

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. *Premenstrual Syndrome* (PMS)**

##### **1. Pengertian *Premenstrual Syndrome* (PMS)**

*Premenstrual syndrome* (PMS) adalah berbagai gejala fisik, psikologis, dan emosional yang terkait dengan perubahan hormonal karena siklus menstruasi (Proverawati, 2009:107).

Menurut El Manan *premenstrual syndrome* merupakan suatu keadaan yang menerangkan bahwa sejumlah gejala terjadi secara rutin dan berhubungan dengan siklus menstruasi. Biasanya, gejala tersebut muncul pada 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang ketika menstruasi dimulai (El Manan, 2011:143).

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *premenstrual syndrome* adalah suatu gejala fisik dan emosional yang terjadi menjelang menstruasi. Gejala-gejala tersebut dapat berupa perubahan perasaan maupun fisik yang menyebabkan ketidaknyamanan pada seseorang. Gejala tersebut akan hilang seiring dengan berjalannya masa menstruasi.

##### **2. Gejala-gejala *Premenstrual Syndrome* (PMS)**

Gejala-gejala yang terjadi dapat tetap sama atau bervariasi dari bulan ke bulan. Pada umumnya gejala yang datang adalah menifestasi dari produksi hormon progesteron pada bagian akhir dari siklus menstruasi, lebih dekat dengan datangnya masa menstruasi. Pada dasarnya, gejala *premenstrual*

*syndrome* berhubungan dengan berbagai perubahan. Di antaranya ialah perubahan fisik, perubahan suasana hati, dan perubahan mental.

- a. Perubahan fisik, diantaranya: sakit punggung, perut kembung, payudara terasa penuh dan nyeri, perubahan nafsu makan, sembelit, pusing, pingsan, sakit kepala, daerah panggul terasa berat atau tertekan, *hot flashes* (kulit wajah, leher, dan dada tampak merah serta terasa hangat saat diraba), susah tidur, tidak bertenaga, mual dan muntah, kelelahan yang luar biasa, kelainan kulit (misalnya jerawat dan *neurodermatitis*), pembengkakan jaringan atau nyeri persendian, dan penambahan berat badan.
- b. Perubahan suasana hati, diantaranya: mudah marah, cemas, depresi, mudah tersinggung, gelisah, merasa sedih dan gembira secara bergantian.
- c. Perubahan mental, diantaranya: merasa kalut, sulit berkonsentrasi, dan pelupa (El-Manan, 2011:144-145).

Sedangkan menurut Proverawati (2009) ada dua gejala pada saat *premenstrual syndrome* tiba, yaitu:

- a. Gejala fisik, diantaranya: kram, nyeri perut, nyeri pada payudara, perut kembung, berat badan meningkat, kelelahan, pembengkakan pada tangan dan kaki, nyeri sendi, sakit kepala, dan susah tidur (*insomnia*).
- b. Gejala emosional, diantaranya: mudah tersinggung, mudah marah, nafsu makan meningkat, mood tidak stabil, cemas, merasa sedih dan depresi, merasa tertekan, merasa tidak berguna dan bersalah, sensitif, putus asa, merasa memiliki konflik, keinginan untuk beraktivitas menurun, sulit

berkonsentrasi, dan muncul perasan berlebihan atau lepas kendali (Proverawati, 2009:107).

Shreeve (1989) membagi gejala psikologis menjadi lima, diantaranya:

1) Ketegangan

Tertimbunnya cairan dalam tubuh dapat menimbulkan ketegangan, baik pada fisik maupun mental. Ketegangan mental dapat meningkatkan ketegangan pada otot-otot sehingga menimbulkan kekakuan, kecanggungan, dan pegal pada anggota gerak serta persendian. Ketegangan otot yang meningkat merupakan salah satu aspek mekanisme reflek “lawan atau lari” dan ada hubungannya dengan makin banyaknya pengeluaran zat adrenalin oleh kelenjar adrenalin. Kadar adrenalin yang meningkat dalam darah juga bertanggung jawab atas peningkatan denyut jantung; mulut yang menjadi kering; dan nafas yang terasa sesak dan cepat.

2) Rasa cepat marah

Rasa marah merupakan luapan dari ketegangan di dalam diri dan dapat membangkitkan percekocokan yang terjadi dimana saja dan kesengsaraan bagi diri sendiri. Kemarahan dapat juga timbul dalam bentuk kekerasan fisik.

3) Depresi

Depresi adalah gejala umum lain dari *premenstrual syndrome*. Ketika *premenstrual syndrome* terjadi, seorang wanita yang biasanya stabil dan bahagia dapat mengalami perubahan batin secara drastis, misalnya dari

sumringah menjadi pemurung, suka menangis, marah tanpa sebab, dan lain-lain. Depresi yang disebabkan pra-menstruasi tidaklah berlangsung lama, antara dua sampai empat belas hari setiap bulan. Aspek-aspek depresi yang biasanya mempengaruhi *premenstrual syndrome* ialah perasaan tidak berguna, tidak ada gairah seks, dan kurang percaya diri.

#### 4) Kelesuan

Kelesuan sering dialami oleh penderita *premenstrual syndrome*, terutama mereka yang cenderung merasa depresi selama pra-menstruasi. Mungkin ini karena kelesuan merupakan ciri umum pada penyakit depresi yang biasa. Sehingga sukar bagi kita untuk menentukan kelesuan pada *premenstrual syndrome* tersebut merupakan bagian dari depresi yang dialami atau ciri yang terpisah.

#### 5) Berkurangnya daya konsentrasi

Kurangnya konsentrasi dan daya ingat adalah gejala yang umum dari gejala pramenstrasi dan dapat disembuhkan, bila kita mengetahui dan mengobati penyebab yang mendasarinya.

Menurut Dariyo (dalam Rahmania, 2010), tanda-tanda fisiologis awal terjadinya *premenstrual syndrome* (PMS) adalah wanita sering mengeluh sakit kepala (*headaches*), cepat lelah (*fatigue*), mual-mual (*nausea*), tidak nafsu makan, kaki atau tangan terasa bergetar, dan sakit perut. Sedangkan tanda-tanda secara psikologis ditandai dengan perasaan cemas (*anxiety*), tidak berdaya (*hopeless*), depresi, mudah tersinggung (*irritability*), dan sulit

berkonsentrasi atau mengingat (*difficulty of concentration or remembering*) (Rahmania, 2010:57).

Sedangkan menurut Hawari (dalam Rahmania, 2010), keluhan-keluhan yang sering dijumpai pada waktu menjelang haid diantaranya: mudah tersinggung (*irritability*), murung, lesu, kurang semangat, sedih (*depression*), tegang, gelisah (*tension*), sakit kepala (*headache*), lemah, perasaan bengkak (*sensation of swelling*) dan kehilangan kekuatan (*energy loss*) (Rahmania, 2010:57-58).

Dari berbagai gejala *premenstrual syndrome* di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan fisik diantaranya: payudara terasa nyeri, bertambahnya berat badan, perubahan nafsu makan, mual, sakit kepala, sakit punggung, perut kembung, dan kelainan kulit (jerawat). Perubahan mental diantaranya: merasa kalut, sulit berkonsentrasi, dan pelupa. Sedangkan perubahan psikologis diantaranya: mudah marah, cemas, mudah tersinggung, dan gelisah.

### **3. Faktor penyebab *premenstrual syndrome* (PMS)**

Keluhan *premenstrual syndrome* terjadi sekitar beberapa hari sebelum bahkan sampai saat menstruasi berlangsung. Penyebab yang jelas tidak diketahui tetapi terdapat dugaan bahwa ketidakseimbangan antara estrogen dan progesteron. Dikemukakan bahwa dominasi “estrogen” merupakan penyebab dengan defisiensi fase luteal dan kekurangan produksi progesteron. Akibat dominasi estrogen terjadi retensi air dan garam, dan edema pada beberapa tempat (Manuaba, 1998:401). Sehingga progesteron berpengaruh terhadap payudara dan rahim. Membuat payudara menjadi kencang dan

membesar. Mempunyai pengaruh kepada dinding rahim sehingga bertambah tebal, dan suplai darah menjadi lebih banyak (Knight, 2004:21-22).

Menurut Shreeve (1989), penyebab dari *premenstrual syndrome* adalah:

a. Kurangnya hormon progesteron

Sebagian wanita yang menderita *premenstrual syndrome* pun mengalami penurunan kadar progesteron. Salah satu untuk penyembuhan kekurangan hormon progesteron ini yaitu dengan penambahan hormon progesteron, tetapi hal ini tidak menuntut kemungkinan, karena wanita yang mengalami sindrom pramenstruasi hebat dalam keadaan progesteron normal.

b. Meningkatnya kadar estrogen dalam darah

Kadar estrogen yang meningkat dalam darah menyebabkan gejala-gejala depresi dan khususnya gangguan mental. Kadar estrogen yang meningkat dapat mengganggu proses kimia tubuh termasuk vitamin B6 (*piridoksin*) yang berfungsi mengontrol produksi sorotonin. Sorotonin sangat penting bagi otak dan syaraf, dan kurangnya persediaan zat ini dalam jumlah cukup dapat mengakibatkan depresi. Vitamin B6 mempunyai pengaruh positif pada sejumlah gejala yang timbul akibat *premenstrual syndrome*. Batas tertentu estrogen menyebabkan retensi garam dan air serta berat badannya bertambah. Mereka yang mengalami akan menjadi mudah tersinggung, tegang, perasaan tidak enak (*premenstrual tension*).

c. Hormon prolaktin

Hormon prolaktin dihasilkan oleh kelenjar hipofisis dan dapat mempengaruhi jumlah estrogen dan progesteron yang dihasilkan setiap

siklus. Wanita yang mengalami sindrom pra-menstruasi mempunyai kadar prolaktin yang lebih tinggi di dalam darah. Jumlah prolaktin yang terlalu banyak dapat mengganggu keseimbangan mekanisme tubuh yang mengontrol produksi kedua hormon tersebut. Selain itu, dapat mempengaruhi jaringan pada buah dada selama masa pra-menstruasi, sehingga buah dada akan membesar, bengkak dan terasa sakit.

d. Kekurangan asam lemak esensial (ALE) di dalam tubuh

Kekurangan zat asam lemak esensial (ALE) ini dapat menimbulkan efek yang sama seperti pada kenaikan kadar prolaktin. Gangguan metabolisme dapat terjadi karena ketidakseimbangan estrogen dan progesteron. Kadar prolaktin itu sendiri normal, estrogen maupun progesteron menurut hasil pengukuran normal. Tetapi karena kekurangan ALE, maka tubuh hipersensitif terhadap kadar normal prolaktin yang ada. Terlalu menyimpan prolaktin, wanita penderita kekurangan ALE. Bila ALE berkurang maka tubuh akan terlalu sensitif terhadap hormon ini. Ketidakstabilan hormon didalam tubuh disebabkan kurangnya zat asam lemak esensial (ALE) didalam tubuh (Shreeve, 1998:54-61).

Dari teori-teori diatas, ada beberapa kesamaan pendapat, salah satunya adalah teori yang menjelaskan bahwa teori penyebab *premenstrual syndrome* yaitu kurangnya hormon progesteron dan meningkatnya kadar hormon estrogen, sehingga menyebabkan terjadinya retensi air dan garam dalam tubuh.

#### 4. Pereda gejala-gejala *premenstrual syndrome* (PMS)

Proverawati (2009) mengatakan bahwa gejala *premenstrual syndrome* dapat diredakan dengan cara-cara berikut ini:

- a. Mengonsumsi pil kontrasepsi oral.
- b. Obat anticemas, seperti Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs), yang dapat digunakan setiap hari atau selama 14 hari sebelum menstruasi.
- c. Obat nyeri over the counter (OTC), yaitu obat-obatan penghilang nyeri seperti asam asetilsalisilat, asetaminofen, dan obat antiinflamasi nonsteroid. Obat-obatan ini dapat membantu menyembuhkan gejala fisik yang sifatnyasedang, seperti nyeri otot atau sakit kepala.
- d. Melakukan diet, seperti mengurangi kafein (mengurangi rasa tertekan, mudah tersinggung, dan gelisah); garam, termasuk kandungan sodium pada makanan kemasan (mengurangi kembung); mengonsumsi lebih banyak karbohidrat kompleks dan serat, seperti roti gandum, pasta, sereal, buah, dan sayuran; menambah asupan protein pada menu makanan; mengonsumsi makanan kaya vitamin dan mineral; mengurangi gula dan lemak (meningkatkan energy dan menstabilkan mood), dan menghentikan konsumsi alkohol.
- e. Melakukan olahraga seperti aerobik selama 30 menit sebanyak empat hingga enam kali dalam seminggu. Aerobik melatih otot besar yang membantu meredakan ketegangan syaraf dan kecemasan, serta retensi cairan yang menyebabkan perut terasa penuh.

- f. Makan teratur, tidur yang cukup, dan berolahraga. Lakukan relaksasi seperti pijat atau hal lain yang membuat anda merasa nyaman.
- g. Lakukan terapi alternatif lain. Misalnya, rekan anda menyarankan untuk menggunakan aromaterapi, akupuntur, minum jamu, atau mengkopres perut dengan bantal panas (Proverawati, 2009:108-109).

## 5. Penelitian terdahulu

Dari penelitian Khatarina Dalton dari Inggris (dalam Mila, 2007. Hal:53), didapatkan adanya tanda-tanda *sosiological* yang berhubungan dengan PMS. Tanda-tanda *sosiological* yang berat mengakibatkan gangguan tersebut halnya terjadi pada 40-50 % dari seluruh populasi wanita, sehingga tidak semua wanita mengalami gangguan ini.

Berdasarkan tanda-tanda koisioner, Ruble (dalam Mila, 2007:53) menyimpulkan bahwa 70-90 % populasi mengaku mengalami gejala-gejala sindrom pramenstruasi yang berulang dan 20-40 % melaporkan adanya gejala-gejala fisik dan mental sedemikian berat sehingga menghalangi kegiatan sehari-hari. Dan Fridman melaporkan bahwa 5-95% wanita usia subur mengalami sindrom pramenstruasi.

Dari hasil penelitian Ferry Soetedja (dalam Mila, 2007:54) bahwa menstruasi membuat sebagian wanita mudah tersinggung. Sekitar 90% wanita mengaku mudah mendidih emosinya saat menstruasi. Memang penelitian menunjukkan 50% dari kejahatan yang dilakukan para wanita yang di penjara terjadi pada saat menstruasi dan pramenstruasi. 29% kejahatan terjadi pada saat-saat diluar menstruasi. Penyebab bisa jadi

adanya hipoglikkemia (gula darah merah) yang meningkat pada periode pramenstruasi dan menimbulkan emosi yang tinggi.

Dari hasil penelitian Pujiastuti (2007:71), bahwa terjadi penurunan produktivitas tenaga kerja wanita di pabrik korek api Pematangsiantar yang sedang mengalami *premenstrual syndrome* (PMS). Tenaga kerja di bagian pengepakan korek api mempunyai produktivitas rata-rata sebesar 347 kotak perjam. Sedangkan pada saat *premenstrual syndrome* (PMS) rata-rata produktivitasnya adalah 232 kotak perjam, sehingga terjadi penurunan rata-rata produksi sebesar 115 kotak perjam.

Dari beberapa penelitian terdahulu di atas dapat disimpulkan bahwa tidak semua wanita mengalami *pr-menstrual syndrome*, akan tetapi hanya sebagian wanita saja. *Premenstrual syndrome* dapat disebabkan karena adanya hipoglikkemia (gula darah merah) yang meningkat pada periode pramenstruasi dan menimbulkan emosi yang tinggi, serta mengurangi produktivitas wanita.

## **6. *Premenstrual Syndrome* (PMS) dalam perspektif Islam**

### **a. Telaah Teks Psikologi**

#### **1) Sampel Teks**

Proverawati menjelaskan, bahwa *Premenstrual syndrome* (PMS) adalah berbagai gejala fisik, psikologis, dan emosional yang terkait dengan perubahan hormonal karena siklus menstruasi (Proverawati, 2009:107).

Sedangkan menurut El Manan, *premenstrual syndrome* merupakan suatu keadaan yang menerangkan bahwa sejumlah gejala terjadi secara rutin dan berhubungan dengan siklus menstruasi. Biasanya, gejala tersebut muncul pada 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang ketika menstruasi dimulai (El Manan, 2011:143).

## 2) Analisis Komponen Teks

Tabel 1

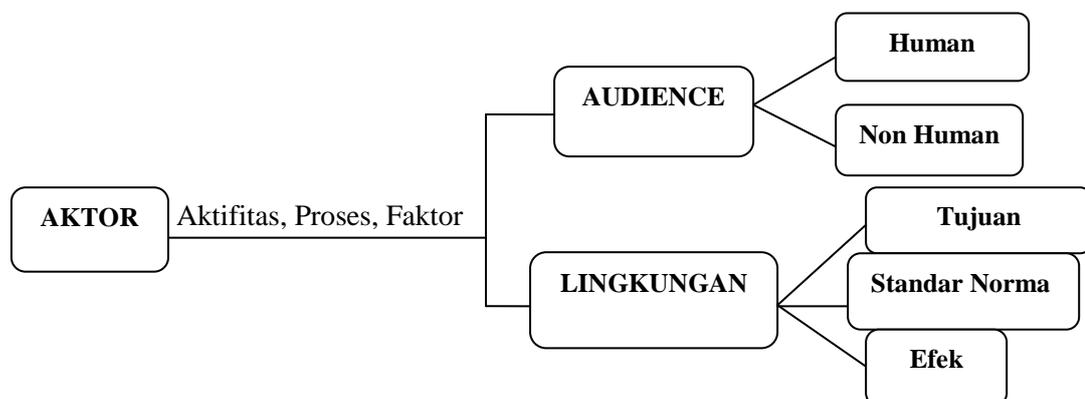
Analisis Komponen Teks

No.	Komponen	Deskripsinya
1.	Aktor	Diri
2.	Aktifitas	<i>Premenstrual Syndrome</i>
3.	Proses	Berkala
4.	Faktor	Kesehatan
5.	Tujuan	Menjaga kesehatan diri
6.	Audien	Manusia
7.	Standar norma	Agama dan hukum
8.	Efek	Pola hidup sehat

## 3) Pola Teks

Bagan 1

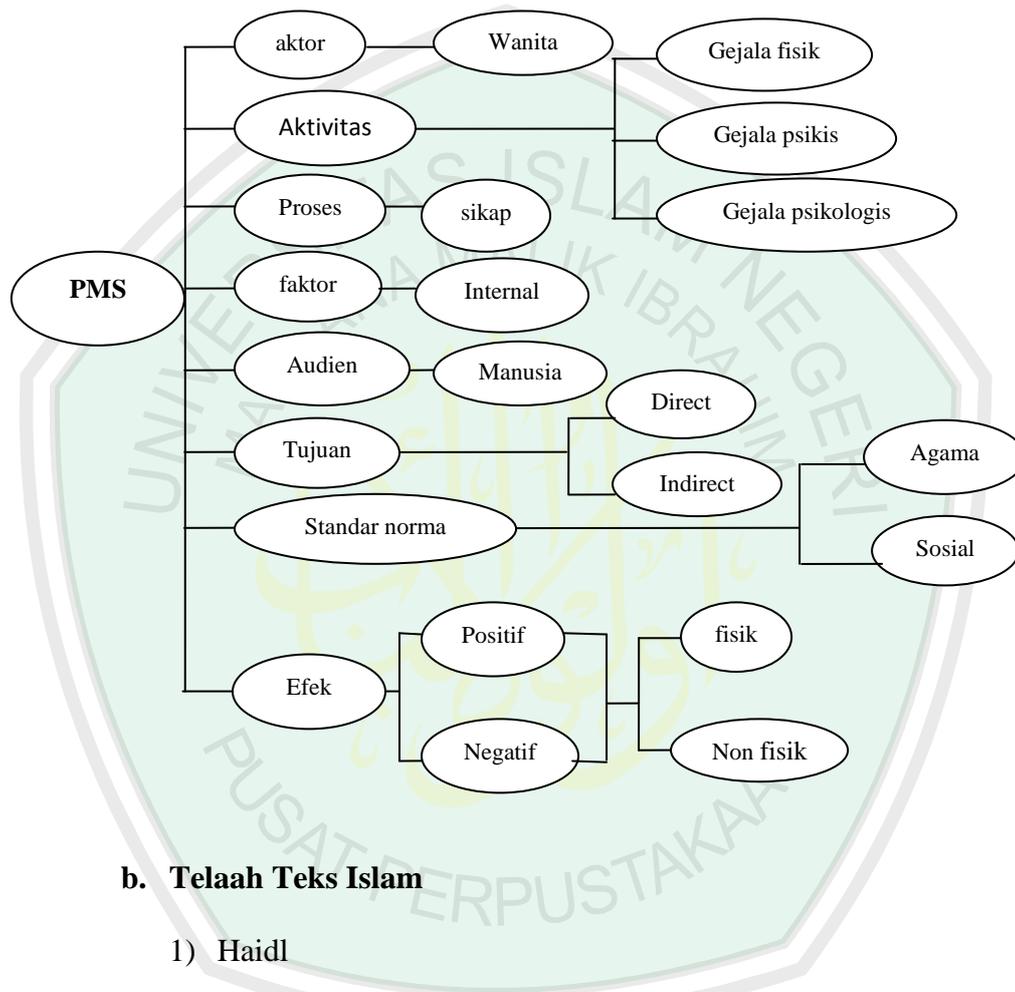
Pola Teks *Premenstrual Syndrome* (PMS)



#### 4) Peta Konsep Teks Psikologi

##### Bagan 2

##### Peta Konsep PMS



#### b. Telaah Teks Islam

##### 1) Haidl

Darah haidl ialah darah yang keluar dalam masanya haidl yakni mulai umur 9 tahun ke atas. Darah ini keluar dari farji orang perempuan dalam keadaan sehat yang artinya tidak karena sakit maupun melahirkan meskipun darah yang keluar hitam, sangat panas, dan sangat menyakitkan (Amar, 1983:62-63). Sebagaimana firman Allah dalam Surat Al-Baqarah ayat 222:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَرِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

Artinya: mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah Suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.

Wanita yang mengeluarkan darah haid, ketika itu ia berkewajiban meninggalkan shalat, puasa, dan hubungan badan. Apabila masa haid itu telah selesai dalam satu hari atau paling lama lima belas hari, maka ia berkewajiban untuk mandi dan mengerjakan shalat. Apabila ia melihat darah yang berwarna kekuning-kuningan dan yang berwarna keruh itu pada saat tengah menjalani masa haid, maka ia tidak perlu menghitungnya sebagai darah atau haid (Uwaidah, 2007:72).

## 2) Istihadhah

Istihadhah adalah darah yang keluar secara terus-menerus melebihi kebiasaan masa berlangsungnya haid. wanita yang mengalami masa-masa istihadhah harus berwudhu setiap kali akan

mengerjakan shalat. Kemudian memakai cawat (celana dalam atau pembalut wanita) dan selanjutnya boleh mengerjakan shalat, meskipun darah masih tetap mengalir. Disamping itu, juga tidak dianjurkan untuk berhubungan badan, kecuali pada kondisi yang sangat mendesak (Uwaidah, 2007:73).

Dalil yang menjadi landasan mengenai masalah ini adalah hadits dari Ummu Salamah *Radhiyallahu Anha*:

*“Bahwa ia pernah meminta fatwa kepada Rasulullah SAW mengenai seorang wanita yang selalu mengeluarkan darah. Maka Rasulullah SAW bersabda: Hitunglah berdasarkan bilangan malam dan hari dari masa haid pada setiap bulan berlangsungnya, sebelum ia terkena serangan darah penyakit yang menimpanya itu. Maka tinggalkanlah shalat sebanyak bilangan haid yang biasa dijalannya setiap bulan. Apabila ternyata melewati dari batas yang berlaku, maka hendaklah ia mandi, lalu memakai cawat (pembalut) dan mengerjakan shalat.”* (HR. Abu Dawud dan An-nasai dengan *isnad* Hasan).

### c. Inventarisasi atau Tabulasi Teks PMS dalam Islam

Tabel 2

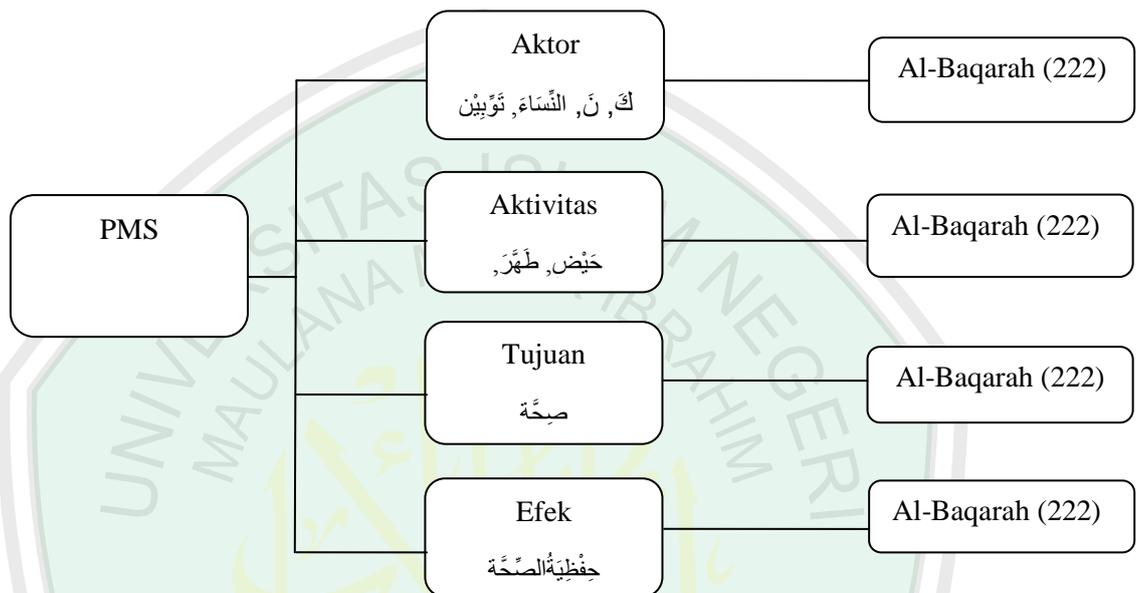
#### Inventarisasi atau Tabulasi Teks PMS dalam Islam

No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber	Jumlah
1	Aktor	Allah	الله	Allah	Dzat	Al-Baqarah (222)	1
		Kelompok	ك	Mereka	Komunitas, massa atau kelompok	Al-Baqarah (222)	1
			النساء	Wanita-wanita	Komunitas, massa atau kelompok	Al-Baqarah (222)	1
			ن	Mereka	Komunitas, massa atau kelompok	Al-Baqarah (222)	1
			توبين	Orang-orang yang bertobat	Komunitas, massa atau kelompok	Al-Baqarah (222)	1
2	Aktivi Tas	Haid, bersuci, mendekati (menggauli), mendatangi, taubat	حَيْضٍ	Haid (menstruasi)	Physical development	Al-Baqarah (222)	1
			طَهَّرَ	Bersuci	Positive behavior	Al-Baqarah (222)	1
			يَقْرَبَ	mendekati	Positive behavior	Al-Baqarah (222)	1
			أَوْتُو	Datangilah	Positive behavior	Al-Baqarah (222)	1
			تُوبَةٍ	Bertobat	Positive behavior	Al-Baqarah (222)	1
3	Tujuan	Sehat	صِحَّة	Sehat	Healty	Al-Baqarah (222)	1
4	Efek	Menjaga kesehatan diri	حِفْظِيَّةَ الصَّحَّة	Menjaga kesehatan	Positive behavior	Al-Baqarah (222)	1
5	Proses	Berkala	اِخْتِيَانٌ	Kadang-kadang	Time	Al-Baqarah (222)	1
6	Faktor	Internal	جَسَدٌ	Fisik	Physical	Al-Baqarah (222)	1
7	Audien	Manusia	النَّاسِ	Manusia	Komunitas ( <i>group</i> ) dan individu	Al-Baqarah (222)	1
8	Standar norma	Agama, sosial	الدِّينِ	Agama	Principle	Al-Baqarah (222)	1
			هَيْئَةٍ	Lingkungan	environment	Al-Baqarah (222)	1
<b>Jumlah Total Teks Alquran</b>							<b>17</b>

#### d. Mind Mapping Teks PMS dalam Islam

Bagan 3

#### Mind Mapping Teks (PMS)



#### e. Rumusan Konseptual

Darah haidl ialah darah yang keluar dalam masanya haidl yakni mulai umur 9 tahun ke atas. Darah ini keluar dari farji orang perempuan dalam keadaan sehat yang artinya tidak karena sakit maupun melahirkan meskipun darah yang keluar hitam, sangat panas, dan sangat menyakitkan.

### B. Motivasi Belajar

#### 1. Pengertian Motivasi dan Belajar

Banyak sekali, bahkan sudah umum orang menyebut dengan “motif” untuk menunjukkan mengapa seseorang itu berbuat sesuatu (Tadjab, 1994:101). Motif dan motivasi berkaitan erat dengan penghayatan suatu kebutuhan. Kata

“motif”, diartikan sebagai daya upaya mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Berawal dari pendekatan kata “motif” tersebut dapat ditarik persamaan bahwa keduanya menyatakan suatu kehendak yang melatarbelakangi perbuatan. Banyak para ahli yang memberikan batasan tentang pengertian motivasi antara lain adalah sebagai berikut:

- a. Mc. Donald yang dikutip oleh Sardiman mengemukakan, motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “*feeling*” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan (Sardiman, 1990:73).
- b. Tabrani Rusyan berpendapat, bahwa motivasi merupakan kekuatan yang mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan (Rusyan, 1989:95).
- c. Heinz Kock memberikan pengertian, motivasi adalah mengembangkan keinginan untuk melakukan sesuatu (Kock, 1991:69).
- d. Wayan Ardhan menjelaskan, bahwa motivasi dapat dipandang sebagai suatu istilah umum yang menunjukkan kepada pengaturan tingkah laku individu dimana kebutuhan-kebutuhan atau dorongan-dorongan dari dalam dan insentif dari lingkungan mendorong individu untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhannya atau untuk berusaha menuju tercapainya tujuan yang diharapkan (Ardan, 1985:165).
- e. Motivasi adalah proses yang memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya, perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah, dan bertahan lama (Santrock. 2007:510).

Dari berbagai definisi yang dikemukakan oleh para ahli tersebut di atas, dapat dikatakan bahwa motivasi adalah suatu dorongan yang menggerakkan seseorang untuk melakukan suatu aktifitas. Seseorang tergerak untuk melakukan sesuatu itu karena berhubungan dengan kebutuhannya. Karena kebutuhan terhadap sesuatu objek, seseorang termotivasi untuk berbuat dan bertindak guna memenuhi tuntutan kebutuhan tersebut, oleh karena itu seseorang akan termotivasi untuk melakukan sesuatu apabila terkait dengan kebutuhannya, jadi kebutuhan itu sebagai pendorong seseorang untuk melakukan suatu aktivitas.

Motivasi merupakan aspek penting dari pengajaran dan pembelajaran. Seseorang yang tidak memiliki motivasi tidak akan berusaha keras untuk belajar. Murid yang memiliki motivasi tinggi akan giat belajar dan mudah menyerap proses belajar.

Dalam hubungannya dengan kegiatan belajar yang penting bagaimana menciptakan kondisi atau suatu proses yang menyerahkan siswa itu untuk melakukan aktivitas belajar. Oleh karena itu, peran guru dalam hal ini sangat penting. Bagaimana guru melakukan usaha-usaha untuk dapat menumbuhkan dan memberikan motivasi agar siswa dapat melakukan aktivitas belajar dengan baik. Untuk belajar dengan baik diperlukan proses dan motivasi yang baik pula. Oleh karena itu sebelum menguraikan apa itu motivasi belajar terlebih dahulu diuraikan tentang belajar.

Belajar merupakan suatu bentuk perubahan tingkah laku yang terjadi pada seseorang (Uno, 2011:31). Untuk lebih jelas penulis akan kemukakan pendapat para ahli:

- 1) Sumadi Soerya Brata mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan belajar adalah membawa perubahan yang mana perubahan itu mendapatkan kecakapan baru yang dikarenakan dengan usaha atau disengaja (Suryabrata, 1984:248).
- 2) L. Crow dan A. Crow, berpendapat bahwa pelajaran adalah perubahan dalam respon tingkah laku (seperti inovasi, eliminasi atau modifikasi respon, yang mengandung setara dengan ketetapan) yang sebagian atau seluruhnya disebabkan oleh pengalaman. "*pengalaman*" yang serupa itu terutama yang sadar, namun kadang-kadang mengandung komponen penting yang tidak sadar, seperti biasa yang terdapat dalam belajar gerak ataupun dalam reaksinya terhadap perangsang-perangsang yang tidak teratur, termasuk perubahan-perubahan tingkah laku suasana emosional, namun yang lebih lazim ialah perubahan yang berhubungan dengan bertambahnya pengetahuan simbolik atau ketrampilan gerak, tidak termasuk perubahan-perubahan fisiologis seperti keletihan atau halangan atau tidak fungsinya indera untuk sementara setelah berlangsungnya pasangan-pasangan yang terus menerus (Crow, 1989:279).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan itu pada dasarnya merupakan pengetahuan dan kecakapan baru dalam perubahan ini terjadi karena usaha.

Setelah penulis menguraikan definisi motivasi dalam belajar, maka dapat diambil pengertian bahwa yang dimaksud dengan motivasi belajar adalah suatu daya upaya penggerak atau membangkitkan serta mengarahkan semangat individu untuk melakukan perbuatan belajar.

Untuk dapat mendalami dan mempunyai suatu gambaran yang mendalam serta jelas mengenai motivasi belajar, maka hal ini penulis kemukakan menurut para cerdik pandai mengenai motivasi belajar, yaitu:

Menurut Mulyadi menyatakan bahwa motivasi belajar adalah membangkitkan dan memberikan arah dorongan yang menyebabkan individu melakukan perbuatan belajar (Mulyadi, 1991:87).

Dan menurut Tadjab, motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar itu demi mencapai suatu tujuan (Tadjab, 1994:102).

Sedangkan menurut Sardiman, motivasi belajar adalah merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual, peranan yang luas adalah dalam hal menimbulkan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar, siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar (Sardiman, 1990:75).

Dari pendapat para ahli di atas penulis mempunyai pemahaman bahwa yang dimaksud dengan motivasi belajar adalah motivasi yang mampu memberikan dorongan kepada siswa untuk belajar dan melangsungkan pelajaran dengan memberikan arah atau tujuan yang telah ditentukan.

Namun untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif, maka penulis akan menguraikan beberapa teori motivasi belajar sebagaimana berikut ini:

#### a) Teori Kebutuhan Tentang Motivasi

Motivasi itu tidak pernah dikatakan baik, apabila tujuan yang diinginkan itu tidak baik. Sebagaimana dijelaskan di atas bahwa motivasi selalu berkaitan dengan kebutuhan, Abraham Maslow mengklasifikasikan kebutuhan secara berurutan menjadi 6 bagian, yaitu:

##### 1) Kebutuhan fisiologis

Kebutuhan fisiologis adalah merupakan kebutuhan jasmani manusia, misalnya akan makan, minum, tidur, istirahat dan sebagainya. Untuk belajar yang efektif dan efisien, siswa harus sehat. Jika siswa sakit hal itu dapat mengganggu kerja otak yang mengakibatkan terganggunya kondisi fisik, yang kemudian dapat mengganggu konsentrasi belajar.

##### 2) Kebutuhan rasa aman

Manusia membutuhkan ketenteraman dan keamanan jiwa. Perasaan takut akan kegagalan, kecemasan, kecewa, dendam, ketidakseimbangan mental dan kegoncangan-kegoncangan emosi yang lain dapat mengganggu kelancaran belajar siswa. Agar belajar siswa dapat meningkat kearah yang lebih efektif, maka siswa harus menjaga keseimbangan emosi, sehingga perasaan menjadi aman dan konsentrasi pikiran dapat dipusatkan pada pelajaran.

3) Kebutuhan mendapatkan kasih-sayang dan memiliki.

Dengan mendapatkan kasih sayang, seseorang merasa bahwa ia diterima oleh kelompoknya, merasa bahwa ia merupakan salah seorang anggota keluarga yang cukup berharga. Agar setiap siswa merasa ia diterima dalam kelompoknya, maka dapat dilakukan dengan cara belajar bersama dengan teman yang lain. Hal ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketajaman berfikir siswa. Kebutuhan untuk diakui sama dengan orang lain sering mendapatkan kasih sayang dan memiliki merupakan kebutuhan primer yang harus dipenuhi.

4) Kebutuhan memperoleh penghargaan orang lain

Harga diri seseorang timbul dalam hubungannya dengan orang lain seseorang akan merasa dirinya dihargai oleh orang lain apabila ia merasa bahwa dirinya dianggap penting dalam hal ini tugas guru adalah mencari dalam diri siswa, apa yang membuat siswa itu merasa dirinya dianggap penting.

5) Kebutuhan untuk aktualisasi diri

Setiap individu memiliki potensi atau bakat masing-masing yang terkandung di dalam dirinya. Kebutuhan aktualisasi diri atau untuk mewujudkan diri sendiri, yakni mengembangkan bakat dengan usaha mencapai hasil dalam bidang pengetahuan, sosial dan pembentukan pribadi.

6) Kebutuhan untuk mengetahui dan mengerti

Kebutuhan untuk mengetahui dan mengerti adalah kebutuhan untuk mengetahui rasa ingin tahu, mendapatkan pengetahuan, informasi dan untuk mengerti sesuatu. Untuk memenuhi kebutuhan ini dapat diupayakan melalui belajar.

Hirarki kebutuhan sebagaimana dikemukakan di atas menggambarkan bahwa setiap tingkat di atasnya hanya dapat dibangkitkan apabila telah dipenuhi tingkat motivasi yang dibawahnya. Bila guru menginginkan siswanya belajar dengan baik maka harus dipenuhi tingkat yang terendah dan tingkat yang tertinggi. Guru dalam memberikan motivasi kepada siswa hendaklah menciptakan suasana lingkungan yang menyenangkan bagi siswa dengan suasana yang menyenangkan itu siswa dapat belajar secara optimal.

Dalam memberi motivasi ada beberapa teori yang perlu diketahui antara lain:

1) Teori Fisiologi

Menurut teori ini bahwa semua tindakan manusia itu berakal pada usaha yang memenuhi kepuasan dan kebutuhan organik atau kebutuhan fisik, seperti tentang makanan. Dari teori ini muncul tentang perjuangan hidup.

2) Teori Psikoanalitik

Teori ini mengatakan bahwa setiap tindakan manusia karena ada unsur pribadi yakni id dan ego.

3) Teori Kebutuhan

Teori ini beranggapan bahwa tindakan yang dilakukan oleh manusia pada hakekatnya adalah untuk memenuhi kebutuhannya, baik fisik maupun psikis. Seorang pendidik dalam memberikan motivasi harus mengetahui terlebih dahulu apa kebutuhan siswanya.

#### 4) Teori Reaksi yang dipelajari

Teori ini berpandangan bahwa tindakan atau perilaku manusia berdasarkan pola tingkah laku yang dipelajari dari kebudayaan ditempat orang itu hidup. Orang belajar paling banyak dari lingkungan ditempat ia hidup dan dibesarkan. Apabila seorang guru ingin memotivasi siswanya, maka harus benar-benar mengetahui latar belakang kehidupan dan kebudayaan siswanya.

Selanjutnya untuk mengetahui dan melengkapi uraian tentang motivasi itu perlu dikemukakan adanya beberapa ciri motivasi. Menurut Mulyadi (1991) motivasi yang ada pada diri setiap orang tua memiliki ciri sebagai berikut:

- a. Tekun menghadapi tugas
- b. Ulet menghadapi kesulitan, tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin
- c. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah untuk orang dewasa
- d. Lebih senang bekerja mandiri
- e. Cepat bosan terhadap tugas-tugas yang rutin

- f. Dapat mempertahankan pendapatnya kalau sudah yakin akan sesuatu
- g. Tidak mudah melepaskan hal yang dia miliki
- h. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.

Apabila seseorang memiliki ciri-ciri seperti diatas, berarti seseorang itu selalu memiliki motivasi yang cukup kuat. Ciri-ciri motivasi seperti itu akan sangat penting dalam kegiatan belajar mengajar (Mulyadi, 1991:92-93).

#### b) Teori Humanistik Tentang Motivasi

Para ahli Humanistik percaya bahwa hanya ada satu motivasi, yaitu motivasi yang berasal dari masing-masing individu yang dimiliki oleh individu itu sepanjang waktu. Keinginan dasar yang dimiliki masing-masing peserta dasar didik dibawahnya kesekolah. Pembina didik hanya tinggal memanfaatkan dorongan ingin tahu siswa yang bersifat alamiah dengan cara menyajikan materi yang cocok dan berarti bagi siswa.

Apapun model penyajian yang dilaksanakan untuk membuat belajar, mereka akan tetap termotivasi, asalkan itu dengan kepentingan dirinya pada saat sekarang atau pada masa yang akan datang. Misalnya siswa harus tahu apa gunanya mempelajari matematika dalam kehidupan. Materi yang diberikan kepada siswa hendaklah dirasakan sebagai sesuatu yang memuaskan kebutuhan ingin tahu dan minatnya.

#### c) Teori Behavioristik tentang Motivasi

Ahli-ahli Behavioristik yakni bahwa motivasi dikontrol oleh lingkungan. Manusia bertindak laku kalau ada rasangan dari luar, dan

kuat/lemahnya tingkah laku dipengaruhi oleh kejadian sebagai konsekuensi dari tingkah laku itu yang dapat menggugah emosi yang bertingkah laku.

Inti dari penerapan pandangan ahli-ahli Behavioristik adalah apa yang disebut dengan “*contingency management*” yaitu penguatan tingkah laku melalui akibat dari tingkah laku itu sendiri. Kalau siswa bertingkah laku benar, maka akibat dari tingkah lakunya itu akan mendapatkan kesenangan, yaitu menerima hadiah atau penghargaan. Sebaliknya jika tingkah lakunya salah, maka siswa mendapat hukuman atau ketidakenakan.

Berdasarkan pendapat yang praktis itu, maka dengan melaksanakan *contingency management* pendidikan dapat menangani situasi kelas dan dapat memakainya sebagai alat untuk memotivasi siswa. Oleh karena itu dalam pandangan Behavioristik motivasi dikontrol oleh kondisi lingkungan, maka tergantung pada pendidiklah pengaturan lingkungan kelas sehingga siswa termotivasi dalam belajar. Kegagalan siswa dalam belajar berarti kegagalan pendidik dalam mengatur program belajar, bukan kegagalan siswa karena ketidakmampuannya (Mulyadi, 1993:19-26).

## **2. Macam-macam Motivasi Belajar**

Santrock dalam bukunya yang berjudul Psikologi Pendidikan menyebutkan bahwa motivasi belajar dibagi menjadi dua (Santrock, 2008:514), yaitu:

### **a. Motivasi instrinsik**

Motivasi instrinsik ialah suatu aktivitas/kegiatan belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan penghayatan suatu kebutuhan dan dorongan yang

secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar. Dalam hal ini Sardiman dalam bukunya “Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar”, menjelaskan bahwa motivasi instrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu (Suryabrata, 1990:104).

Sedangkan Tabrani Rusyan mendefinisikan motivasi instrinsik ialah dorongan untuk mencapai tujuan-tujuan yang terletak didalam perbuatan belajar (Rusyan,1989:120). Jenis motivasi ini menurut Uzer Usman timbul sebagai akibat dari dalam diri individu sendiri tanpa ada paksaan dari orang lain, tetapi atas kemauan sendiri (Usman, 2002:29).

Dari definisi-definisi tersebut dapat diambil pengertian bahwa motivasi instrinsik merupakan motivasi yang datang dari diri sendiri dan bukan datang dari orang lain atau faktor lain. Jadi motivasi ini bersifat alami dari diri seseorang dan sering juga disebut motivasi murni dan bersifat riil, berguna dalam situasi belajar yang fungsional.

#### **b. Motivasi ekstrinsik**

Motivasi ekstrinsik adalah dorongan untuk mencapai tujuan-tujuan yang terletak diluar perbuatan belajar (Kock, 1991:71). Dalam hal ini Sumadi Suryabrata juga berpendapat, bahwa motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang berfungsinya karena adanya rangsangan dari luar (Suryabrata, 1993:72).

Dari definisi ini dapat dipahami bahwa ekstrinsik yang pada hakikatnya adalah suatu dorongan yang berasal dari luar diri seseorang. Jadi berdasarkan motivasi ekstrinsik tersebut anak yang belajar sepertinya bukan karena ingin mengetahui sesuatu tetapi ingin mendapatkan pujian dan nilai yang baik. Walaupun demikian, dalam proses belajar mengajar motivasi ekstrinsik tetap berguna bahkan dianggap penting, hal tersebut sebagaimana dikemukakan oleh S. Nasution dalam bukunya "Didaktik Asas-asas Mengajar", itu sebagai berikut:

"Dalam hal pertama ia ingin mencapai tujuan yang terkandung di dalam perbuatan belajar itu. Sebaliknya bila seseorang belajar untuk mencapai penghargaan berupa angka, hadiah, dan sebagainya ia didorong oleh motivasi ekstrinsik. Oleh sebab itu tujuan tersebut terletak diluar penghargaan itu" (Nasution, 1986:20).

Berangkat dari uraian diatas, dapat diambil pengertian bahwa motivasi instrinsik lebih baik daripada motivasi ekstrinsik. Akan tetapi motivasi ekstrinsik juga perlu digunakan dalam proses belajar mengajar disamping motivasi instrinsik. Untuk dapat menumbuhkan motivasi instrinsik maupun ekstrinsik adalah suatu hal yang tidak mudah, maka dari itu guru perlu dan mempunyai kesanggupan untuk menggunakan bermacam-macam cara yang dapat membangkitkan motivasi belajar siswa sehingga dapat belajar dengan baik.

Motivasi ekstrinsik adalah bentuk Motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar situasi belajar seperti angka, kredit, ijazah, tingkatan, hadiah, pertentangan dan persaingan (Rusyan, 1989:99).

Dari definisi diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa Motivasi ekstrinsik adalah Motivasi yang timbul karena adanya dorongan dari luar individu. Meskipun Motivasi ekstrinsik ini seakan-akan mendorong anak didik untuk aktif belajar dengan tujuan-tujuan untuk memperoleh nilai akan tetapi Motivasi ekstrinsik ini sangat dan bahkan tetap diperlukan di sekolah. Oleh karena itulah Motivasi terhadap belajar itu perlu diupayakan oleh guru sehingga siswa giat untuk belajar. Tetapi tugas tersebut tidak hanya menjadi tanggungjawab dari guru saja tetapi juga tanggungjawab sekolah dan juga orangtua.

### **3. Fungsi - Fungsi Motivasi**

Untuk dapat terlaksananya suatu kegiatan, pertama-tama harus ada dorongan untuk melaksanakan kegiatan itu, begitu juga dalam dunia pendidikan, aspek motivasi ini sangat penting. Siswa harus mempunyai motivasi untuk meningkatkan kegiatan belajar terutama dalam proses belajar mengajar.

Motivasi merupakan faktor yang sangat penting di dalam belajar sebab motivasi berfungsi sebagai:

- a. Pemberi semangat terhadap seorang siswa dalam kegiatan-kegiatan belajarnya.
- b. Pemilih dari tipe-tipe kegiatan-kegiatan dimana seseorang berkeinginan untuk melakukannya.
- c. Pemberi petunjuk pada tingkah laku.

Fungsi motivasi juga dipaparkan oleh Tabrani dalam bukunya “*Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar*”, yaitu:

- a. Mendorong timbulnya kelakuan atau perbuatan.
- b. Mengarahkan aktivitas belajar siswa
- c. Menggerakkan dan menentukan cepat atau lambatnya suatu perbuatan (Sardiman, 1990:88).

Sama halnya dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sardiman, bahwa ada tiga fungsi motivasi:

- a. Mendorong manusia untuk berbuat.
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai
- c. Menentukan arah perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan (Rusyan, 1989:99).

Di samping itu, ada juga fungsi-fungsi lain, motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha-usaha pencapaian prestasi. Seseorang melakukan suatu usaha karena adanya motivasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik pula. Dengan kata lain, bahwa dengan adanya usaha yang tekun dan terutama didasari adanya motivasi, maka

seseorang yang belajar itu akan dapat melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seseorang siswa akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya. Dengan demikian, motivasi itu dipengaruhi adanya kegiatan.

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar**

Adanya pemberian motivasi belajar bagi siswa bertujuan untuk membangkitkan dan menggairahkan proses pencapaian puncak kreativitas dan prestasi belajarnya seoptimal mungkin. Keberadaan motivasi juga berarti bagi kegiatan belajar.

Berdasarkan hal tersebut, Mudjiono & Dimiyati (1999) menyebutkan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, yaitu:

- a. Faktor internal, berupa kondisi jasmani dan rohani siswa yang bisa berupa kesehatan fisik, kepribadian, watak, tingkah laku, cita-cita dan lain-lain.
- b. Faktor eksternal, berupa kondisi tradisi sekitar siswa yang bisa berupa keadaan alam, tradisi tempat tinggal, pergaulan sebaya dan kehidupan masyarakat.
- c. Pendekatan belajar, yaitu jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran materi-materi pelajaran.

#### **5. Aspek-aspek motivasi belajar**

Hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa siswi yang mau belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Hal itu

mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Uno (2006) menyebutkan bahwa aspek motivasi belajar ada dua, yaitu:

- a. Faktor internal, meliputi: adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita masa depan.
- b. Faktor eksternal, meliputi: adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, adanya lingkungan belajar yang kondusif (Uno, 2006:23).

## **6. Motivasi belajar dalam perspektif Islam**

### **a. Telaah Teks Psikologi**

#### **1) Sampel Teks**

Wayan Ardhan menjelaskan, bahwa motivasi dapat dipandang sebagai suatu istilah umum yang menunjukkan kepada pengaturan tingkah laku individu dimana kebutuhan-kebutuhan atau dorongan-dorongan dari dalam dan insentif dari lingkungan mendorong individu untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhannya atau untuk berusaha menuju tercapainya tujuan yang diharapkan (Ardan, 1985:165).

Motivasi adalah proses yang memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya, perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah, dan bertahan lama (Santrock. 2007:510).

Dan menurut Tadjab, motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar,

menjamin kelangsungan kegiatan belajar itu demi mencapai suatu tujuan (Tadjab, 1994:102).

Sedangkan menurut Sardiman, motivasi belajar adalah merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual, peranan yang luas adalah dalam hal menimbulkan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar, siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar (Sardiman, 1990:75).

Mc. Donald yang dikutip oleh Sardiman mengemukakan, motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feeling*" dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan (Sardiman, 1990:73).

## 2) Analisis Komponen Teks

Tabel 3

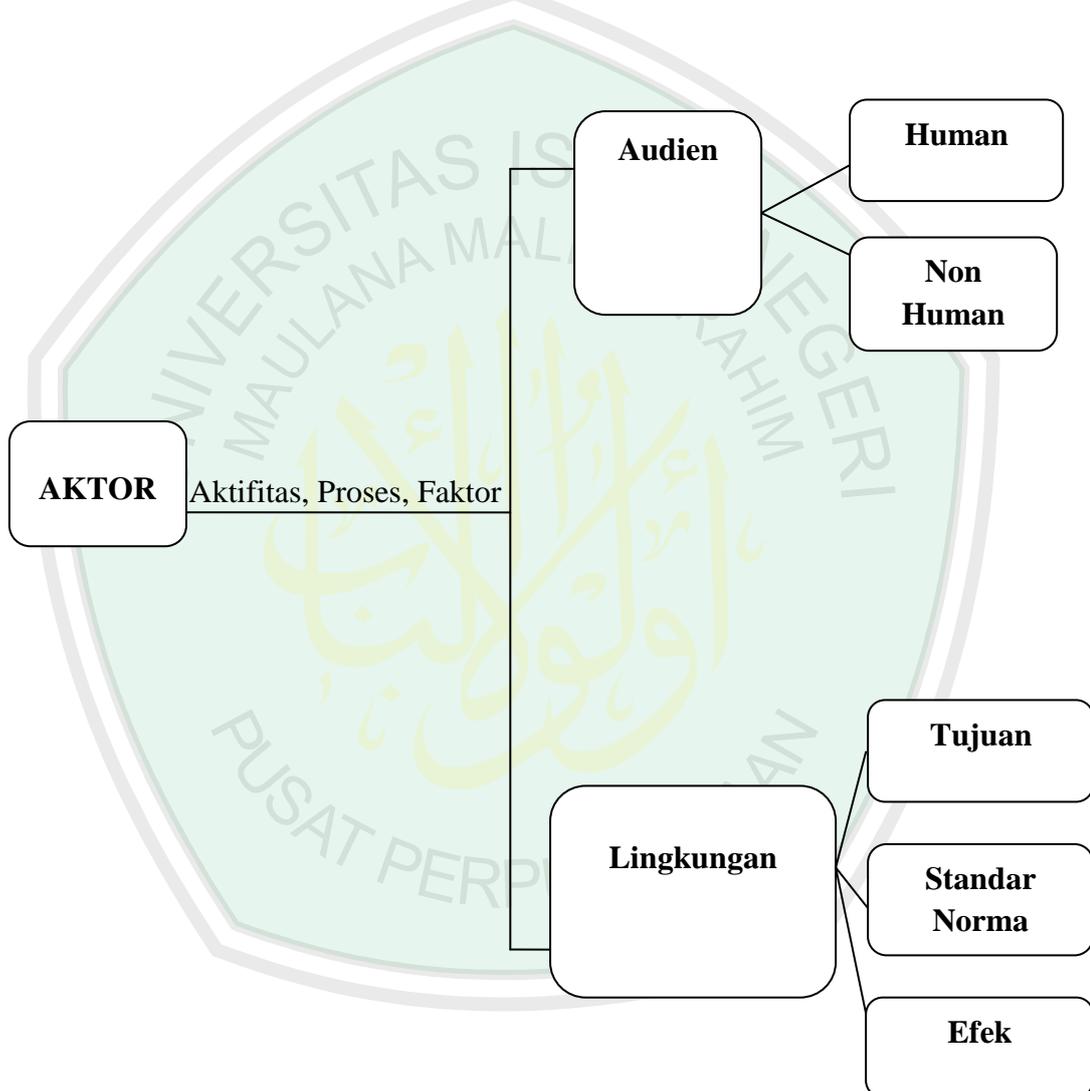
### Analisis Komponen Teks

No.	Komponen	Deskripsinya
1.	Aktor	Diri
2.	Aktifitas	Motivasi
3.	Proses	Berkelanjutan
4.	Faktor	Internal dan Eksternal
5.	Tujuan	Adaptasi diri yang baik
6.	Audien	Manusia
7.	Standar norma	Agama dan sosial
8.	Efek	Berubah lebih baik

### 3) Pola Teks

Bagan 4

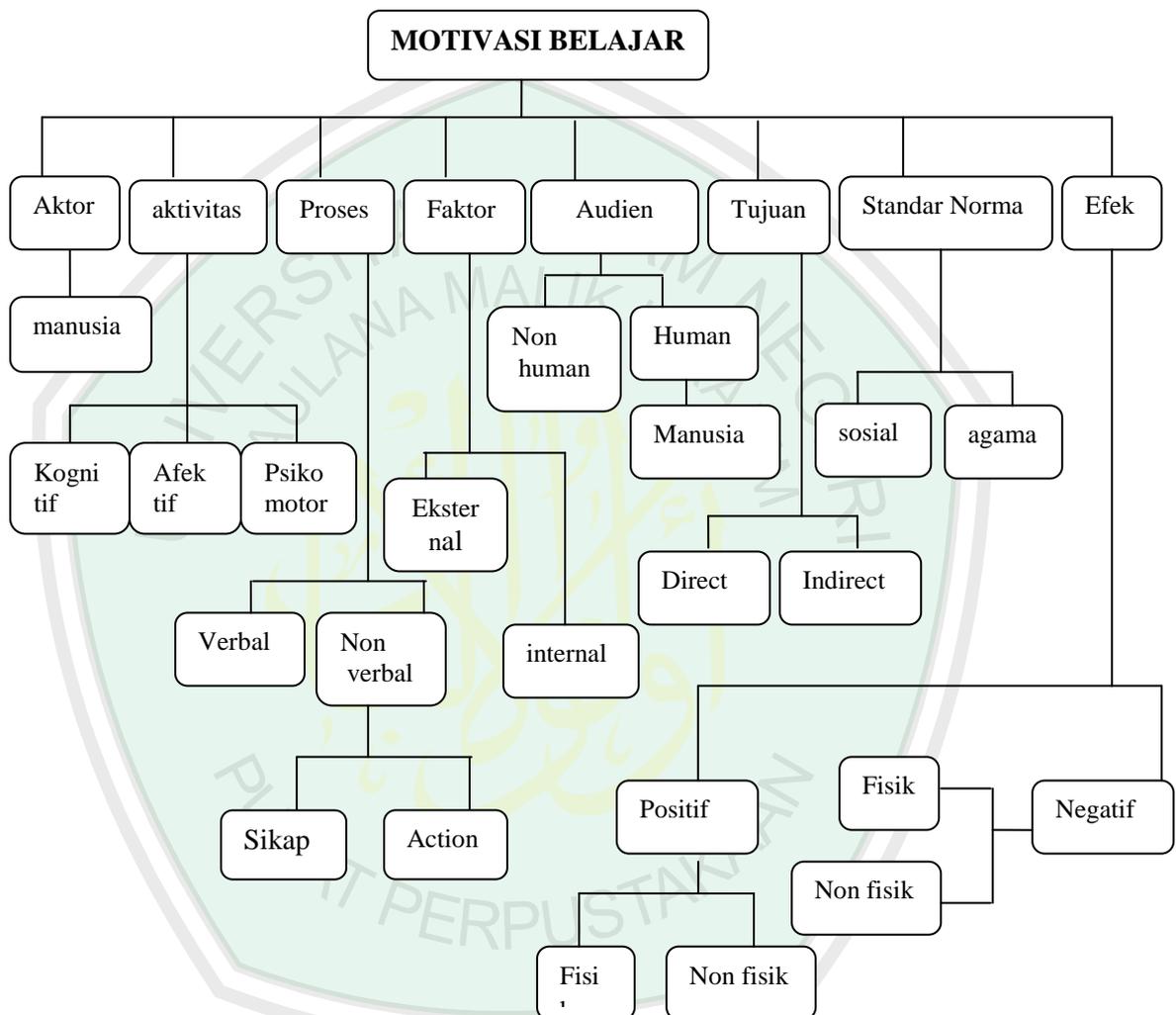
Pola Teks Motivasi Belajar



#### 4) Peta Konsep Teks Psikologi

##### Bagan 5

##### Peta Konsep Motivasi Belajar



##### b. Telaah Teks Islam

Motivasi belajar adalah daya upaya penggerak yang membangkitkan serta mengarahkan semangat individu untuk melakukan perbuatan belajar. Hal ini bertujuan membawa perubahan yang mana perubahan itu mendapatkan kecakapan baru yang disebabkan karena usaha

(Suryabrata, 1984:248). Sebagaimana firman Allah dalam surat Ar-Ra'du ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ

Artinya: “*Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.*”

Ayat di atas menegaskan bahwa sesuatu atau keadaan itu tidak akan berubah dengan sendirinya, melainkan manusia itu sendiri yang berusaha untuk merubahnya. Usaha untuk berubah terjadi karena adanya suatu motivasi.

Menurut Dimiyanti dan Mudjono motivasi belajar dapat muncul jika individu mempunyai dorongan-dorongan yang kuat dalam diri untuk mencapai apa yang individu inginkan dengan minat yang besar dan perasaan senang. Kegiatan belajar biasanya disertai dengan minat dan perasaan senang karena siswa menyadari dengan belajar dia akan memperkaya diri sendiri baik tentang ilmu pengetahuan (umum maupun ilmu agama) selama untuk memajukan diri. Disebutkan dalam firman Allah dalam QS. At-Taubah:122, bahwa dengan menuntut ilmu akan memperkaya diri sendiri yang isinya sebagai berikut:

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَآفَّةً ۚ فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ ۗ

Artinya: “*Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama*

*dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka Telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.”*

Ayat di atas menegaskan bahwa kita sebagai orang mukmin seharusnya memperdalam ilmu pengetahuan demi untuk mempertahankan kemulyaannya dimata Allah. Karena kita dibekali akal oleh Allah untuk dapat membedakan mana yang baik dan mana yang buruk yang tentu saja hal itu bisa dilakukan dengan ilmu demi untuk memperkaya diri sebagai bekal dunia dan akhirat dan akal itu pulalah yang membedakan manusia dengan makhluk yang lain. Karena itulah manusia diwajibkan untuk menuntut ilmu sebanyak-banyaknya dan mengamalkannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar dalam perspektif islam yaitu kekuatan penggerak atau potensi fitrah yang terpendam (kondisi dalam diri individu), yang dapat mendorong manusia untuk melakukan sesuatu yaitu dalam kaitannya dengan kegiatan belajar, sehingga dapat mengarahkannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Oleh karena itu, AllahSWT menciptakan manusia dan membekalinya dengan motivasi yang dapat menggerakkannya untuk melakukan proses pemenuhan dalam kegiatan belajar. Sehingga Allah SWT akan meninggikan pangkat kaum yang mempunyai ilmu pengetahuan, karena islam memerintahkan kaum muslimin baik laki-laki maupun perempuan agar menuntut ilmu dan mempunyai motivasi yang tinggi.

### c. Inventarisasi atau Tabulasi Teks Motivasi Belajar dalam Islam

Tabel 4

#### Inventarisasi atau Tabulasi Teks Motivasi Belajar dalam Islam

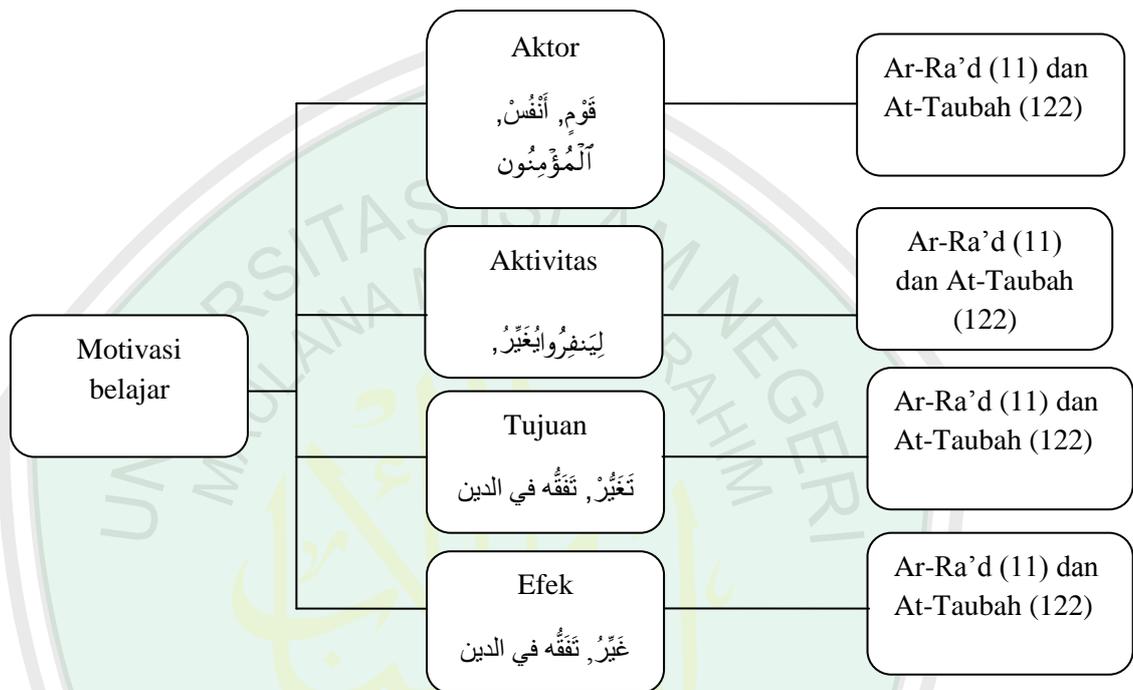
No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber	Jumlah
1	Aktor	Allah	اللَّهِ	Allah	Dzat	Ar-Ra'd (11)	1
		Diri, kelompok	بِقَوْمِهِمْ	Kaum	Komunitas, massa atau kelompok	Ar-Ra'd (11)	1
			بِأَنْفُسِهِمْ	Diri mereka	Komunitas, massa atau kelompok	Ar-Ra'd (11)	1
			الْمُؤْمِنُونَ	Orang-orang mukmin	Komunitas, massa atau kelompok	At-Taubah (122)	1
			مِنْهُمْ	Mereka	Komunitas, massa atau kelompok	At-Taubah (122)	1
			قَوْمَهُمْ	Kaumnya	Komunitas, massa atau kelompok	At-Taubah (122)	1
			هُمْ	Mereka	Komunitas, massa atau kelompok	At-Taubah (122)	1
2	Akti Vitas	Motivasi	يُغَيِّرُ	Akan mengubah	Positif Behavior	Ar-Ra'd (11)	1
			لِيَنْفِرُوا	Pergi ke medan perang	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1
			فِرْقَةٍ	Perang	Positif behavior	At-Taubah (122)	1
			لِيَتَفَقَّهُوا	Untuk memperdalam	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1
			وَلِيُنذِرُوا	Dan untuk memberi peringatan	Simpati dan Empati	At-Taubah (122)	1
			رَجَعُوا	Mereka telah kembali	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1
			تَحَذَّرُونَ	Dapat menjaga dirinya	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1
3	Tujuan	Adaptasi diri yang baik	يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ	Mengubah keadaan dirinya sendiri	Positif Behavior	Ar-Ra'd (11)	1
			لِيَتَفَقَّهُوا فِي	Untuk memperdalam	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1

			الدِّينِ	m pengetahuan agama mereka			
4	Efek	Berubah lebih baik	يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ	Mengubah keadaan dirinya sendiri	Positif Behavior	Ar-Ra'd (11)	1
			لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ	Untuk memperdala m pengetahuan agama mereka	Positif Behavior	At-Taubah (122)	1
5	Proses	Berkelan jutan	مُتَوَاصِلٍ	Terus- menerus	Time	At-Taubah (122), Ar- Ra'd (11)	2
6	Faktor	Eksternal	الله لا يغير ما بقوم	Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum	Reminder	Ar-Ra'd (11)	1
		Internal	يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ	Mengubah keadaan dirinya sendiri	Positive behavior	Ar-Ra'd (11)	1
7	Audien	Manusia	النَّاسِ	Manusia	Komunitas ( <i>group</i> ) dan individu	At-Taubah (122), Ar- Ra'd (11)	2
8	Standar norma	Sosial	قَوْمٍ	Kaum	Komunitas, massa atau kelompok	Ar-Ra'd (11)	1
		Agama	الدِّينِ	Agama	Principle	At-Taubah (122)	1
<b>Jumlah Total Teks Alquran</b>							<b>26</b>

#### d. Mind Mapping Teks Motivasi Belajar dalam Islam

Bagan 6

Mind Mapping Teks Motivasi Belajar



#### e. Rumusan Konseptual

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar dalam perspektif Islam yaitu kekuatan penggerak atau potensi fitrah yang terpendam (kondisi dalam diri individu), yang dapat mendorong manusia untuk melakukan sesuatu yaitu dalam kaitannya dengan kegiatan belajar, sehingga dapat mengarahkannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Oleh karena itu, Allah SWT menciptakan manusia dan membekalinya dengan motivasi yang dapat menggerakkannya untuk melakukan proses pemenuhan dalam kegiatan belajar. Sehingga Allah SWT akan meninggikan pangkat kaum yang

mempunyai ilmu pengetahuan, karena islam memerintahkan kaum muslimin baik laki-laki maupun perempuan agar menuntut ilmu dan mempunyai motivasi yang tinggi.

### **C. Pengaruh *Premenstrual Syndrome* Terhadap Motivasi Belajar**

Hormon-hormon kewanitaan mencapai puncaknya kurang lebih pada hari ke 22 hingga hari ke 24 dari siklus menstruasi. Kontrasnya, perubahan suasana hati dapat mempengaruhi tingkat hormon. Jika demikian, perasaan yang sangat akan mudah marah dan depresi mungkin mempengaruhi sistem endokrin dan memproduksi lebih banyak estrogen (Santrock, 1995:89).

Pada beberapa wanita yang sedang mengalami menstruasi, kebanyakan keadaan emosi mereka tidak stabil, terutama emosi yang negatif, wanita yang sedang mengalami stres pada waktu datang bulan kecenderungan emosi negatif yang muncul, kelelahan, depresi atau perangai buruk yang tidak dapat dijelaskan sebabnya. Selain itu, depresi yang paling menekan suasana hati, kemarahan irasional merupakan simpton pegal menyiksa yang ada sangkut pautnya dengan datangnya masa haid, hal ini yang dapat mengurangi aktivitas sehari-hari (Kynston, 1987:76-95).

Mekanisme haid dikendalikan oleh keseimbangan hormonal yang sifatnya otomatis. Keseimbangan hormonal yang sifatnya otomatis. Keseimbangan hormonal ini sejalan dengan keseimbangan emosional seseorang. Bila pada suatu saat terjadi kenaikan hormon estrogen, maka akan dirasakan oleh wanita itu manakala tidak disalurkan dapat menimbulkan kekecewaan, kegelisahan, mudah tersinggung dan lain sebagainya.

Ketegangan seksual dengan kegelisahan emosional ini akan segera reda bila kemudian terjadi pelepasan sel telur (ovulasi). Pada saat itu kedua hormon estrogen maupun progesteron secara bersama dikeluarkan, sehingga wanita itu tidak lagi bergairah untuk melakukan hubungan seksual dengan lawan jenisnya, atau dengan kata lain wanita ini dalam keadaan tenang (Hawari, 2004:844).

Pada wanita-wanita yang sedang mengalami konflik kejiwaan berkepanjangan, kepribadian labil (*immature neurotic*), seringkali dijumpai berbagai keluhan-keluhan kejiwaan pada waktu menjelang haid. Dengan kata lain, perubahan hormonal yang terjadi menjelang haid telah mempengaruhi keseimbangan emosional pada wanita-wanita dengan kondisi kejiwaan tertentu (Hawari, 2004:845).

Dalam belajar sangat diperlukan adanya motivasi. Hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi. Jadi motivasi senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi siswa. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Dimiyanti dan Mudjiono, bahwa motivasi belajar merupakan kekuatan mental yang dimaksud berupa keinginan, perhatian, kemauan, atau cita-cita baik yang tergolong rendah maupun tinggi. Menurut salah satu ahli psikologi pendidikan, menyebut kekuatan mental sebagai pendorong terjadinya tingkah laku manusia, termasuk juga perilaku belajar. Kekuatan tersebut bisa disebut sebagai motivasi.

Motivasi terkandung adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap atau perilaku individu

dalam belajar. Dalam kegiatan belajar mengajar, motivasi yang menyebabkan seseorang melakukan aktivitas belajar disebut motivasi belajar. Dalam kegiatan belajar mengajar, motivasi yang menyebabkan seseorang melakukan aktivitas belajar disebut motivasi belajar. Tadjab (1994) mendefinisikan motivasi belajar sebagai keseluruhan daya penggerak dalam diri siswa yang menimbulkan keinginan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

Motivasi belajar memegang peranan yang penting dalam memberikan gairah atau semangat dalam belajar, sehingga siswa yang bermotivasi kuat, memiliki energi banyak untuk melakukan kegiatan belajar. Motivasi belajar dapat diumpamakan dengan kegiatan mesin pada sebuah mobil, biarpun jalan menanjak dan membawa muatan yang berat. Namun tidak hanya memberikan kekuatan pada daya upaya belajar, tetapi juga memberikan arah yang jelas. Maka, dalam motivasi belajar, siswa sendiri berperan baik sebagai mesin yang kuat/lemah, maupun sebagai sopir yang memberikan arah.

Menurut Dimiyati dan Mudjiono, motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, terutama faktor kondisi. Kondisi jasmani dan rohani sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar individu. Ketika seseorang dalam keadaan sakit, lapar, marah, sedih, maka perhatian dan keinginannya untuk belajar akan terganggu (Mudjiono & Dimiyati, 1999).

Dapat disimpulkan bahwa kondisi jasmani dan rohani sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar seseorang. Seseorang yang kondisi jasmani dan rohaninya baik, maka motivasi belajarnya akan meningkat. Begitu juga sebaliknya, seseorang yang kondisi jasmani dan rohaninya kurang

baik, maka motivasi belajarnya akan menurun. Kondisi jasmani ini salah satunya disebabkan karena seseorang sedang mengalami *premenstrual syndrome*.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2006:71).

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah:

1. Hipotesis nol (H<sub>0</sub>):

Tidak ada pengaruh *premenstrual syndrome* (PMS) terhadap motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang.

2. Hipotesis alternatif (H<sub>a</sub>):

H<sub>a</sub> mayor: ada pengaruh *premenstrual syndrome* (PMS) terhadap motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang.

H<sub>a</sub> minor: semakin tinggi tingkat *premenstrual syndrome* (PMS) maka semakin rendah motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang.