

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Sebelumnya

Penulis mengambil beberapa karya ilmiah atau penelitian untuk dijadikan referensi, antara lain:

- 2.1.1 Lailatur Rohmah, menjelaskan bahwa pikiran positif memiliki peran yang cukup penting dalam upaya menumbuhkan rasa patuh terhadap peraturan yang ada. Karena kepatuhan ialah suatu sikap, dan suatu sikap tersebut terbentuk dari pikiran-pikiran. Jika pikiran tersebut selalu positif, maka akan menciptakan sikap yang positif pula dan begitupun sebaliknya.¹⁶
- 2.1.2 Imah Cahyati, menyatakan bahwa pikiran yang positif menghasilkan perbuatan dan hasil yang positif, sehingga berpikir positif ialah suatu hal yang substansial dalam pembentukan karakter positif. Dengan berpikir positif, individu tersebut akan mampu menuju kepada kehidupan yang lebih baik.¹⁷
- 2.1.3 Mohammad Nafis Rahmanto, menerangkan bahwa dengan berpikir positif, akan mendekatkan seorang hamba kepada Allah SWT, ia akan

¹⁶ Lailatur Rohmah, *Hubungan Antara Berpikir Positif dengan Kepatuhan pada Aturan (Studi pada Santri di Pondok Pesantren Putri Al-Amanah Tambakberas Jombang)*, Skripsi, (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2012), hlm.xvi.

¹⁷ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif dalam Buku Terapi Berpikir Positif Karya Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan Pembentukan Karakter Muslim*, Skripsi, (Surakarta: IAIN, 2017), hlm.xi.

merasakan ketenangan batin dan hawa nafsu dapat dikendalikan, sehingga gangguan kejiwaan dapat dicegah.¹⁸

2.1.4 Maulida Nuhyatin Nafisah, menjelaskan bahwa dengan adanya konseling kognitif behavior islami berbasis terapi berpikir positif, mampu menangani minat belajar yang rendah pada santri di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah. Hal ini dapat dibuktikan dari adanya perubahan perilaku yang positif dari anak tersebut.¹⁹

Lebih jelasnya, peneliti telah merangkum persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dalam tabel dibawah ini:

Tabel 2.1
(Persamaan dan Perbedaan Penelitian)

NO	JUDUL SKRIPSI	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1.	Skripsi Lailatur Rohmah mahasiswi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2012 yang berjudul " <i>Hubungan Antara Berpikir Positif dengan Kepatuhan pada Aturan (Studi pada Santri di</i>	a) Meneliti tentang berpikir positif.	a) Tujuan penelitian. b) Objek penelitian. c) Rumusan masalah.

¹⁸ Mohammad Nafis Rahmanto, *Pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky tentang Positive Thinking dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental*, Skripsi, (Semarang: IAIN Walisongo, 2011), hlm.vii.

¹⁹ Maulida Nuhyatin Nafisah, *Konseling Kognitif Behavior Islami Berbasis Terapi Berpikir Positif Ibrahim Elfiky dalam Menangani Minat Belajar Rendah Seorang Santri di PP. Assalafi Al-Fithrah Surabaya*, Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya, 2019.

	<i>Pondok Pesantren Putri Al-Amanah Tambakberas Jombang)</i> ”		d) Jenis Penelitian.
2.	Skripsi Imah Cahyati, mahasiswi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Surakarta tahun 2017 yang berjudul “ <i>Konsep Berpikir Positif dalam Buku Terapi Berpikir Positif Karya Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan Pembentukan Karakter Muslim</i> ”	a) Meneliti tentang berpikir positif. b) Sumber data primer. c) Jenis penelitian.	a) Objek penelitian. b) Tujuan penelitian. c) Rumusan masalah.
3.	Skripsi Mohammad Nafis Rahmanto mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang tahun 2011 yang berjudul “ <i>Pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky tentang Positive Thinking dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental</i> ”	a) Meneliti tentang berpikir positif. b) Sumber data primer. c) Jenis penelitian.	a) Objek penelitian. b) Tujuan penelitian. c) Rumusan masalah.

4.	Skripsi Maulida Nuhyatin Nafisah mahasiswi Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya tahun 2019 yang berjudul “ <i>Konseling Kognitif Behavior Islami Berbasis Terapi Berpikir Positif Ibrahim Elfiky dalam Menangani Minat Belajar Rendah Seorang Santri di PP. Assalafi Al-Fithrah Surabaya</i> ”	a) Meneliti tentang berpikir positif. b) Sumber data primer.	a) Objek penelitian. b) Rumusan masalah. c) Tujuan penelitian. d) Jenis penelitian.
----	---	---	--

2.2 Landasan Teori

2.2.1 Persepsi

2.2.1.1 Pengertian Persepsi

Persepsi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia ialah tanggapan (penerimaan) langsung dari sesuatu, serapan, proses individu mengetahui beberapa hal melalui panca inderanya.²⁰

²⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kamus Versi Online/Daring), dalam <https://kbbi.web.id/>. Diakses tanggal 7 Mei 2020 pukul 13.52 WIB.

Persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan suatu informasi dan menafsirkan pesan. Persepsi adalah memberikan makna pada stimulus inderawi.²¹

Menurut kamus Psikologi seperti yang dikutip oleh Fitri Jayanti, menyatakan bahwa persepsi adalah proses pengamatan seseorang terhadap segala sesuatu di lingkungan dengan menggunakan panca indera yang dimilikinya sehingga menjadi sadar akan segala sesuatu yang terdapat di lingkungan tersebut.²²

Berdasarkan uraian diatas, bisa disimpulkan bahwa persepsi adalah pengalaman yang diterima seseorang mengenai peristiwa yang diterimanya melalui panca indera sehingga memunculkan sebuah pandangan dalam pikiran orang tersebut.

2.2.2 Berpikir Positif

2.2.2.1 Pengertian Berpikir Positif

Berpikir menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari kata “pikir” yang memiliki arti akal budi, ingatan, angan-angan, kata dalam hati, dan pendapat atau pertimbangan. Kemudian mendapat imbuhan awalan “ber” sehingga memiliki

²¹ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.151.

²² Fitri Jayanti, “*Persepsi Mahasiswa Terhadap Pelayanan Perpustakaan Universitas Trunojoyo Madura*”, *Jurnal Kompetensi*, Vol.12, No.2, (10) 2018, hlm.209.

arti menggunakan akal budi untuk mempertimbangkan serta memutuskan sesuatu, menimbang-nimbang dalam ingatan.²³

Menurut Philip L. Harriman seperti yang dikutip Anita, bahwa berpikir ialah sitilah yang sangat luas yang mempunyai berbagai definisi, seperti: angan-angan, pertimbangan, kreativitas, penentuan, perencanaan, dan pemecahan masalah.²⁴

Berpikir positif menurut Norman Vincent Peale seperti yang dikutip oleh Lailatur Rohmah ialah kemampuan berpikir seseorang untuk menilai berbagai pengalaman dalam hidupnya dan sebagai bahan yang berharga bagi pengalaman selanjutnya serta menganggap semua itu sebagai proses dari hidup yang harus diterima.²⁵

Menurut Winda Adelia seperti yang dikutip oleh Yuan Andinny bahwa berpikir positif merupakan sebuah pikiran yang dapat membangun serta memperkuat kepribadian atau karakter, sehingga dengan berpikir positif, orang tersebut bisa menjadi pribadi yang matang dan lebih berani dalam menghadapi tantangan.²⁶

Menurut Dr. Ibrahim Elfiky, berpikir positif ialah sumber kekuatan dan kebebasan. Disebut sumber kekuatan, karena ia

²³ Kamus Besar Bahasa Indonesia ... Diakses tanggal 4 Mei 2020 pukul 15.42 WIB.

²⁴ Anita Maulidya, "Berpikir dan Problem Solving", Jurnal Pendidikan Bahasa Arab dan Sastra Arab, Vol.4 (1) 2018, hlm.13.

²⁵ Lailatur Rohmah, *Hubungan Antara Berpikir Positif ...* hlm.12.

²⁶ Yuan Andinny, "Pengaruh Konsep Diri dan Berpikir Positif terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa", Jurnal Article Formatif, 2008, hlm.130.

mampu membantu individu memikirkan solusi sampai mendapatkannya, sehingga individu tersebut akan bertambah mahir, percaya, dan kuat. Sedangkan disebut sumber kebebasan, karena individu yang berpikir positif akan terbebas dari penderitaan dan kungkungan pikiran negative serta pengaruhnya pada fisik.²⁷

Berdasarkan paparan definisi diatas, bisa disimpulkan bahwa berpikir positif ialah suatu pemikiran yang membawa langkah individu atau seseorang menuju kesuksesan dalam hidupnya, karena pada hakikatnya segala sesuatu yang dilakukan dengan pikiran positif, akan menghasilkan suatu hal yang positif juga.

2.2.2.2 Berpikir Positif dalam Pandangan Islam

Allah SWT menciptakan manusia dengan struktur yang paling baik diantara makhluk Allah SWT yang lainnya. Abdul Majid dan Dian mengemukakan bahwa struktur manusia terdiri atas unsur-unsur jasmani (fisik), rohani (psikis), nafs (psiko-fisik), kalbu (*al-qalb*), akal (*al-'aql*), dan nafsu.²⁸ Kesempurnaan unsur manusia ini telah disebutkan dalam Firman Allah SWT dalam Qur'an Surah At-Tin ayat 4 yang berbunyi:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

²⁷ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif* ... hlm.207.

²⁸ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter* ... hlm.74.

Artinya: “*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*”²⁹

Salah satu potensi yang Allah SWT berikan kepada makhluk-Nya ialah akal. Karena akal yang menghalangi manusia terjerumus dalam dosa dan kesalahan, oleh karena itu dalam Al-Qur’an ia dinamai dengan ‘*aql* (akal) yang secara etimologi mempunyai arti *al-imsak/al-hajr* (menahan), *al-ribat* (ikatan), *al-nahi* (melarang), dan *man’u* (mencegah). Sehingga orang yang berakal (*al-‘aqli*) ialah orang yang mampu menahan dan mengikat hawa nafsu yang ada dalam dirinya, serta mampu mengendalikan diri agar tidak terjerumus ke dalam dosa dan kesalahan.³⁰

Islam telah menaruh perhatian besar dalam perkembangan berpikir manusia serta menyerukan untuk mengamati semua yang di langit dan di bumi, mengamati semua ciptaan-Nya. Allah SWT Berfirman:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي

الْأَلْبَابِ (190)

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ

وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ (191)

Artinya: “*Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang*

²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an* ... hlm.597.

³⁰ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter* ... hlm.88.

mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka." (QS. Al-Imron: 190-191)³¹

Pentingnya proses berpikir ini juga dijelaskan oleh Allah SWT bahwa Allah SWT akan mengangkat derajat serta nilai orang-orang yang menggunakan akal dan pikirannya. Sebagaimana Firman Allah SWT:

فَلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ

Artinya: “Katakanlah: ‘Adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui?’ Sesungguhnya orang yang berakallah yang dapat menerima pelajaran.” (QS. Az-Zumaar: 9)³²

Berpikir positif atau berbaik sangka (*khusnudzon*) ialah salah satu bentuk akhlak *mahmudah* (terpuji) kepada Allah. Dialah Allah Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Allah SWT menganugerahkan rezeki kepada semua makhluk-Nya. Semua rezeki telah dijamin oleh Allah bahkan binatang dan tumbuhan pun telah dijamin rezekinya. Sebagaimana dalam Firman Allah SWT:

وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا ۗ

كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ

Artinya: “Dan tidak ada suatu binatang melata pun di bumi melainkan Allah-lah yang memberi rezekinya, dan Dia

³¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an* ... hlm.75.

³² *Ibid.*, hlm.459.

mengetahui tempat berdiam binatang itu dan tempat penyimpanannya. Semuanya tertulis dalam Kitab yang nyata (Lauh mahfuzh). (QS. Hud: 6)''³³

Seringkali saat kita sedang mengalami suatu kesulitan dalam hidup ini, kita berpikir negative kepada Allah SWT, padahal dengan cobaan kesulitan tersebut justru Allah SWT menghendaki kebaikan untuk diri kita. Dibalik cobaan tersebut, Allah SWT telah menyiapkan karunia-Nya yang besar bagi kita ketika telah lulus dari cobaan tersebut. Oleh sebab itu, tak ada alasan bagi kita untuk berpikir negative kepada Allah SWT, karena itu merupakan akhlak *mazmumah* (tercela) yang mana akan merugikan diri kita sendiri. Berpikir negative kepada Allah SWT, selain termasuk dosa besar juga akan membuat kita pesimis, hilang harapan, serta putus asa.³⁴ Dalam hal ini kita harus yakin dan berpikir positif terhadap ketentuan yang telah diberikan Allah SWT kepada kita adalah yang terbaik. Allah SWT Berfirman:

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۗ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ
شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya: “Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui” (QS. Al-Baqarah: 216)³⁵

³³ Ibid., hlm.222.

³⁴ Ilyassah, *Pengertian Berpikir Positif*, dalam <https://www.slideshare.net/ilyassahpasee/pengertian-berpikir-positif>. Diakses pada tanggal 31 Mei 2020 pukul 11.25 WIB.

³⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an ...* hlm. 34.

Pentingnya *husnudzon* kepada Allah SWT ini juga telah dijelaskan Rasulullah dalam hadits yang diriwayakan dari Abu Hurairah bahwasanya Rasulullah bersabda:³⁶

إِنَّ اللَّهَ يَقُولُ أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ إِذَا دَعَانِي

Artinya: “*Sesungguhnya Allah berkata: Aku sesuai prasangka hamba-Ku pada-Ku. Jika prasangka itu baik, maka kebaikan baginya. Dan apabila prasangka itu buruk, maka keburukan baginya.*” (HR. Muslim no. 4849)

Hadits lain juga menyebutkan pentingnya berhusnudzon kepada Allah SWT, dari Jabir bahwa ia pernah mendengar Rasulullah bersabda:³⁷

لَا يَمُوتَنَّ أَحَدُكُمْ إِلَّا وَهُوَ يُحْسِنُ الظَّنَّ بِاللَّهِ

Artinya: “*Janganlah salah seorang di antara kalian mati melainkan ia harus berhusnuzhon pada Allah*” (HR. Muslim no. 2877).

Menurut al-Nawawi, berprasangka baik kepada Allah SWT ialah anggapan seseorang bahwa Allah SWT akan selalu memberikan kasih sayang-Nya, kesehatan, dan kemaafan.³⁸ Adapun aspek prasangka baik ini juga ditujukan kepada sesama manusia, seperti dalam Firman Allah SWT:

³⁶ Ahmad Rusydi, “*Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*”, Jurnal: Proyeksi, Vol.7 (1) 2012, hlm.8.

³⁷ Ibid., hlm.7.

³⁸ Ibid., hlm. 9.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا
تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا
فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.” (QS. Al-Hujurat: 12)³⁹

Ayat tersebut menjelaskan bahwa dalam agama Islam, manusia diperintahkan agar menjauhi prasangka buruk kepada orang lain, karena prasangka tersebut akan mengarahkan kepada dosa.

Sehingga dapat disimpulkan berpikir positif (*husnudzon*) merupakan cara berpikir yang paling dihargai dalam Islam, karena dengan ber*husnudzon* manusia akan terbebas dari beban dalam hidup dan pengalaman-pengalaman traumatic yang pernah dialami. Sebab itu agama Islam sangat mementingkan *husnudzon* (berpikir positif) dalam kehidupan sehari-hari, khususnya ber*husnudzon* kepada Allah SWT.

³⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an ...* hlm.517.

2.2.2.3 Tujuan Berpikir Positif

Menurut Peale Norman, berpikir positif akan membawa individu mencapai kesuksesan dan keberhasilan. Karena mereka mampu mengetahui dengan tepat apa yang sebenarnya mereka inginkan, dalam hal ini mereka harus meraihnya dengan kepastian serta usaha pantang menyerah. Di dalam diri mereka ada antusiasme, sebuah semangat yang tetap bertahan di setiap situasi yang sulit serta ragu-ragu.⁴⁰

Menurut Rudy Hariyono, pikiran positif akan menimbulkan keinginan positif pula. Dengan selalu membiasakan berpikir positif, maka kita akan menemukan mana yang terbaik dan mana yang buruk dalam hidup kita.⁴¹

Menurut Wiranata, pikiran yang positif akan membuat seseorang tampil sebagai manusia yang bermotivasi. Orang-orang suka berada disekitar mereka. Dengan berpikir positif akan memberi kemampuan untuk melihat kemungkinan-kemungkinan yang positif di setiap situasi.⁴²

Sedangkan menurut Syafi'I El-Bantani, berpikir positif bertujuan untuk menghasilkan sebuah kinerja optimal serta hubungan yang harmonis terhadap sesama manusia. Selain itu

⁴⁰ Lailatur Rohmah, *Hubungan Antara Berpikir Positif ...* hlm.20.

⁴¹ Ibid.

⁴² Ibid.

dengan berpikir positif kepada Allah SWT maka kita akan diliputi kebaikan dan kebahagiaan.⁴³

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan berpikir positif ialah agar manusia mampu mencapai kebahagiaan serta kesuksesan dalam melakukan segala hal. Mereka yang berpikir positif tidak akan mudah menyerah dalam menghadapi segala macam situasi. Dengan berpikir positif, semua yang sulit menjadi mudah. Sehingga dapat dikatakan mereka yang berpikir positif secara tidak langsung akan membentuk karakter yang positif pula.

2.2.2.4 Manfaat Berpikir Positif

Pikiran merupakan landasan penggerak tubuh manusia dalam berperilaku serta bertutur kata, karena tubuh kita merespon perintah dari otak sehingga pikiran memiliki peran yang penting dalam kehidupan manusia. Manfaat berpikir positif ini di uraikan sebagai berikut:

A. Meningkatkan kesehatan jiwa dan raga

Menurut Cahyo Satria Wijaya seperti yang dikutip Imah Cahyati, bahwa melalui berpikir positif manusia akan memiliki jiwa dan raga yang lebih sehat. Hal ini telah dibuktikan oleh para ahli kesehatan secara ilmiah. Hasil

⁴³ Ibid.

penelitian menyebutkan bahwa orang yang selalu *positive thinking*, adrenalinya cenderung menjadi antibody, sehingga orang tersebut tidak mudah terserang oleh penyakit.⁴⁴

Orang dengan pikiran yang positif cenderung lebih optimis. Sedangkan pikiran negative membentuk sikap pesimis. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Petersen dan Lin ditemukan bahwa individu yang pesimis lebih sering mengalami sakit serta memiliki tingkat kesehatan lebih rendah secara keseluruhan.⁴⁵

B. Melemahkan gen yang berpotensi menimbulkan penyakit

Pikiran dan perasaan yang positif memang sangat penting dalam menjaga tubuh tetap sehat. Seorang ahli genetika dari Jepang, Kasuo Murakami Ph. D menyebutkan bahwa sebagian besar gen yang sedang tidur dapat diaktifkan oleh kekuatan dan perasaan.⁴⁶ Hal ini dipertegas dengan hasil penelitian Pais Ribero bahwa berpikir positif akan terkait dengan baiknya persepsi terhadap kesehatan fisik dan mental.⁴⁷

⁴⁴ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif* ... hlm.25.

⁴⁵ Ahmad Rusydi, *Husn Al-Zhann* ... hlm.4.

⁴⁶ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif* ... hlm.26.

⁴⁷ Ahmad Rusydi, *Husn Al-Zhann* ... hlm.4

C. Lebih percaya diri serta siap menjalani kehidupan

Cahyo Satria Wijaya menyatakan bahwa rasa percaya dirinya seseorang sangat dipengaruhi oleh positif atau negativenya dia dalam memandang kehidupan.⁴⁸ Hal ini diperkuat oleh Loehr dalam penelitiannya bahwa berpikir positif itu berkaitan dengan hidup positif, yang berorientasikan kepada keyakinan sehingga ia mampu membentuk sikap percaya diri.⁴⁹

D. Tidak mudah putus asa

Cahyo Satria Wijaya mengungkapkan bahwa berpikir positif mampu membentuk individu menjadi tidak mudah putus asa serta lebih tegar dalam menghadapi berbagai permasalahan dalam hidupnya.⁵⁰ Hal ini juga dinyatakan Kiki Nurmayasari bahwa berpikir positif ini termanifestasi dalam harapan yang positif dalam individu sehingga ia memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan serta hambatan dalam hidupnya.⁵¹

E. Membangun rasa toleransi dan empati

Cahyo Satria Wijaya menjelaskan bahwa pikiran positif akan menimbulkan rasa toleransi, empati serta pemaaf

⁴⁸ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif ...* hlm.26.

⁴⁹ Akhmad Mukhlis, “*Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction)*”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.10, No.1, 2013, hlm.7.

⁵⁰ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif ...* hlm.27.

⁵¹ Kiki Nurmayasari, “*Hubungan Antara Berpikir Positif dan Perilaku Menyontek pada Siswa Kelas X SMK Koperasi Yogyakarta*”, *Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol.3, (1) 2015, hlm.13.

dalam diri seseorang terhadap sesama.⁵² Hasil penelitian oleh Lyubomirsky menyebutkan bahwa proses berpikir positif ini sangatlah penting, karena berhubungan dengan perilaku serta berbagai keberhasilan hidup orang tersebut dalam bermasyarakat.⁵³

F. Membentuk jiwa yang optimis serta pantang menyerah

Menurut Cahyo Satria Wijaya, orang yang berpikir positif akan berusaha memandang suatu permasalahan dari nilai positifnya dan mencari solusi yang lebih baik serta tidak melimpahkan kesalahannya kepada orang lain.⁵⁴ Berpikir positif akan menjadikan individu yang lebih optimis menghadapi hidup serta memudahkannya untuk beraktivitas dengan baik.⁵⁵

G. Menjadikan hidup terasa tenang

Cahyo Satria Wijaya mengungkapkan bahwa orang yang berpikir positif akan selalu memandang kejadian apapun itu pasti mengandung hikmah serta pelajaran di baliknya, sehingga membuat hidupnya terasa lebih rileks.⁵⁶

Dalam penelitiannya, Gilbert menemukan bahwa orang yang

⁵² Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif* ... hlm.27.

⁵³ Ahmad Rusydi, *Husn Al-Zhann* ... hlm.2.

⁵⁴ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif* ... hlm.27.

⁵⁵ Ahmad Rusydi, *Husn Al-Zhann* ... hlm.3.

⁵⁶ Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif* ... hlm.28.

berpikir positif akan dapat merasakan rileks serta mampu mengontrol stress dengan lebih baik.⁵⁷

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa berpikir positif itu sangat penting dalam kehidupan manusia. Karena dengan berpikir positif, individu mampu menghadapi segala permasalahan yang terjadi serta mampu mencapai kebahagiaan dan kesuksesan dalam hidupnya.

2.2.2.5 Karakteristik Individu yang Berpikir Positif

Menurut Aswendo, kriteria orang yang berpikir positif ialah sebagai berikut:⁵⁸

- A. Percaya kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- B. Selalu menjauh dari perilaku negative, missal berbohong, menggunjing, mengadu domba, dan sebagainya.
- C. Memiliki keyakinan dan proyeksi positif tentang sesuatu.
- D. Mengarahkan seluruh potensi dan kemungkinan yang muncul.
- E. Selalu mencari jalan keluar dalam berbagai masalah yang dihadapinya.
- F. Belajar dari masalah dan kesulitan.

⁵⁷ Ahmad Rusydi, *Husn Al-Zhann ...* hlm.2.

⁵⁸ Aswendo Dwitantyanov, "Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Afeksi Diri Akademik Mahasiswa (Studi Eksperimen pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP Semarang)", *Jurnal Psikologi Undip*, Vol.8, (2) 2010, hlm.138.

- G. Tidak membiarkan masalah dan kesulitan mempengaruhi hidupnya.
- H. Memiliki rasa percaya diri dan berani menghadapi tantangan serta menyukai perubahan.
- I. Hidup dengan kesabaran dan cita-cita perjuangan.

Ciri-ciri lain yang dimiliki oleh individu yang berpikir positif menurut El-Bahdal seperti yang dikutip oleh Imah Cahyati ialah sebagai berikut:⁵⁹

- A. Selalu bertawakkal kepada Allah SWT.
- B. Mempunyai keyakinan bahwa setiap individu memiliki unsur-unsur negative dalam hidupnya, namun ia meyakini bahwa semua masalah dapat diselesaikan.
- C. Tidak mau kalah dengan berbagai kesulitan dan rintangan.
- D. Memiliki jiwa yang kuat serta konsisten.
- E. Percaya pada kemampuan, keterampilan, serta bakatnya.
- F. Selalu membicarakan hal yang positif dan menginginkan kehidupan yang positif.
- G. Meyakini bahwa semua manusia memiliki daya kreatif.

Sedangkan menurut Arifin, orang yang berpikir positif memiliki ciri-ciri sebagai berikut:⁶⁰

- A. Melihat masalah sebagai tantangan.

⁵⁹Imah Cahyati, *Konsep Berpikir Positif ...* hlm.31.

⁶⁰Zainal Arifin, *Konsep dan Model Pengembangan Kurikulum*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), hlm.137.

- B. Menikmati hidup.
- C. Memiliki pikiran yang terbuka.
- D. Menghilangkan pikiran negative ketika pikiran tersebut terlintas di pikirannya.
- E. Mensyukuri apa yang dimiliki.
- F. Mengabaikan gosip yang tidak jelas.
- G. Tidak membuat-buat alasan tapi mengambil tindakan.
- H. Menggunakan Bahasa yang positif.
- I. Menggunakan Bahasa tubuh yang positif.
- J. Peduli pada citra diri.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa individu yang berpikir positif memiliki watak dan perilaku yang positif pula. Mereka mempunyai percaya diri, kreativitas, serta jiwa yang kuat. Selain itu, mereka juga tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah dan rintangan yang ada di kehidupannya.

2.2.3 Model Pembelajaran PAI

2.2.3.1 Model Pembelajaran

Model menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan pola dari sesuatu yang akan dibuat dan dihasilkan.⁶¹ Sedangkan menurut Abdul Majid dan Dian, model diartikan sebagai suatu

⁶¹ Kamus Besar Bahasa Indonesia ... Diakses pada tanggal 18 mei 2020 pukul 10.41 WIB.

kerangka konseptual yang digunakan untuk pedoman dalam melakukan suatu kegiatan.⁶²

Pembelajaran menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia ialah suatu proses, cara, dan perbuatan menjadikan orang untuk belajar.⁶³ Pembelajaran ialah suatu kegiatan dimana guru melakukan beberapa peranan tertentu agar siswa dapat belajar dalam mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan.⁶⁴ Pembelajaran juga diartikan sebagai suatu system yang bertujuan membantu proses belajar para peserta didik, yang berisikan serangkaian peristiwa yang telah dirancang dan disusun sedemikian rupa untuk mendukung dan mempengaruhi terjadinya proses belajar para peserta didik yang bersifat internal.⁶⁵ Sehingga dapat dikatakan pembelajaran ialah segala upaya untuk menciptakan suatu kondisi dengan sengaja agar mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan.

Model pembelajaran menurut Trianto ialah suatu perencanaan atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran tutorial.⁶⁶

⁶² Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter ...* hlm.115.

⁶³ Kamus Besar Bahasa Indonesia ... Diakses pada tanggal 18 mei 2020 pukul 10.52 WIB

⁶⁴ Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), hlm.201.

⁶⁵ Bambang Warsita, *Teknologi Pembelajaran: Landasan dan Aplikasinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm.265.

⁶⁶ Muhammad Afandi, Evi Chamalah, dan Oktariana Puspita Wardani, *Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah*, (Semarang: Unissula Press, 2013), hlm.15.

Model pembelajaran menurut Dewey seperti yang dikutip oleh Abdul Majid dan Dian ialah suatu rencana atau pola yang bisa digunakan untuk merancang pembelajaran di dalam maupun di luar kelas guna menajamkan materi pengajaran.⁶⁷

Model pembelajaran menurut Syaiful Sagala ialah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar kepada peserta didik guna mencapai tujuan belajar tertentu, serta berfungsi sebagai pedoman bagi guru dan perancang pembelajaran dalam merencanakan dan melakukan aktivitas belajar mengajar.⁶⁸

Berdasarkan uraian pengertian diatas, bisa disimpulkan bahwa model pembelajaran ialah kerangka konseptual yang dirancang guna sebagai pedoman dalam pembelajaran dalam mencapai tujuan tertentu.

2.2.3.2 Pendidikan Agama Islam

Pendidikan Agama Islam (PAI) merupakan upaya sadar dan terencana dalam menyiapkan peserta didik untuk menegenal, memahami, menghayati, mengimani, bertakwa, berakhlak mulia, mengamalkan ajaran agama Islam dari sumber utamanya yakni kitab suci Al-Qur'an dan Al-Hadits melalui kegiatan bimbingan, pengajaran latihan, serta penggunaan pengalaman.⁶⁹

⁶⁷ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter ...* hlm.116.

⁶⁸ Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2003), hlm.175.

⁶⁹ Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2018), hlm.21.

Pendidikan Agama Islam ialah suatu usaha membina dan mengasuh peserta didik untuk senantiasa bisa memahami ajaran Islam secara menyeluruh, serta menghayati tujuan sehingga mampu mengamalkan dan menjadikan Islam sebagai pandangan hidup.⁷⁰

Pendidikan Agama Islam merupakan upaya sadar untuk menaati ketentuan-ketentuan Allah SWT sebagai dasar dan pedoman bagi peserta didik agar mempunyai pengetahuan tentang keagamaan serta handal dalam menjalankan ketentuan-ketentuan dari Allah SWT secara keseluruhan.⁷¹

Beberapa uraian pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Agama Islam ialah sebuah system pendidikan yang mengupayakan agar terbentuknya akhlak mulia dari peserta didik, serta memiliki kecakapan hidup berdasarkan dengan nilai-nilai Islam.

2.2.3.3 Pendekatan Pembelajaran PAI

Ramayulis mengutip pendapat Chabib Thaha yang mendefinisikan pendekatan sebagai suatu cara untuk memproses subjek atas objek dalam mencapai tujuan, juga bisa bermakna cara pandang terhadap suatu objek persoalan dalam konteks yang

⁷⁰ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm.87.

⁷¹ Aidil Saputra, "Aplikasi Metode Contextual Teaching Learning (CTL) dalam Pembelajaran PAI", *Jurnal At-Ta'dib*, Vol.VI, No. 1, (4-9) 2014, hlm.17.

lebih luas.⁷² Ramayulis juga mengutip pendapat Lawson yang mengartikan pendekatan sebagai suatu cara atau strategi yang digunakan guna menunjang keefektifan dalam proses pembelajaran suatu materi tertentu.⁷³

Sehingga pendekatan pembelajaran digambarkan sebagai suatu kerangka umum tentang scenario yang digunakan oleh guru untuk membelajarkan siswa guna mencapai suatu tujuan pembelajaran tertentu.

Menurut Suhandoyo, macam-macam pendekatan pembelajaran yang digunakan pada kegiatan belajar mengajar antara lain:

- A. Pendekatan Kontekstual, dimana siswa belajar lebih bermakna melalui kegiatan mengalami sendiri dalam lingkungan ilmiah.
- B. Pendekatan Konstruktivisme, merupakan pendekatan yang dibangun oleh individu sedikit demi sedikit yang hasilnya akan diperluas melalui konteks yang terbatas serta tidak dengan tiba-tiba.
- C. Pendekatan Deduktif-Induktif, pendekatan deduktif ditandai dengan pemaparan suatu konsep, definisi, serta istilah-istilah pada bagian awal pembelajaran. Pendekatan ini dilandasi

⁷² Ramayulis, *Metodologi Pendidikan ...* hlm.128.

⁷³ Ibid, hlm.127.

oleh suatu pemikiran bahwa proses pembelajaran akan berlangsung dengan baik apabila siswa telah mengetahui konsep dasarnya. Sedangkan ciri utama dari pendekatan induktif dalam pengolahan informasi ialah menggunakan data guna membangun konsep atau untuk memperoleh suatu pengertian. Data yang digunakan, merupakan data primer dan dapat berupa kasus-kasus nyata yang terjadi di suatu lingkungan.⁷⁴

Sedangkan menurut Ramayulis, pendekatan pembelajaran Pendidikan Agama Islam ialah sebagai berikut:⁷⁵

- A. Pendekatan Pengalaman.
- B. Pendekatan Pembiasaan.
- C. Pendekatan Emosional.
- D. Pendekatan Rasional.
- E. Pendekatan Fungsional.
- F. Pendekatan Keteladanan.
- G. Pendekatan Terpadu.
- H. Pendekatan Sainifik.

⁷⁴ Mochamad Makruf Arifin, *Pendekatan Pembelajaran Guru Fiqih dalam Peningkatan Pemahaman Ibadah Siswa di MTs Al- Ma'arif Tulungagung*, Skripsi, (Tulungagung: IAIN, 2018), hlm.14.

⁷⁵ Ramayulis, *Metodologi Pendidikan ...* hlm.123.

2.2.3.4 Strategi Pembelajaran PAI

Menurut Dick dan Carey seperti yang dikutip Nurdyansyah dan Eni Fariyatul, strategi pembelajaran ialah suatu perangkat materi dan prosedur dalam pembelajaran yang digunakan secara bersamaan untuk menimbulkan hasil belajar pada siswa atau peserta didik.⁷⁶

Sedangkan Bambang Warsita mengartikan strategi pembelajaran PAI sebagai suatu strategi yang menjelaskan tentang komponen-komponen umum dari suatu set bahan pembelajaran pendidikan agama dan berbagai prosedur yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan secara efektif dan efisien. Komponen-komponen umum tersebut meliputi: kegiatan pendahuluan, penyajian, dan penutup.⁷⁷

★ Menurut Abu Ahmadi, strategi dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam adalah sebagai berikut:⁷⁸

- A. Mengidentifikasi dan menetapkan spesifikasi dan kualifikasi dari perubahan perilaku peserta didik yang diharapkan.
- B. Memilih system pendekatan pembelajaran berdasarkan cita-cita dan pandangan hidup masyarakat.

⁷⁶ Nurdyansyah, dan Eni Fariyatul Fahyuni, *Inovasi Model Pembelajaran Sesuai Kurikulum 2013*, (Sidoarjo: Nizamial Learning Center, 2016), Cet.I, hlm.19.

⁷⁷ Bambang Warsita, *Teknologi Pembelajaran ...* hlm.268.

⁷⁸ Abu Ahmadi, *Strategi Belajar Mengajar*, (Bandung: Pustaka Setia, 1997), hlm.46.

C. Memilih serta menetapkan metode pembelajaran yang dianggap paling tepat dan efektif sehingga dapat dijadikan pegangan oleh guru Pendidikan Agama Islam dalam kegiatan mengajarnya.

D. Memilih dan menetapkan ukuran keberhasilan kegiatan belajar mengajar sehingga dapat dijadikan pedoman oleh guru Pendidikan Agama Islam untuk melakukan evaluasi hasil kegiatan pembelajaran, yang selanjutnya bisa dijadikan umpan balik bagi penyempurnaan system instruksional yang bersangkutan secara keseluruhan.

Pendidikan Agama Islam ialah mata pelajaran yang mempunyai tiga aspek atau fungsi, yakni: aspek kognitif (pengetahuan), aspek afektif (perasaan), dan aspek psikomotorik (tindakan). Sehingga dalam pembelajarannya harus memenuhi ketiga aspek tersebut. Ketiga aspek tersebut kemudian dimanifestasikan menjadi tiga tahapan strategi dalam mewujudkan tujuan utama Pendidikan Agama Islam yakni pembentukan karakter atau akhlak mulia dari diri setiap peserta didik. Sehingga ketiga tahapan strategi tersebut diantaranya:⁷⁹

A. *Moral Knowing / Learning to Know*

Tahapan ini merupakan tahap awal dalam pembelajaran nilai yang orientasinya adalah peserta didik

⁷⁹ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter ...* hlm.112.

mengetahui tentang nilai atau memiliki pengetahuan tentang nilai yang tercantum dalam enam aspek, yakni: kesadaran moral, mengetahui nilai moral, penentuan perspektif, pemikiran moral, pengambilan keputusan, dan pengetahuan pribadi. Hal ini bisa diimplementasikan dengan beberapa metode yang menonjolkan sisi aspek kognitif seperti metode ceramah.

B. *Moral Loving / Moral Feeling*

Tahapan ini bertujuan untuk menumbuhkan suatu kesadaran pada diri peserta didik akan beberapa nilai yang telah diajarkan. Kesadaran ini berkaitan dengan kebutuhan akan nilai-nilai tersebut. Sasaran dari tahapan ini ialah aspek afektif yang berkaitan dengan unsur emosi peserta didik. Beberapa aspek yang terkandung di dalamnya antara lain: hati nurani, empati, harga diri, mencintai hal yang baik, kerendahan diri, dan kendali diri. Hal ini dapat diimplementasikan dengan beberapa metode, seperti *telling story* atau menceritakan kisah.

C. *Moral Doing / Learning to Do*

Tahapan ini merupakan tahap akhir yang terwujud dengan penerapan akan nilai-nilai yang telah dikembangkan pada diri peserta didik di dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian diatas, tergambar bahwa strategi pembelajaran PAI khususnya dalam pembentukan karakter disini, dimulai dengan berpikir serta mengamati diri, penilaian diri, dan diakhiri dengan menyempurnakan serta mempertahankan diri.

2.2.3.5 Metode Pembelajaran PAI

Metode menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia ialah cara kerja bersistem yang memudahkan pelaksanaan kegiatan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan.⁸⁰ Menurut A. Tafsir seperti yang dikutip Kurnali Sobandi, metode merupakan urutan kerja yang terencana, sistematis, serta hasil eksperimen ilmiah untuk mencapai tujuan yang telah direncanakan.⁸¹

Seorang guru Pendidikan Agama Islam seyognya mampu menguasai berbagai macam metode pembelajaran dalam mengajarkan Pendidikan Agama Islam, agar dalam proses belajar mengajar tidak hanya menggunakan satu metode saja, namun juga harus bervariasi yakni disesuaikan dengan tipe belajar para peserta didik serta dari situasi dan kondisi yang ada pada saat itu. Sehingga tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan dapat

⁸⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia ... Diakses pada tanggal 21 Mei 2002 pukul 14.12 WIB.

⁸¹ Kurnali Sobandi, *Metodologi Pengajaran Pendidikan Agama Islam*, (Bogor: PAM Press, 2016), Cet.I, hlm.3.

tercapai.⁸² Macam-macam metode pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru Pendidikan Agama Islam, antara lain:⁸³

- A. Ceramah.
- B. Tanya jawab.
- C. *Listening teams* (Tim pendengar).
- D. Diskusi.
- E. Debat aktif.
- F. *Team quiz* (Pertanyaan kelompok).
- G. *Reading aloud* (Membaca dengan keras).
- H. Pemberian tugas belajar (Resitasi).
- I. Demonstrasi dan Eksperimen.
- J. *Writing in the here an now* (Menulis pengalaman secara langsung).
- K. Catatan terbimbing.
- L. Karyawisata
- M. Sosiodrama dan bermain peran.

2.2.3.6 Teknik dan Taktik Pembelajaran

Menurut Azhar Arsyad, teknik ialah apa yang sesungguhnya terjadi dalam kelas dan merupakan pelaksanaan metode yang bersifat implementatif.⁸⁴ Istilah teknik dalam

⁸² Mangun Budiyo, dan Syamsul Kurniawan, *Strategi dan Metode Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2017), Cet.2, hlm.69.

⁸³ Ibid, hlm.70.

⁸⁴ Mochamad Makruf Arifin, *Pendekatan Pembelajaran ...* hlm.42.

pembelajaran diartikan sebagai berbagai cara dan alat yang digunakan pendidik dalam rangka mencapai suatu tujuan, secara langsung dalam pelaksanaan pembelajaran pada waktu itu.⁸⁵

Teknik dalam pembelajaran ialah penjelasan dan penjabaran dari suatu metode pembelajaran, sehingga perlu dilengkapi dengan pijakan pada suatu metode tertentu. Teknik dalam pembelajaran ini bersifat taktis dan cenderung lebih bernuansa siasat.⁸⁶ Teknik pembelajaran juga dapat diartikan sebagai cara yang dilakukan seorang guru dalam mengimplementasikan suatu metode secara spesifik.⁸⁷

Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik dalam pembelajaran ialah suatu daya upaya atau usaha-usaha yang ditempuh pendidik dalam rangka mencapai suatu tujuan pembelajaran dengan cara yang paling praktis, tapi tetap harus selalu berpijak dan merujuk pada metode tertentu.

Sedangkan taktik pembelajaran ialah gaya seseorang dalam pelaksanaan metode atau teknik pembelajaran tertentu, yang bersifat individual. Misalnya, terdapat dua guru sama-sama menggunakan metode ceramah, tapi mungkin akan sangat berbeda dalam penggunaan taktiknya. Dalam penyajiannya, guru

⁸⁵ Ibid.

⁸⁶ Ibid.

⁸⁷ Akhmad Sudrajat, “*Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, Taktik, dan Model Pembelajaran*”, dalam <https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/09/12/pendekatan-strategi-metode-teknik-dan-model-pembelajaran/>. Diakses pada tanggal 21 Mei 2020 pukul 11.08 WIB.

yang satu cenderung banyak diselingi humor karena memang ia memiliki selera humor yang tinggi, sementara guru yang satunya lagi kurang memiliki selera humor, namun lebih banyak menggunakan alat bantu seperti elektronik karena ia memang sangat menguasai di bidang tersebut. Sehingga akan tampak keunikan dan kekhasan dari masing-masing guru yang sesuai dengan kemampuan, pengalaman, serta tipe kepribadian dari guru-guru yang bersangkutan. Dalam taktik, suatu pembelajaran akan menjadi ilmu dan sekaligus menjadi seni (kiat).⁸⁸

Taktik pembelajaran meliputi beberapa aspek pembelajaran yang lebih rinci serta lebih teknis daripada strategi. Taktik juga lebih menentukan baik buruknya dalam pembelajaran dibandingkan strategi. Taktik pembelajaran terwujud dalam beberapa bentuk langkah tindakan taktis yang tersusun di dalam suatu prosedur pembelajaran, dimana hal tersebut mampu menjadikan proses belajar peserta didik menjadi efektif dan efisien.⁸⁹ Menurut E. Stone dan S. Morris, taktik ialah perilaku pengajar yang mempengaruhi, dipengaruhi, serta memiliki tujuan.⁹⁰

⁸⁸ Mochamad Makruf Arifin, *Pendekatan Pembelajaran ...* hlm.46.

⁸⁹ Ihat Hatimah, "Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, dan Taktik Pembelajaran", dalam [http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR. PEND. LUAR SEKOLAH/195404021980112001-IHAT HATIMAH/Pengertian Pendekatan, strategi, metode, teknik, taktik dan.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_SEKOLAH/195404021980112001-IHAT_HATIMAH/Pengertian_Pendekatan,_strategi,_metode,_teknik,_taktik_dan.pdf). Diakses pada tanggal 21 Mei 2020 pukul 11.21 WIB.

⁹⁰ Akhmad Sudrajat, "Pengertian Pendekatan ...". Diakses pada tanggal 21 Mei 2020 pukul 11.36 WIB.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa taktik pembelajaran merupakan kiat-kiat tertentu dalam setiap bentuk aktivitas pembelajaran dikelas yang diperlukan untuk menjalankan suatu strategi agar nilai strategi atau rasionalitas dapat diwujudkan.

2.2.4 Dr. Ibrahim Elfiky

2.2.4.1 Biografi Dr. Ibrahim Elfiky

Dr. Ibrahim Elfiky merupakan seorang maestro motivator muslim dunia. Beliau lahir di Iskandaria, Mesir pada tanggal 5 Januari 1950 M. Sewaktu masih kecil, ia selalu bermimpi menjadi sosok yang istimewa. Setiap malam menjelang tidur, ia berangan-angan menjadi seorang pimpinan sebuah hotel yang besar. Ia selalu mengatakan mimpinya tersebut kepada orang-orang sekitarnya dengan harapan ada yang membantu mewujudkan mimpinya tersebut. Namun semua orang tidak peduli dengannya, dan menurut mereka impiannya itu hanyalah khayalan, mereka juga mengingatkan agar ia bersikap realistis dan harus menyadari kenyataan. Kecaman atas mimpinya tersebut membuat ia sangat merasa tak berdaya dan gagal.⁹¹

Ketika beranjak dewasa, ia bertekad ingin belajar dibidang perhotelan. Setelah lulus, ia menikah dan memutuskan untuk pindah ke Kanada pada tahun 1978 untuk mewujudkan

⁹¹ Nawagreat, "Dr. Ibrahim Elfiky Motivator Favorit Saya", dalam <https://nawagreat.wordpress.com/2014/10/01/dr-ibrahim-elfikymotivator-muslim-favorit-saya/>. Diakses pada tanggal 2 Juni 2020 pukul 13.02 WIB.

impiannya tersebut. Namun seperti biasa, ia bertemu dengan orang-orang yang mematahkan semangatnya, mereka bilang bahwa ia tidak mempunyai uang, miskin pengalaman, bicara Bahasa setempat yang tidak fasih, serta ijasah yang ia peroleh susah payah bahkan tidak diakui di Kanada. Sehingga ia menjadi bingung apakah ia harus kembali ke Mesir dan menerima ejekan atau ia tetap bertahan di Kanada yang diliputi kondisi yang buruk.⁹²

Selama berada dalam kebingungan tersebut, ia bekerja sebagai tukang cuci piring di hotel Kanada. Sampai tiba suatu saat, ia didatangi oleh almarhum ayahnya lewat mimpinya sambil berkata:

“Anakku, ingatlah bahwa Allah tidak akan mengubah nasib suatu kelompok, sehingga kelompok itu sendiri yang mengubah nasib yang ada pada diri mereka sendiri.”

Sehingga pemuda ini mempunyai tekad yang kuat, kemudian menyadari bahwa ia harus meraih gelar Kanada bersertifikat agar memiliki karir yang lebih baik. Ia pun harus bekerja siang dan malam untuk mewujudkannya.⁹³ Hingga pada akhirnya ia berhasil meraih gelar serta penghargaan internasional dari Amerika sebagai mahasiswa terbaik untuk pendidikan jarak jauh. Ia juga mendapatkan pekerjaan disebuah hotel yang besar.

⁹² Ibid.

⁹³ Muhammad Afifudin Alfarisi, *Konsep Kepribadian (Studi Perbandingan Ibrahim Elfiky dan Mario Teguh)*, Skripsi, (Semarang: UIN Walisongo, 2015), hlm.49.

Namun terjadi sesuatu diluar perkiraannya, para pemilik hotel tiba-tiba memutuskan untuk menutup hotel tersebut. Sehingga seketika itu ia harus kehilangan pekerjaannya. Kedua kalinya, ia teringat lagi apa yang pernah dikatakan oleh almarhum ayahnya:

“Anakku, apabila seseorang menutup satu pintumu, maka ingat Allah pasti membuka pintu yang lain.”⁹⁴

Ia memperhatikan diri sendiri dan melihat berbagai potensi yang mungkin bisa digunakan untuk membuka pintu. Kemudian ia berpikir mengumpulkan semua catatan yang pernah dituliskannya secara rutin setiap kali terlintas dalam benaknya. Ternyata ia mendapati catatan tersebut sebagai bagian yang sangat mengagumkan serta layak dijadikan sebuah buku yang akan membantu banyak orang. Kemudian ia berupaya untuk menyusun dan menjadikannya sebuah buku. Namun setelah buku itu tersusun dengan lengkap, banyak penerbit justru menolaknya. Hingga ia memutuskan untuk mencetak dan menerbitkan buku tersebut dengan hasil tabungannya. Ternyata buku tersebut laku terjual sebanyak 5000 eksemplar dalam kurun waktu kurang dari tiga bulan. Selanjutnya ia mulai mengajar dan menyusun beberapa buku yang lain dan diterbitkan diseluruh dunia.⁹⁵

⁹⁴ Serambi, “Ibrahim Elfiky Sang Penakluk Mimpi”, dalam <https://www.serambi.co.id/kabar/167/ibrahim-elfiky-sang-penakluk-mimpi-#.XtZQJTozbIV>. Diakses pada tanggal 2 Juni 2020 pukul 20.43 WIB.

⁹⁵ Ibid.

Kini selain menjadi maestro motivator muslim dunia, beliau juga menjadi pendiri dan sekaligus ketua dewan komisaris di beberapa perusahaan internasional, antara lain: *The Canadian Training Center of Human Development* (Pusat Pengembangan Sumber Daya Manusia di Kanada), *The Canadian Training Center of Power Human Energy* (Pusat Kekuatan Potensi Manusia di Kanada), *The Canadian Training Center of Hypnoterapi* (Pusat Anestesi dengan Sugesti di Kanada), *The Canadian Training Center of Neuro-Linguistic Programming* (Pusat Pemrograman Bahasa Saraf di Kanada).⁹⁶

Dr. Elfiky meraih gelar doctor di bidang metafisika Universitas Los Angeles, Amerika Serikat. Selain itu, beliau pernah juga meraih 23 gelar diploma dalam beberapa lembaga papan atas dibidang pengembangan Sumber Daya Manusia (SDM), Manajemen, dan Marketing. Beliau diakui sebagai penyusun serta peletak dasar ilmu *Neuro Conditioning Dynamic* (Dinamika Pengkondisian Saraf) dan ilmu *Power Human Energy* (Kekuatan Energi Manusia).⁹⁷

Pada sela-sela kesibukan beliau sebagai direktur utama di beberapa hotel bintang lima yang terletak di Montreal, Kanada, Dr. Elfiky ini juga aktif menjadi trainer handal dalam bidang

⁹⁶ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, Terj. Khalifurrahman Fath & M. Taufik Damas, (Tangerang: Zaman, 2015), hlm.ix.

⁹⁷ Ibid.

pengembangan Sumber Daya Manusia di beberapa perusahaan dan yayasan di kota Quebec, Kanada. Beliau dijuluki pembicara terbaik dunia oleh media Amerika dan Kanada. Beliau telah melatih lebih dari 700.000 orang melalui seminar dan pelatihan yang digelar diseluruh dunia dengan tiga Bahasa: Inggris, Prancis, dan Arab.⁹⁸ Karya tulisnya telah diterjemahkan kedalam lima Bahasa yakni: Inggris, Arab, Perancis, Kurdi, dan Indonesia, serta terjual jutaan eksemplar di dunia.

Beliau pernah mewakili Mesir dalam kejuaraan dunia lomba tenis meja di Jerman Barat pada tahun 1969 M. Kini beliau tinggal di kota Montreal, Kanada bersama istrinya, Amal, dua putri kembarnya, Nancy dan Nermine, juga dua cucunya, Malik dan Ziyad.⁹⁹ Beliau meninggal tepat di hari jumat tanggal 10 Februari 2012 di hotel yang beliau kelola.¹⁰⁰ Dr. Ibrahim Elfiky ialah sosok karakter yang berperan penting dalam mengubah dari ratusan kehidupan masyarakat menjadi lebih fungsional dan lebih produktif.¹⁰¹

⁹⁸ Ibid., hlm.x.

⁹⁹ Ibid.

¹⁰⁰ Dwi Andika Pratama, "Dr. Ibrahim Elfiky, Motivator Muslim Legendaris yang Namanya Harum di Bumi dan di Langit", dalam <https://www.dwiandikapratama.com/dr-ibrahim-elfiky-motivator-muslim/>. Diakses pada tanggal 6 Mei 2020 pukul 14.50 WIB.

¹⁰¹ Muhammad Afifudin Alfarisi, *Konsep Kepribadian ...* hlm.50.

2.2.4.2 Karya Tulis Dr. Ibrahim Elfiky

Dr. Ibrahim Elfiky, seorang motivator muslim asal Mesir ini mempunyai beberapa karya tulis antara lain adalah sebagai berikut:¹⁰²

- A. Personal Power
- B. Dahsyatnya Berperasaan Positif
- C. Excellent Life
- D. Memperbaiki Nasib
- E. Terapi Komunikasi Efektif
- F. Jangan Tunda untuk Sejahtera
- G. Kuis Kepribadian Plus
- H. Terapi Berpikir Positif

2.2.5 Buku *Terapi Berpikir Positif*

Salah satu karya tulis dari Dr. Ibrahim Elfiky adalah buku *Terapi Berpikir Positif: Biarkan Mukjizat dalam Diri Anda Melesat Agar Hidup Lebih Sukses dan Lebih Bahagia*. Buku ini banyak mengulas mengenai kekuatan sebuah pikiran yang mana hal tersebut belum diketahui kebanyakan orang. Menurut Dr. Elfiky, semua orang mempunyai potensi kekuatan pikiran, namun tidak semua tau dan mampu mengaktifkannya untuk memperoleh manfaat yang luar biasa. Sehingga beliau tergerak

¹⁰² Dwi Andika Pratama, "Dr. Ibrahim Elfiky ... Diakses pada tanggal 6 Mei 2020 pukul 14.50 WIB.

untuk membantu mereka mengenal pikiran, cara kerjanya, serta cara mengaktifkannya dengan mudah, murah dan efektif melalui buku ini.

Sebuah buku yang lebih banyak bercerita tentang teori akan pikiran, sebuah teori yang beliau kembangkan. Dalam buku ini, beliau begitu banyak menyadarkan pembaca akan bahayanya kita ketika berpikir negative serta dahsyatnya kekuatan pikiran kita.¹⁰³ Secara umum, dalam buku ini Dr. Elfiky membagi bahasan menjadi lima bagian.

Pada bagian pertama mengulas tentang kekuatan pikiran yang mana sebuah pikiran memiliki peran yang sangat besar dalam kehidupan sehari-hari. Dr. Elfiky menjelaskan bahwa pikiran mempunyai proses perjalanan yang kuat, membuat arsip memori dalam akal, melahirkan *mindset*, mempengaruhi intelektualitas, fisik, perasaan, sikap, hasil, citra-diri, rasa percaya diri, harga diri, kondisi jiwa, kondisi kesehatan, pikiran mampu melampaui batas waktu, tidak pernah mengenal jarak dan waktu, pikiran juga menambah atau mengurangi energy, melahirkan kebiasaan, dan mampu mempengaruhi system kerja akal bawah sadar. Pada akhir pembahasan dalam bagian ini, beliau menjelaskan mengenai pikiran dan mata rantai persepsi.

Pada bagian kedua, mengulas tentang berpikir negative yang meliputi beberapa faktor penyebab berpikir negative, dampak berpikir negative, serta berpikir negative adalah sebuah kecanduan. Pada bagian ketiga membahas berpikir positif yang mengulas tentang macam-macam

¹⁰³ Ibid.

berpikir positif, ciri-ciri kepribadian positif, tiga kekuatan yang mempengaruhi pola pikir, dan tujuh prinsip berpikir positif. Pada bagian keempat, mengulas tentang strategi berpikir positif. Selanjutnya bagian kelima Dr. Elfiky ini memberikan sepuluh wasiat cara berpikir positif kepada para pembaca.

2.2.6 Hubungan Berpikir Positif dengan Model Pembelajaran PAI

Berpikir telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Tanpa sadar, pikiran kita membentuk apa yang ingin kita lakukan, rasakan, dan inginkan. Menurut Arifin, jika ingin kehidupan yang dipenuhi dengan banyak hal yang positif, maka pikiran hanya harus dipenuhi dengan yang positif saja.¹⁰⁴

Pikiran mampu mempengaruhi mindset serta membuat fokus pada suatu persoalan tertentu. Bila kita fokus, maka hal itu juga akan menyebabkan perubahan pada perasaan kita. Kemudian perasaan akan menuntun pada perilaku. Pada titik ini mulai terlihat perubahan pada ekspresi wajah dan gerakan anggota tubuh untuk menguatkan ucapan yang akan keluar dari mulut. Semua itu sebabnya dari pikiran.¹⁰⁵

Berpikir positif menurut Winda Adelia merupakan sebuah pikiran yang dapat membangun serta memperkuat kepribadian atau karakter, sehingga dengan berpikir positif, orang tersebut bisa menjadi pribadi yang matang dan lebih berani dalam menghadapi tantangan.¹⁰⁶ Karakter

¹⁰⁴ Lailatur Rohmah, *Hubungan Antara Berpikir Positif ...* hlm.66.

¹⁰⁵ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif ...* hlm.36.

¹⁰⁶ Yuan Andinny, *"Pengaruh Konsep Diri ...* hlm.130.

seseorang muncul karena suatu sikap atau perilaku yang menjadi kebiasaan, dan sikap tersebut ditentukan pola pikir mereka. Ini artinya dengan membiasakan berpikir positif, maka akan membentuk karakter yang positif.

Model pembelajaran menurut Dewey seperti yang dikutip oleh Abdul Majid dan Dian ialah suatu rencana atau pola yang bisa digunakan untuk merancang pembelajaran di dalam maupun di luar kelas guna menajamkan materi pengajaran.¹⁰⁷

Selanjutnya Pendidikan Agama Islam (PAI) merupakan upaya sadar dan terencana dalam menyiapkan peserta didik untuk menegenal, memahami, menghayati, mengimani, bertakwa, berakhlak mulia, mengamalkan ajaran agama Islam dari sumber utamanya yakni kitab suci Al-Qur'an dan Al-Hadits melalui kegiatan bimbingan, pengajaran latihan, serta penggunaan pengalaman.¹⁰⁸ Tujuan utama Pendidikan Agama Islam ialah pembentukan karakter atau akhlak mulia.¹⁰⁹ Karakter merupakan nilai-nilai yang terinternalasi dalam diri seseorang, kemudian diimplementasikan dalam tindakan nyata. Itu artinya unsur nilai merupakan unsur yang sangat melekat dengan karakter itu sendiri.

Seperti yang telah dijelaskan pada paragraph diatas, bahwa berpikir positif merupakan langkah awal dalam pembentukan karakter, ini artinya yang dimaksud sebagai suatu yang subtansial dalam

¹⁰⁷ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter ...* hlm.116.

¹⁰⁸ Ramayulis, *Metodologi Pendidikan ...* hlm.21.

¹⁰⁹ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter ...* hlm.108.

pembentukan karakter ialah berpikir positif itu sendiri. Upaya yang bersifat substansial sangatlah penting, karena ketika bagian yang paling substansial dapat dirubah, maka bagian paling luar pun ikut berubah. Begitu pula dalam pembentukan karakter, upaya substansial pada pembentukan karakter ini sangatlah penting, sehingga diperlukan upaya yang substansial dalam pembentukan karakter tersebut. Upaya tersebut ialah berpikir positif. Karena itu, berpikir positif ini menjadi sangat relevan ketika diterapkan dalam model pembelajaran Pendidikan Agama Islam untuk membentuk karakter yang positif.

Sehingga dari uraian diatas tampak bahwa berpikir positif memiliki peran yang cukup penting dalam upaya pembentukan karakter positif, dimana hal tersebut merupakan tujuan dari Pendidikan Agama Islam. Hal itu juga dikarenakan persamaan antara berpikir positif dengan Pendidikan Agama Islam ialah keduanya serasi akan nilai, Pendidikan Agama Islam menawarkan materi-materi tentang nilai dan berpikir positif ialah cara untuk mengembangkan nilai-nilai tersebut.

2.3 Kerangka Konseptual

Penelitian yang akan peneliti laksanakan ialah untuk mengetahui bagaimana persepsi berpikir positif menurut Dr. Ibrahim Elfiky dan relevansinya dengan model pembelajaran PAI, maka dikembangkan kerangka pemikiran sebagai berikut:

Gambar 2.1

Bagan Kerangka Pikir

