan gambaran yang lebih tajam. juga mempermudah peneliti mencari kembali data yang diperoleh dan diperlukan. Jadi data yang diperoleh dari lapangan ditulis dalam bentuk uraian serta dan terperinci. Tetapi laporan bisa

---

<sup>17</sup> sumadi suryabrata, metodologi penelitian(Jakarta:rajawali press,1990)hal 94

bertambah sejalan dengan penelitian, kemudian data itu perlu direduksi, dirangkum dan dipilih hal-hal yang pokok, dan difokouskan dalam hal-hal yang penting dan dicari tema atau polanya

## 2. *Display data (penyajian data)*

Display data ialah menyajikan data dalam bentuk matrik, network, chart atau grafik dan lain sebagainya. dalam penelitian kualitatif penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori dan sejenisnya.<sup>18</sup>

## 3. *Mengambil kesimpulan dan verifikasi*

Setelah data terkumpul dan diolah serta di analisis dengan baik bagian akhir dari penelitian ini adalah mencari kesimpulan dari penelitian tersebut. pada penelitian ini diharapkan kesimpulannya merupakan inti sari dari hasil penelitian yang menggambarkan pendapat terakhir peneliti, yang memiliki relevansi sekaligus menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Untuk memperoleh gambaran yang jelas dan menyeluruh dalam isi pembahasan ini, maka secara global dapat dilihat pada sistematika penelitian dibawah ini sebagai berikut :

Dalam Bab I Pendahuluan

membahas tentang latar belakang masalah yang menjadi penyebab mengapa penelitian ini dilakukan, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan

---

<sup>18</sup> Ibid.hal.95

penelitian, definisi operasional, dan sistematika pembahasan.

Dalam Bab II tentang Kajian Pustaka

merupakan landasan teori yang membahas tentang “Mengatasi Kecemasan Siswa Pada Pelaksanaan Imtihan Melalui Tehnik Relaksasi di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya”.

Dalam Bab III tentang Metode Penelitian

memuat cara-cara atau metode penelitian antara lain lokasi penelitian, jenis penelitian, instrumen penelitian pengumpulan data yang memuat metode pengumpulan data dan sumber pengumpulan data, analisis data yang berfungsi untuk memperoleh gambaran tentang permasalahan dari obyek yang diteliti.

Dalam Bab IV tentang Hasil Penelitian

meliputi penyajian data dari analisa data, yaitu tentang “Mengatasi Kecemasan Siswa Pada Pelaksanaan Imtihan Melalui Tehnik Relaksasi di TPA Ibnu Hajar Kendung Surabaya”.

Dalam Bab V Penutup

bab ini berisi tentang kesimpulan dari hasil penelitian dan saran-saran dari penulis untuk perbaikan-perbaikan yang mungkin dilakukan.