

**IMPLEMENTASI PROGRAM MUHASABAH  
AL NAFS TERHADAP PENGENALAN  
POTENSI DIRI PESERTA DIDIK PADA  
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN  
AGAMA ISLAM DI SMAN 5  
BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu  
Pendidikan Agama Islam

**Oleh :**

**Dina Irnita**

**NPM : 1911010297**

**Jurusan : Pendidikan Agama Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
TAHUN 1445 H/2023 M**

**IMPLEMENTASI PROGRAM MUHASABAH  
AL NAFS TERHADAP PENGENALAN  
POTENSI DIRI PESERTA DIDIK PADA  
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN  
AGAMA ISLAM DI SMAN 5  
BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu  
Pendidikan Agama Islam

**Oleh :**

**Dina Irnita**

**NPM : 1911010297**

**Jurusan : Pendidikan Agama Islam**

**Pembimbing I**

**: Drs. Sa'idy, M.Ag**

**Pembimbing II**

**: Agus Susanti, M.Pd.I**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
TAHUN 1445 H/2023 M**

## ABSTRAK

Dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam, potensi diri perlu dikenali di tengah konten materi Pendidikan Agama Islam yang sangat luas dan universal. Untuk mengenali potensi diri siswa, diperlukan pendekatan yang efektif. Oleh karena itu, penelitian ini menjelaskan bagaimana Implementasi Program Muhasabah Al-Nafs dan apakah program ini dapat membantu siswa SMAN 5 Bandar Lampung dalam mengenali potensi dirinya. Potensi Diri dapat diukur menggunakan indikator sebagai berikut: a.Suka belajar dan mau melihat kekurangan dirinya b.Memiliki sikap luwes c.Berani melakukan perubahan secara total untuk perbaikan d.Tidak mau menyalahkan orang lain maupun keadaan e.Memiliki sikap yang tulus bukan kelicikan f.Memiliki rasa tanggung jawab g.Menerima kritik saran dari luar h.Berjiwa optimis dan tidak mudah putus asa.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam penelitian ini secara umum adalah “Bagaimana Implementasi Metode Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung?.”

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif, peneliti bertujuan meneliti sebuah sampel data yang didapatkan dengan instrumen penelitian wawancara dan kuesioner. Data primer yang didapatkan dari hasil wawancara, penyebaran angket (kuesioner) terkait dengan variabel program muhasabah al nafs dan potensi diri kepada responden peserta didik kelas 11 di SMAN 5 Bandar Lampung.

Kesimpulan yang didapatkan adalah dengan bermuhasabah para peserta didik SMAN 5 Bandar Lampung lebih bisa berpikir tenang dan dapat menyortir perbuatan apa saja yang bisa terus dilakukan dan perbuatan apa yang harus dihentikan, dan itu semua membuat para siswa menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran serta mencari bakat terpendam yang ada pada dirinya dengan bantuan para guru serta lingkungan yang mendukung, dan sebagai bukti dari hasil bermuhasabah yaitu banyak para siswa yang dapat mengenali potensinya hingga menuai prestasi dari potensi yang mereka miliki.

**Kata kunci :** *Muhasabah Al Nafs, Pendidikan Agama Islam, Potensi Diri*

## ABSTRACT

In learning Islamic Religious Education, self-potential needs to be recognized in the midst of the content of Islamic Religious Education material which is very broad and universal. To recognize students' potential, an effective approach is needed. Therefore, this study explains how the Muhasabah Al-Nafs Program is implemented and whether this program can help students of SMAN 5 Bandar Lampung in recognizing their potential. Self Potential can be measured using the following indicators: a. Likes to learn and wants to see his shortcomings b. Has a flexible attitude c. Dares to make total changes for improvement d. Does not want to blame others or circumstances e. Has a sincere attitude not cunning f. Has a sense of responsibility g. Accepts criticism of suggestions from outside h. Is optimistic and does not easily despair.

The formulation of the problem in this study in general is "How is the Implementation of the Muhasabah Al Nafs Method Towards Recognizing the Self-Potential of Students in Islamic Religious Education Subjects at SMA Negeri 5 Bandar Lampung?".

The purpose of this research is to find out the Implementation of the Muhasabah Al Nafs Program Towards Recognizing the Self-Potential of Students in Islamic Religious Education Subjects at SMA Negeri 5 Bandar Lampung.

The research method used is a qualitative approach, researchers aim to examine a sample of data obtained by interview and questionnaire research base instruments. Primary data obtained from the results of interviews, distributing questionnaires (questionnaires) related to the variables of the muhasabah al nafs program and self-potential to respondents of grade 11 students at SMAN 5 Bandar Lampung.

The conclusion obtained is that with bermuhasabah the students of SMAN 5 Bandar Lampung are more able to think calmly and can sort out what actions can continue to be done and what actions must be stopped, and it all makes the students become more active in the learning process and look for hidden talents that exist in themselves with the help of teachers and a supportive environment. And as evidence of the results of bermuhasabah, many students can recognize their potential to reap achievements from the potential they have.

**Keywords :** *Islamic Religious Education, Muhasabah Al Nafs, Self Potential*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dina Irnita

NPM : 1911010297

Jurusan : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMAN 5 Bandar Lampung” merupakan hasil penelitian, pemaparan asli penyusun sendiri. Penyusunan tidak mencantumkan tanpa pengakuan bahan-bahan yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain, atau sebagai bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijazah pada Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung lainnya.

Apabila dikemudian hari terdapat penyimpanan dan ketik benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 29 Agustus 2023

Penulis



NPM 1911010297



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : IMPLEMENTASI PROGRAM MUHASABAH  
AL NAFS TERHADAP PENGENALAN  
POTENSI DIRI PESERTA DIDIK PADA  
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA  
ISLAM DI SMAN 5 BANDAR LAMPUNG**

**Nama : Dina Irnita  
NPM : 1911010297  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYUTUJUI**

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqosah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden  
Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Drs. Sa'idy, M.Ag  
NIP.196603101994031007**

**Pembimbing II**

**Agus Susanti, M.Pd.I  
NIK.2016010219890819104**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam**

**Dr. Umi Hijriyah, S.Ag, M.Pd**

**NIP.197205151997032004**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)703260

**PENGESAHAN**


Skripsi dengan judul: **Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.** Disusun oleh: **Dina Irnita.** NPM: **1911010297.** Program Studi: **Pendidikan Agama Islam.** Fakultas: **Tarbiyah dan Keguruan.** Telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal: **Selasa, 31 Oktober 2023.**


**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua Sidang : Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I** (.....) 

**Sekretaris : Dra. Beti Susilawati, M.Pd** (.....) 


**Penguji utama : Dr. Baharudin, M.Pd** (.....) 

**Penguji Pendamping I: Drs. Sa'idy, M.Ag** (.....) 

**Penguji Pendamping II: Agus Susanti, M.Pd.I** (.....) 

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Dr. H. Nirya Diana, M. Pd.**   
NIP. 196408281988032002

## MOTTO

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾

“demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaan-Nya). maka Allah SWT mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketaqwaan.”

(QS, As-Syams 91:7-8)<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Bekasi, Cipta Bagus Segara, 2014), hal 367



## PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, saya persembahkan Tugas Akhir (skripsi) kepada orang yang selalu mencintai dan memberi makna dalam hidup saya yang selalu mendo'akan saya serta memberikan dorongan sehingga skripsi ini terselenggarakan, kepada:

1. Cinta pertama saya. Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada bapakku tercinta Irwansyah. Namun bapak saya mampu mendidik penulis, mendoakan penulis, memberikan semangat, nasihat, dukungan dan motivasi tiada henti hingga penulis bisa dapat menyelesaikan pendidikannya sampai sajrana. Sehat selalu bapak. Terima Kasih Yang Tak Terhingga Telah Mengantarkan Aku Menyelesaikan Pendidikan Strata 1 (S1) Di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.
2. Pintu surgaku, mamaku tercinta Mardiana. Terima kasih sebesar-besarnya penulis ucapkan karena sudah menjadi mama yang hebat versi paling terbaik untuk penulis, yang tiada hentinya memberikan kasih sayang penuh, doa tiada henti yang diberikan selama ini, segala bentuk bantuan, nasihat, terima kasih atas kesabaran hati menghadapi penulis yang keras kepala, terima kasih sudah jadi pengingat dan penguat yang paling hebat selama ini, terima kasih karena sudah menjadi tempatku untuk pulang dan terima kasih sudah berjuang untuk kehidupan saya. Sehat selalu mama. Terima Kasih Yang Tak Terhingga Telah Mengantarkan Aku Menyelesaikan Pendidikan Strata 1 (S1) Di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.
3. Cinta kasih ketiga Adik-adikku Denta Amelia, Dinda Fitriyansyah, Dafa Mardiansyah, yang menjadi faktor pendorong serta semangatku untuk segera menggapai masa depan agar menjadi contoh yang baik dan terimakasih atas segala cinta dan kasih sayang, perhatian, dukungan, serta pengertiannya.
4. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung.

## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Dina Irnita, dilahirkan pada tanggal 27 Juni 2001 di Bogor Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor. Penulis merupakan anak pertama dari 4 bersaudara terdiri dari 3 saudara perempuan dan 1 saudara laki-laki. Anak dari pasangan Irwansyah dan Mardiana. Penulis tinggal di Prumahan Griya Cibinong Indah blok I no 37, Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor.

Latar belakang penulis dengan memulai jenjang pendidikan di TK Insan Sejati, lalu melanjutkan di SD N Nanggewer 03, masuk pada tahun 2007 sampai selesai pada tahun 2013. Kemudian lanjut ke sekolah menengah pertama di MTsN Cibinong, masuk pada tahun 2013. Selama sekolah penulis mengikuti ekstrakurikuler karate dan lulus di tahun 2016. Kemudian melanjutkan ke jenjang sekolah menengah atas di SMAN 3 Cibinong mengambil jurusan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), masuk pada tahun 2016 dan lulus di tahun 2019. Selama masa sekolah menengah atas penulis mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Badminton. Pada tahun 2019 penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Agama Islam.

Pada bulan juni 2022 peneliti melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN-DR) selama masa tanggap darurat Covid-19 yang diselenggarakan oleh Pusat Pengabdian Masyarakat (PPM) Lembaga Penelitian Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung di Kelurahan Nanggewer Kecamatan Cibinong, Bogor selama 40 hari, yaitu pada tanggal 22 juni sampai dengan 31 juli 2022. Kemudian dilanjutkan pada bulan agustus penulis melaksanakan Praktikan Pengalaman Lapangan (PPL) di MTs Hasanuddin Bandar Lampung selama 40 hari.

Bandar Lampung, 29 Agustus 2023

Penulis

**Dina Irnita**

1911010297

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan nikmat, ilmu pengetahuan, kemudahan serta petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMAN 5 Bandar Lampung” ini dapat diselesaikan dalam rangka memenuhi syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan pada ilmu Pendidikan Agama Islam UIN Raden Intan Lampung. Sholawat beserta salam semoga senantiasa dihanturkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya dan para sahabat. Semoga kita mendapatkan syafaatnya di Yaumul Qiyamah kelak, aamiin.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini penulis mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, materi, materi serta bantuan moril. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu kepada Bapak dan Ibu :

1. Prof. Dr. Nirva Diana, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kemudahan dalam berbagai hal sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Dr. Umi Hijriyah, S.Ag. M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam.
3. Drs. Sai'dy, M.Ag selaku pembimbing skripsi pertama, terima kasih atas segala bimbingan serta motivasi yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Agus Susanti, M.Pd.I selaku pembimbing skripsi kedua, terimakasih atas segala bimbingan dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah membekali ilmu, memberi bimbingan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Dra. Hj. Hayati Nufus, M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMAN 5 Bandar Lampung yang telah memberikan bimbingan dan motivasi serta memberikan izin penulis mengadakan penelitian sehingga skripsi ini dapat selesai.
7. Sarman Parsi, S.Pd.I selaku guru Pendidikan Agama Islam serta seluruh dewan guru dan murid kelas XI yang telah memberikan bimbingan dan motivasi serta bantuannya dalam melaksanakan pra-penelitian dan juga penelitian.
8. Terima kasih kepada andung ku, kajong ku, uncu ku, makngah ku, awan-awan ku karena sudah begitu baik kepada ku. Sehat selalu ya.
9. Terima kasih kepada Tuan NIM 231010800487 karena telah begitu baik dan simpatik, baik moral maupun material, serta telah memberikan dukungan dengan tulus untuk berjuang menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas. Sehat selalu ya mas Wisnu wicaksono.
10. Teman-temanku selama di perkuliahan Annisa Oktarina, Dita Anggraini. Khususnya untuk kelas I dan seluruh teman Pendidikan Agama Islam angkatan 2019. Terima kasih telah menjadi teman sekaligus keluarga baru yang telah belajar bersama, berjuang bersama selama perkuliahan.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu, dengan segala ketulusan serta rendah hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca.

Bandar Lampung, 29 Agustus 2023  
Penulis

**Dina Irnita**  
1911010297

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>x</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>xiii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xx</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Fokus dan Sub-Fokus Penelitian .....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	11
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	11
H. Metode Penelitian.....	13
I. Sistematika Penulisan .....	20

## **BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS 23**

A. Teori yang Digunakan .....	23
1. Muhasabah Al Nafs .....	23
a. Pengertian Muhasabah Al Nafs.....	23
b. Pentingnya Muhasabah Al Nafs.....	27
c. Macam-Macam Muhasabah Al Nafs .....	28
d. Langkah-Langkah Muhasabah Al Nafs .....	29
2. Program Muhasabah Al Nafs.....	33
a. Pengertian Program Muhasabah Al Nafs .....	34
b. Indikator Program Muhasabah Al Nafs .....	32

3.	Potensi Diri .....	35
a.	Pengertian Potensi Diri.....	35
b.	Macam-Macam Potensi Diri .....	37
c.	Indikator Potensi Diri .....	40
d.	Upaya dalam Memahami Potensi Diri .....	
e.	Faktor yang mempengaruhi Potensi Diri Manusia..	43
4.	Pendidikan Agama Islam .....	44
a.	Pengertian Pendidikan Agama Islam .....	44
b.	Tujuan Pendidikan Agama Islam .....	45
c.	Ruang Lingkung Pendidikan Agama Islam.....	45
d.	Karakteristik Pendidikan Agama Islam.....	46

### **BAB III METODE PENELITIAN ..... 49**

A.	Gambaran Umum Objek Penelitian .....	49
1.	Letak Geografis SMA Negeri 5 Bandar Lampung Kecamatan Sukarame .....	49
2.	Sejarah Singkat Berdirinya SMA Negeri 5 Bandar Lampung Kecamatan Sukarame.....	49
3.	Visi, Misi, dan Tujuan SMAN 5 Bandar Lampung .....	50
4.	Struktur Organisasi SMAN 5 Bandar Lampung .....	51
5.	Keadaan Peserta Didik SMAN 5 Bandar Lampung .....	58
6.	Keadaan Sarana dan Prasarana SMAN 5 Bandar Lampung .....	60
B.	Penyajian Fakta dan Data Penelitian .....	62

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... 69**

A.	Analisa Penelitian.....	69
1.	Implementasi program muhasabah al nafs di SMAN 5 Bandar Lampung .....	69
2.	Pengenalan Program muhasabah al nafs membantu peserta didik untuk mengenali potensi diri peserta didik di SMAN 5 Bandar Lampung.....	73
3.	Evaluasi program muhasabah al nafs untuk mengenali potensi diri peserta didik di SMAN 5 Bandar Lampung .....	79

B. Temuan Penelitian.....	81
1. Temuan peneliti mengenai implementasi program muhasabah al nafs di SMAN 5 Bandar Lampung .....	81
2. temuan peneliti mengenai program muhasabah al nafs membantu peserta didik untuk mengenali potensi diri peserta didik di SMAN 5 Bandar Lampung .....	81
3. temuan peneliti mengenai Evaluasi program muhasabah al nafs untuk mengenali potensi diri peserta didik di SMAN 5 Bandar Lampung .....	81
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>83</b>
A. Simpulan.....	83
B. Rekomendasi .....	84
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>85</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>89</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Pengenalan Potensi Diri sebelum program Muhasabah Al Nafs.	7
3.1 Daftar Guru dan BK SMAN 5 Bandar Lampung .....	53
3.2 Daftar staff SMAN 5 Bandar Lampung .....	57
3.3Jumlah Peserta Didik SMA Negeri 5 Bandar Lampung .....	59
3.4 Keadaan Sarana dan Prasarana SMA Negeri 5 Bandar Lampung .....	60





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran I Kisi-kisi Instrumen Potensi Diri .....	91
Lampiran II Kisi-kisi Observasi .....	92
Lampiran III Kisi-kisi Instrumen Wawancara.....	93
Lampiran IV Pengesahan Seminar Proposal .....	96
Lampiran V Surat Izin Penelitian.....	97
Lampiran VI Surat Balasan Penelitian .....	98
Lampiran VII Konsultasi Skripsi .....	99
Lampiran IX Dokumentasi Penelitian.....	100
Lampiran VIII Turnitin .....	100



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Untuk memperjelas pokok bahasan proposal ini. Maka dipandang perlu dibuktikan perlu memberikan makna terhadap kata-kata penting yang terkandung dalam judul “Implementasi Program Muhasabah An Nafs Untuk Mengenali Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung”. Adapun uraian pengertian beberapa istilah yang terdapat dalam judul proposal ini yaitu, sebagai berikut :

#### 1. Implementasi

Implementasi atau sering disebut juga sebagai penerapan adalah suatu perbuatan dengan cara mempraktikkan untuk mencapai tujuan dan kepentingan bersama. Implementasi adalah suatu rangkaian aktifitas dalam rangka menghantarkan kebijakan kepada masyarakat sehingga kebijakan tersebut dapat membawa hasil sebagaimana yang diharapkan rangkaian kegiatan tersebut mencakup interpretasi dari kebijakan tersebut.<sup>1</sup> Jadi implementasi adalah perbuatan yang dilakukan oleh individu atau kelompok agar tercapainya tujuan yang ingin dicapai.

#### 2. Muhasabah Al Nafs

Muhasabah Al Nafs ialah introspeksi, mawas atau meneliti diri. Muhasabah adalah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama meningkatkan identitas diri, konsep diri, keyakinan diri, regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religius, dan sikap

---

<sup>1</sup> Joko Pramono S Sos, “*Implementasi dan Evaluasi Kebijakan Publik*” (Surakarta: UNISRI Press 2020). h. 25

optimis untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan.<sup>2</sup> Jadi muhasabah an nafs adalah introspeksi diri dilakukan sebagai bentuk rasa cinta terhadap diri sendiri sekaligus ungkapan syukur kepada Allah SWT atas ilmu yang telah diberikan.

### 3. Potensi Diri

Potensi Diri merupakan kemampuan dasar yang dimiliki oleh seseorang yang masih terpendam dan mempunyai kemungkinan untuk dapat dikembangkan jika didukung dengan peran serta lingkungan, latihan dan sarana yang memadai.<sup>3</sup> Jadi potensi diri adalah kemampuan yang masih tersimpan dalam diri peserta didik.

### 4. Peserta Didik

Peserta Didik adalah orang/individu yang mendapat pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuan agar tumbuh dan berkembang dengan baik serta mempunyai kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidiknya.<sup>4</sup> Jadi peserta didik adalah seorang yang mengembangkan potensi diri melalui proses kegiatan pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan beberapa definisi kata dalam judul di atas, maka penulis menegaskan kembali bahwa yang dimaksud dengan judul Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung meliputi kegiatan Muhasabah Al Nafs ataupun Pengaruhnya terhadap

---

<sup>2</sup> Ardimen Ardimen et al., "Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Muhasabah," *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2019): h. 278–298.


<sup>3</sup> Harbeng Masni, "Peran Pola Asuh Demokratis Orangtua Terhadap Pengembangan Potensi Diri dan Kreativitas Siswa," *Jurnal Ilmiah Dikdaya* 6, no. 1 (2017): h. 58–74.

<sup>4</sup> Askhabul Kirom, "Peran Guru dan Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran Berbasis Multikultural," *Jurnal Al-Murabbi* 3, no. 1 (2017): h. 69–80.

Pengenalan Kemampuan yang masih tersimpan dalam diri peserta didik.

## B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses perbaikan, penguatan, dan penyempurnaan terhadap semua kemampuan dan potensi manusia. Pendidikan juga berarti sebagai suatu ikhtiar manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai dan kebudayaan yang ada dalam masyarakat. bahkan masyarakat yang peradabannya sangat sederhana sekalipun telah ada proses pendidikan.<sup>5</sup>



Baik sebagai makhluk individu maupun sebagai makhluk social, pendidikan tidak dapat dilepaskan dari kehidupan manusia. Cepat atau lambat dalam lingkungan yang terus berubah, setiap individu akan mengalami pertumbuhan dan berkembang secara terus menerus. Lingkungan tersebut ditentukan oleh kemampuan pendidik dalam memahami tujuan yang hendak dicapai, potensi peserta didik, keadaan peserta didik yang memiliki latar yang berbeda-beda, sarana pendidikan, ketepatan memilih bentuk komunikasi pendidikan dan keadaan lingkungan, sehingga terciptanya interaksi edukatif atau tindakan yang bersifat mendidik dalam lingkungan pendidikan.<sup>6</sup> Di setiap jalur pendidikan terdapat proses belajar mengajar yang melibatkan guru dan siswa. Dalam proses belajar mengajar ini terdapat minat siswa yang ada di dalamnya. Salah satu yang menjadi minat siswa terhadap pelajaran yaitu kekuatan menjadi pendorong bagi peserta didik untuk belajar. Oleh karena itu, semakin berkembangnya ilmu pengetahuan yang menuntut guru untuk menjadi keprofesionalan. Berkaitan dengan hal ini, seorang guru sangat penting menguasai strategi, metode, dan teknik mengajar. Sebagai guru Pendidikan

---

<sup>5</sup> Harbeng Masni, "Urgensi Pendidikan dalam Mengembangkan Potensi Diri Anak," *Jurnal Ilmiah Dikdaya* 8, no. 2 (2018): h. 275–286.

<sup>6</sup> Aam Amaliyah and Azwar Rahmat, "Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan," *Attadib: Journal of Elementary Education* 5, no. 1 (2021): h. 28–45.

Agama Islam (PAI), dengan hal ini diharapkan para guru dapat mempelajari terlebih dahulu bahan pembelajaran secara maksimal untuk bisa melakukan pendekatan kepada murid melalui rencana yang sudah disiapkan dengan baik dengan menggunakan metode mengajar yang bervariasi.

Dalam perspektif agama islam sendiri, setiap insan adalah makhluk yang sedari lahir sudah dianugerahi kemampuan dan potensi diri masing-masing. Secara kodrati manusia dengan fitrahnya adalah makhluk yang condong untuk melakukan kebaikan. Hal ini memang sudah sesuai dengan keadaan alamiah yang manusia bawa sedari lahir. Dari pengertian tersebut fitrah merupakan kemampuan yang diberikan oleh Allah sebagai karunia bawaan yang sudah semestinya digunakan untuk mengenal Allah.<sup>7</sup>

Potensi diri merupakan kemampuan dasar yang dimiliki oleh seseorang yang masih terpendam dan mempunyai kemungkinan untuk dapat dikembangkan jika didukung dengan peran serta lingkungan, latihan dan sarana yang memadai.<sup>8</sup> Ciri orang yang memahami Potensi dirinya bisa diukur atau dilihat dalam sikap dan perilakunya sehari-hari dalam kehidupan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Potensi Diri dapat diukur dengan menggunakan indikator sebagai berikut:

- a. Suka belajar dan mau melihat kekurangan dirinya
- b. Memiliki sikap luwes
- c. Berani melakukan perubahan secara total untuk perbaikan
- d. Tidak mau menyalahkan orang lain maupun keadaan
- e. Memiliki sikap yang tulus bukan kelicikan
- f. Memiliki rasa tanggung jawab
- g. Menerima kritik saran dari luar

---

<sup>7</sup> Yasien Mohamed, *Insan yang Suci; Konsep Fitrah dalam Islam*, Jakarta: Penerbit Mizan, 1997, hal 20

<sup>8</sup> Masni, "Peran Pola Asuh Demokratis Orangtua Terhadap Pengembangan Potensi Diri dan Kreativitas Siswa." *Jurnal Ilmiah Dikdaya*,6(1), h. 58-74

h. Berjiwa optimis dan tidak mudah putus asa.<sup>9</sup>

Berdasarkan pengertian diatas potensi dapat dirumuskan dari keseluruhan kemampuan yang ada dalam diri peserta didik, yang memungkinkan dapat berkembang dan diwujudkan dalam bentuk kenyataan. Antara peserta didik yang satu dengan yang lainnya tidak memiliki potensi yang sama. Seorang lebih tajam pikirannya, atau lebih halus perasaan, atau lebih kuat kemauan atau lebih tegap, kuat badannya dari pada yang lain. Dalam hal ini untuk mengenali potensi diri pada peserta didik Guru membutuhkan sebuah strategi dalam tujuan pencapaian pembelajaran.

Potensi diri dapat ditingkatkan melalui pembelajaran PAI. Melalui peran guru PAI, potensi diri yang dimiliki siswa berusaha ditingkatkan. Proses pembelajaran agama tidak hanya bertujuan untuk mengenalkan siswa pada agama islam. Tetapi sebagai bentuk belajar meningkatkan potensi dirinya sendiri. Potensi diri yang ditingkatkan, meliputi potensi personal, potensi sosial dan potensi spiritual. Dengan meningkatkan potensi diri melalui pembelajaran PAI, diharapkan akan membentuk diri remaja yang mampu mengendalikan dirinya, lingkungan sosialnya dan hubungannya dengan Tuhannya. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an QS, Ar-Rad 13:11

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”*.(Q.s. AR-Rad 13:11)

---

<sup>9</sup> Soli Solihat, Titi Nurfitri, and Alisa Tri Nawarini, “Pengaruh Potensi Diri, Lingkungan Sekolah dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Minat Siswa Melanjutkan Studi Ke Perguruan Tinggi di Man 1 Banyumas,” *Jurnal Ekonomi, Bisnis, dan Akuntansi* 22, no. 3 (2020): 368–377.

Ayat tersebut menyatakan sebagai ayat motivasi bahwa Allah tidak akan mengubah nasib seseorang menjadi lebih baik kecuali dengan usaha dan jerih payah nya sendiri.

Begitu juga dalam pendidikan agama islam, sebagai mata pelajaran yang berperan untuk mengawal sisi religius peserta didik baik pada saat di dalam sekolah maupun Ketika di luar sekolah, maka peserta didik dalam hal ini memiliki tuntutan untuk dapat mengelola kualitasnya dengan baik, seperti agar menjadi peserta didik yang selalu meningkatkan karakter islam yang dimiliki, berusaha agar terus menerus memperbaiki sikap, dan meningkatkan nilai religius dalam dirinya melalui peningkatan akhlakul karimah. Hal ini dikarenakan jika peserta didik dapat mengamalkan sikap yang baik, menerapkan akhlakul karimah, serta mendalami karakter keislamannya, maka dengan itu berarti bahwa peserta didik dapat dikatakan telah mengelola fitrah yang dianugerahkan oleh Allah dengan baik. Tidak hanya itu peserta didik yang sedemikian rupa juga turut termasuk salah satu yang mendukung tercapainya misi nasional pendidikan Indonesia untuk menjadi masyarakat yang selalu meningkatkan keimanan dan ketakwaannya.

Berdasarkan data pra survey di SMAN 5 Bandar Lampung bahwa pengenalan Potensi Diri kurang baik sebelum Program Muhasabah Al Nafs hal ini dibuktikan dengan tabel 1.1:

**Tabel 1.1**  
**Pengenalan Potensi Diri Sebelum Program Muhasabah Al Nafs**

No	Nama Siswa	Keterangan
1	A A P S	Mengetahui kekurangan diri
2	A F	Tidak merubah kebiasaan belajar
3	A A	Memperbaiki kekurangan diri
4	A A	Tidak merubah kebiasaan buruk
5	A S A	Tidak mampu menyesuaikan diri
6	C P P	Tidak merubah kebiasaan buruk
7	D F	Mampu menyesuaikan diri
8	D A N R	Merubah kebiasaan belajar
9	F P	Mencoba kembali ketika gagal
10	F D A	Tidak percaya dengan hasil kerja keras sendiri
11	F N A	Tidak mampu menyesuaikan diri
12	I S Q	Tidak merubah kebiasaan buruk
13	J N L	Tidak Mengetahui kekurangan diri
14	K A	Tidak merubah kebiasaan belajar
15	A D	Memperbaiki kekurangan diri
16	M E D	Tidak mencoba kembali ketika gagal
17	M D A H	Tidak percaya dengan hasil kerja keras sendiri
18	M R S	Tidak Menerima ritik dengan senang hati
19	M H S	Kritik dan saran adalah baik
20	M F D	Merubah kebiasaan belajar
21	F	Tidak mampu menyesuaikan diri
22	M D Z R	Tidak mengetahui kekurangan diri
23	N A R	Tidak merubah kebiasaan buruk
24	N N	Tidak mencoba kembali ketika gagal
25	R K L	Tidak menerima kritik dengan senang hati
26	R S	Mengerjakan tugas rumah
27	R A	Tidak merubah kebiasaan buruk
28	P S	Tidak mengetahui kekurangan diri
29	S R P	Bertindak tidak sesuai situasi dan



		kondisi
30	T F A	Tidak membantu teman yang membutuhkan
31	F P	Tidak mampu menyesuaikan diri
32	F R P	Tidak mampu menyesuaikan diri
33	I A S	Tidak merubah kebiasaan buruk
34	J L	Tidak merubah kebiasaan belajar
35	I P	Tidak mengetahui kekurangan diri
36	N A	Tidak Mampu menyesuaikan diri
37	P A T	Tidak percaya dengan hasil erja keras sendiri
38	S F F	Tidak melaksanakan piket kebersihan
39	S F L	Tidak menerima kritik dengan senang hati
40	R K	Tidak melaksanakan piket kebersihan
41	Z K O	Tidak mengetahui kekurangan diri
42	M R E	Tidak memperbaiki kekurangan diri
43	A A F	Tidak merubsh kebiasaan belajar
44	F R	Tidak mampu menyesuaikan diri
45	K R A	Memperbaiki kekurangan diri
46	S I D	Tidak merubah kebiasaan belajar
47	A H	Merubah kebiasaan belajar
48	M T N	Tidak merubah kebiasaan belajar
49	R P	Merubah kebiasaan buruk

**Sumber Data:** Kuesioner (Angket) kelas XI SMAN 5 Bandar Lampung, 2 Februari 2023

Berdasarkan uraian di atas dititik beratkan bahwasanya setiap peserta didik tidak semuanya bisa mengenali potensi yang sebenarnya mereka miliki. Maka dari itu jika dikaitkan dengan kasus yang terjadi di SMAN 5 Bandar Lampung yang mana peserta didik (terutama yang muslim) mayoritas belum bisa menggali potensi diri mereka masing-masing terkhusus di mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. Adapun realita yang terjadi pada kasus kali ini adalah kurangnya pembinaan potensi yang dilakukan para guru dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Salah satu metode untuk dapat mengatasi masalah seperti yang telah

tergambarkan sebelumnya ialah melalui pendekatan yang diterapkan dalam sebuah pembelajaran untuk dapat dilakukan introspeksi (muhasabah) diri. Cara ini diterapkan dengan mendekati peserta didik dengan ramah, bersahabat, tidak main hakim sendiri terhadap pemikiran yang mereka miliki sehingga dengan upaya ini diharapkan dapat membuka khazanah berfikir para peserta didik. Tidak hanya itu, penerapan cara ini juga memerlukan penyampaian materi dengan ibarat yang tepat, selalu memandang positif terhadap setiap peserta didik yang memang ternyata agak sulit untuk memahami materi, serta selalu menyuntikkan motivasi untuk bisa selalu kembali kepada Allah melalui jalan kebajikan dan kebijakan.<sup>10</sup>

Dengan cara tersebut diharapkan objek penelitian dapat terlatih membiasakan jiwa untuk mengamalkan hal-hal yang bijak dan baik. Untuk itu penulis memiliki ketertarikan lebih untuk berfokus meneliti tentang Implementasi Program Muhasabah Al Nafs dalam mengenali potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 5 Bandar Lampung. Murid di sekolah menengah adalah para remaja yang cenderung sedang mencari jati diri dan mempersiapkan masa depan mereka, oleh karena itu pengenalan potensi awal bagi para siswa menjadi sebuah langkah awal yang dapat menentukan kemana para peserta didik ini akan melangkah. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti dengan mengangkat judul **“Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung”**.

---

<sup>10</sup> Ipah Latipah, “Implementasi Metode Al-Hikmah, Al- Mau’idhah Al - Hasanah, Dan Al-Mujadalah dalam Praktik Pendidikan,” Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesha 3, no. 2 (2016).

### C. Fokus dan Sub Fokus Masalah

#### 1. Fokus Penelitian

Pada penelitian ini, agar penelitian ini tidak terlalu luas dalam membahasnya. Penelitian ini lebih memfokuskan Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.

#### 2. Sub Fokus Masalah

Berdasarkan pada fokus penelitian, maka sub fokus penelitiannya adalah:

- a. Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- b. Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- c. Hasil dan Evaluasi Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung Setelah Menggunakan Program Muhasabah Al Nafs.



### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam penelitian ini secara umum adalah :

- a. Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- b. Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- c. Hasil dan Evaluasi Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5

## Bandar Lampung Setelah Menggunakan Program Muhasabah Al Nafs

### E. Tujuan Penelitian

Dengan melihat rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

- a. Implementasi Program Muhasabah Al Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- b. Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.
- c. Hasil dan Evaluasi Potensi Diri Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 5 Bandar Lampung Setelah Menggunakan Program Muhasabah Al Nafs

### F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan masalah dan tujuan diatas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teori maupun praktis sebagai berikut :

#### 1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan keilmuan didalam Pendidikan Agama Islam, dapat memberikan sumbangan pemikiran, penambahan wawasan mengenai metode pembelajaran khususnya program Muhasabah Al Nafs serta Potensi Diri bagi mahasiswa dan dosen jurusan Pendidikan Agama Islam.

#### 2. Manfaat Praktis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat menguasai pengetahuan tentang program Muhasabah Al Nafs, khususnya pada Pendidikan Agama Islam yang mana mereka saling dibutuhkan antar satu dengan lainnya, maka perlu adanya keharmonisan diantara keduanya.

## G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian relevan dalam penelitian ini adalah penelitian yang mempunyai makna dan mempunyai keterkaitan dengan penelitian yang akan dibahas dan menghindari pengulangan dengan pokok permasalahan yang sama. Berikutan penelitian relevan dalam penelitian ini ialah :

1. Penelitian oleh Aam Amaliyah dkk “Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan”<sup>11</sup> Perbedaan dan Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel yang berkaitan dengan Potensi Diri sedangkan perbedaannya terletak pada metode muhasabah.
2. Penelitian oleh Imam Mashuri dkk “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Sebagai Pendidik Dalam Pembentukan Karakter Berbasis Potensi Diri Kelas VIII Di Smp Ma’arif Genteng”<sup>12</sup> Perbedaan dan Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak persamaan pada variabel yang berkaitan dengan Potensi Diri sedangkan perbedaannya tidak berkaitan dengan metode Muhasabah.
3. Penelitian oleh Ardimen dkk “Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah”<sup>13</sup> Perbedaan dan Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak persamaan pada variabel yang tidak berkaitan dengan Potensi Diri sedangkan perbedaannya berkaitan dengan metode Muhasabah.

---

<sup>11</sup> Amaliyah and Rahmat, “Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan.” *Journal of Elementary Education*, Vol. 5(1), Juni 2021: h. 29-45.

<sup>12</sup> Imam Mashuri, Al Muftiyah, and Fitra Dewi Nur Azizah, “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Sebagai Pendidik dalam Pembentukan Karakter Berbasis Potensi Diri Kelas Viii di Smp Ma’arif Genteng,” *Jurnal Tarbiyatuna: Kajian Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2021): h. 242–257.

<sup>13</sup> Ardi Ardimen, Ardimen, Neviyarni Neviyarni, Firman Firman, Gustina Gustina, and Yeni Karneli. “Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah.” *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2019): h. 278-298.

4. Penelitian oleh Mustafa dkk “Pendidikan Tasawuf Solusi Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Karakter”<sup>14</sup> Perbedaan dan Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak persamaan pada variabel yang berkaitan dengan Potensi Diri sedangkan perbedaannya dengan metode Muhasabah.
5. Penelitian oleh Mariadi dkk “Analisis Pemberdayaan Potensi Siswa Melalui Model Self Directed Learning Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam”<sup>15</sup> Perbedaan dan Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak persamaan pada variabel yang berkaitan dengan Potensi Diri dan pelajaran Pendidikan Agama Islam sedangkan perbedaannya tidak berkaitan dengan metode Muhasabah.

## H. Metode Penelitian

### 1. Jenis dan Pendekatan Penelitian



Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Metode kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data yang dilakukan secara triangulasi (gabungan).

Analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.<sup>16</sup>

Jadi pendekatan ini sebagai sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-

---

<sup>14</sup> Ali Mustofa, “Pendidikan Tasawuf Solusi Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Karakter,” *INOVATIF: Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama, dan Kebudayaan* 4, no. 1 (2018): h. 111–139.

<sup>15</sup> Mariadi Mariadi, Surawan Surawan, and Monalisa Monalisa, “Analisis Pemberdayaan Potensi Siswa Melalui Model Self Directed Learning Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam,” *Journal of Islamic Education Annaba* 8, no. 2 (2022): 253–267.

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, XVI (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 8

kata tertulis atau lisan dari stakeholder yang ada di SMA Negeri 5 Bandar Lampung.

## 2. Data dan Sumber Data

### a. Sumber Data Primer dan Sekunder

Secara umum data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder

Data primer yakni data yang secara langsung diambil dari penelitian oleh peneliti secara individual, informan yang menjadi sumber data penelitian ini adalah Guru PAI Dan Siswa SMAN 5 Bandar Lampung. Sedangkan data sekunder yaitu data yang diperoleh tidak secara dari objek penelitian, peneliti mendapatkan data yang sudah jadi yang dikumpulkan oleh pihak lain dengan berbagai cara atau metode baik secara komersial maupun non komersial, seperti: profil sekolah, visi misi sekolah, struktur organisasi sekolah, data jumlah guru, atau data lainnya yang didapat dari sekolah.

Jadi dalam penelitian ini yang dimaksud sumber data primer ialah guru mata pelajaran PAI dan Siswa di SMA Negeri 5 Bandar Lampung. Adapun sumber data sekunder lainnya berupa dokumen sekolah, pengambilan foto, pihak sekolah lainnya seperti kepala sekolah, pegawai kantor, maupun guru mata pelajaran lainnya.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Tenik pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting, berbagai sumber, dan berbagai cara. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis pada penelitian.<sup>17</sup> Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan


---

<sup>17</sup> Sugiyono, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. (Bandung: ALFABETA, 2019). h. 224

mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti lakukan antara lain:

a. Observasi

Observasi dijelaskan oleh Marshall menyatakan bahwa “through observation, the research learn about behaviour and the meaning attached to those behaviour” melalui observasi peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut. Nasution juga menyatakan observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data itu dikumpulkan bantuan berbagai alat, sehingga focus pada penelitian akan tergambar dengan jelas.<sup>18</sup>



Tahap observasi ini dilakukan guna untuk mengumpulkan bahan-bahan data yang dibutuhkan, observasi dilakukan dengan pengamatan dan pencatatan pada fenomena yang terdapat pada objek pengamatan. Metode ini digunakan peneliti untuk memperoleh data mengenai Analisis Implementasi Program Muhasabah An Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik.

b. Kuestioner (Angket)

Kuesioner (angket) adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan kepada orang lain yang dijadikan responden untuk dijawabnya.<sup>19</sup> Metode ini digunakan peneliti untuk memperoleh data mengenai Potensi Diri peserta didik.

---

<sup>18</sup> Ibid. h. 226

<sup>19</sup> Ibid. h. 199



c. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang wajib diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal berasal responden yang lebih mendalam. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau self-report, atau setidaknya pada pengetahuan dan keyakinan pribadi.<sup>20</sup>

Wawancara yang peneliti lakukan dalam penelitian ini artinya dengan metode Tanya jawab langsung kepada narasumber. Wawancara yang peneliti gunakan adalah wawancara menggunakan pola terstruktur yang dimana peneliti sebelumnya sudah mempersiapkan serta membuat pedoman instrumen wawancara guna dapat memperoleh informasi dengan lengkap sesuai kebutuhan pada penelitian ini.

d. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif hasil penelitian observasi dan wawancara, akan lebih kredibel dapat dipercaya jika pada dukung oleh sejarah, foto-foto atau karya tulis akademik dan seni yang telah ada.<sup>21</sup>

Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk melengkapi data yang tidak dapat peneliti peroleh melalui kegiatan observasi serta wawancara pada ini digunakan untuk mendapatkan data-data yang berhubungan dengan Implementasi Program Muhasabah An Nafs Terhadap Pengenalan Potensi Diri Peserta Didik, foto dokumentasi kegiatan

---

<sup>20</sup> Ibid. h. 231

<sup>21</sup> Ibid. h. 240

Program Muhasabah dan foto peserta didik menjawab kuesioner Potensi Diri.

e. Triangulasi Data

Triangulasi teknik, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan observasi partisipatif, wawancara mendalam, serta dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serempak. Triangulasi teknik, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan observasi partisipasi, wawancara mendalam dan dokumentasi untuk asal data yang sama secara serempak. Triangulasi Sumber berarti, untuk mendapatkan data dari sumber yang dengan teknik yang samasi sumber berarti, untuk mendapatkan data dari sumber yang dengan teknik yang sama.<sup>22</sup>

Dalam hal triangulasi, Susan Stainback menyatakan bahwa “the aim is not to determine the truth about some social phenomenon, rather the purpose of triangulation is to increase one’s understanding of whatever is being investigated”<sup>22</sup> tujuan triangulasi bukan mencari kebenaran tentang berapa fenomena, tetapi lebih pada peningkatan pemahaman peneliti terhadap apa yang ditemukan. Tujuan penelitian kualitatif memang bukan semata-mata mencari kebenaran tetapi lebih pada pemahamannya dengan triangulasi data akan lebih meningkatkan kekuatan data, Jika dibandingkan dengan suatu pendekatan.

Pada tahap ini dilakukan kegiatan membandingkan hasil wawancara, observasi dan studi dokumentasi yang berkaitan dengan

---

<sup>22</sup> Ibid. h. 241

Implementasi Metode Muhasabah An Nafs untuk mengenali Potensi Diri peserta didik.

#### 4. Teknik Analisis Data

Teknik Analisis Data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>23</sup> Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama pada lapangan, dan setelah pada lapangan. dalam hal ini, Nasution menyatakan “Analisis telah mulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun kelapangan, dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian. Analisis data menjadi pegangan bagi penelitian selanjutnya sampai Jika mungkin, teori yang “grounded”<sup>24</sup>.

Berdasarkan pernyataan atas, analisis data dalam penelitian kualitatif sebelum peneliti memasuki lapangan yaitu dengan melakukan pra penelitian untuk menentukan fokus permasalahan. pada saat penelitian berlangsung di lapangan analisis data dilakukan secara interaktif yaitu pada saat pengumpulan data berlangsung. Maka hal ini sejalan dengan model Miles and Huberman dalam mengemukakan bahwa analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, serta setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. pada saat wawancara, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang

---

<sup>23</sup> Ibid. h. 244

<sup>24</sup> Ibid. h. 245

diwawancarai.<sup>25</sup> Bila jawaban yang diwawancarai setelah dianalisis terasa belum memuaskan, maka peneliti akan melanjutkan pertanyaan lagi sampai tahap tertentu, diperoleh data yang dianggap kredibel. berdasarkan penjelasan di atas, maka analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa komponen yaitu :

#### a. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan serta keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi. Bagi peneliti yang masih baru, dalam melakukan reduksi data dapat mendiskusikan pada teman atau orang lain yang dipandang ahli.<sup>26</sup>

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. oleh karena itu, jika peneliti dalam melakukan penelitian, menemukan segala sesuatu yang dipandang asing, tidak dikenal, belum memiliki pola, justru itulah yang harus dijadikan perhatian peneliti dalam melakukan reduksi data.

#### b. Penyajian Data

Setelah reduksi data, maka langkah selanjutnya merupakan penyajian data. Penyajian data bisa dilakukan pada bentuk uraian singkat, bagan, korelasi antar kategori, flowchart serta sejenisnya. dalam hal ini Miles and Huberman menyatakan “The most frequent form of display data for qualitative research data in the past has been narrative text”. yang paling sering dipergunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan, untuk memahami apa yang

---

<sup>25</sup> Ibid. h. 246

<sup>26</sup> Ibid. h. 249

terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.<sup>27</sup>

### c. Kesimpulan

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif merupakan penarikan kesimpulan menurut Sugiyono<sup>28</sup> “kesimpulan dalam penelitian kualitatif artinya merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kasual atau interaktif, hipotesis atau teori”. dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak.

Miles and Huberman berpendapat bahwa kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, serta akan berubah Bila tidak ditemukan bukti-bukti baru yang bertenaga yang akan dapat mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

## I. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan Proposal ini dibagi ke dalam tiga bab dan beberapa sub bab yang memiliki keterkaitan antara yang satu dengan yang lainnya.

**Bab I Pendahuluan** pada bab ini berisi penegasan judul, latar belakang masalah, focus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

**Bab II** membahas tentang landasan teori yang dibagi ke dalam beberapa poin, yaitu: a. definisi muhasabah al nafs, pentingnya muhasabah al nafs, macam-macam muhasabah al nafs, langkah-langkah metode muhasabah al nafs, b. definisi

<sup>27</sup> Ibid. h. 249

<sup>28</sup> Sugiyono, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*.

program muhasabah al nafs, indikator program muhasabah al nafs, c. definisi potensi diri, macam-macam potensi diri, indikator penelitian, upaya dalam memahami potensi diri, faktor yang mempengaruhi potensi diri.

**Bab III** membahas tentang deskripsi objek berisi penelitian gambaran umum objek dan penyajian fakta dan data penelitian.

**Bab IV** membahas tentang analisis penelitian berisi analisis data penelitian dan temuan penelitian.

**Bab V** membahas tentang penutup berisi simpulan dan rekomendasi.





## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS**

#### **A. Teori yang Digunakan**

##### **1. Muhasabah Al Nafs**

###### **a. Pengertian Muhasabah Al Nafs**

Jika ditinjau dari segi gramatikanya, maka secara bahasa muhasabah memiliki makna menghitung-hitung yang mana akar kata muhasabah adalah dari hasaba-yuhasibu-muhasabatan-wa-hisaaban. Sementara untuk pengertian secara istilahnya muhasabah adalah upaya penyucian diri dengan kehati-hatian dalam mengamalkan perintah-Nya serta menghindari dari larangan-Nya. Dengan demikian dapat diambil benang merah bahwasanya muhasabah merupakan upaya introspeksi diri terhadap apa yang telah lalu demi mencapai tujuan untuk menjadi semakin baik hari demi hari.<sup>29</sup>

Muhasabah adalah tindakan yang berbentuk usaha seseorang individu atau kelompok dalam memetik tujuan tertentu. Dengan demikian dapat disederhanakan bahwa muhasabah adalah sikap mawas terhadap diri sendiri yang dilakukan tiap tahun, bulan, hari bahkan bisa saja dilakukan setiap waktu. Maka dari itu muhasabah adalah hal yang tidak terikat oleh waktu, dengan artian bahwa muhasabah tidak harus dilakukan pada waktu tertentu, tapi muhasabah dapat dilaksanakan kapan saja sesuai kebutuhan setiap orang.<sup>30</sup>

Konsep muhasabah dalam Al-Qur'an termaktub secara jelas dalam :

---

<sup>29</sup> M Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali* (Jakarta selatan: Hikmah, 2009), hal 300.

<sup>30</sup> Wanda Reza Dwi, *Implementasi Muhasabah Diri dalam Pengembangan Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di Smp Muhammadiyah 1 Genteng Tahun Pelajaran 2019/2020* (Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Program Studi Pendidikan Agama Islam, 2020), hal 19.



1) QS. Al-Hasyr ayat 18 :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا  
 قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا  
 تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman! Bertaqwalah kepada Allah (dengan mengerjakan suruhan-Nya dan meninggalkan larangan-Nya), dan hendaklah tiap-tiap diri melihat dan memerhatikan apa yang ia telah sediakan (dari amal-amalnya) untuk hari esok (hari Akhirat). dan (sekali lagi diingatkan) bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah amat meliputi pengetahuannya akan segala yang kamu kerjakan.” (Q.S Al-Hasyr/59 : 18)

Dari terjemahan ayat ini, Allah berfirman agar umat manusia menghisab diri sendiri (setiap hambaNya) sebelum dihisab oleh Allah, dan lihatlah apa yang telah kalian simpan untuk diri kalian berupa amal shaleh untuk hari di mana kalian akan kembali dan berhadapan dengan Tuhan kalian. Kemudian di tegaskan lagi kepada umat manusia untuk bertaqwa kepada Allah karena sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala perbuatan dan keadaan kalian. Tidak ada yang tersembunyi dariNya baik perkara kecil atau besar.

Penggunaan kata (نفس) nafs/diri yang berbentuk tunggal, dari satu sisi <sup>31</sup> untuk mengisyaratkan bahwa tidaklah cukup penilaian sebagian atas sebagian yang lain, tetapi masing-masing harus melakukannya sendiri-sendiri atas

<sup>31</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 20

dirinya, dan di sisi lain ia mengisyaratkan bahwa dalam kenyataan otokritik ini sangatlah jarang dilakukan.

2) Surah an-Nur ayat 31

وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ  
تُفْلِحُونَ ﴿٣١﴾

Artinya: “Bertaubatlah kamu semua kepada Allah, wahai orang-orang yang beriman, semoga kamu bahagia”. (Q.S An-Nur ayat 31)

Taubat yang dimaksudkan di sini ialah meneliti suatu amalan setelah selesai melakukannya dengan perasaan menyesal dan takut. Menyesal sebab terlampau sedikit sekali amalan yang sudah dilakukan dan takut karena khawatir apakah amalannya yang hanya sedikit itu diterima atau tidak oleh Allah.<sup>32</sup>

3) Surah Al-Qiyamah ayat 1 dan 2

لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ ﴿١﴾ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ  
اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

Artinya: “Aku bersumpah demi hari Kiamat. Dan aku bersumpah demi jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri).” (Q.S Al-Qiyamah ayat 1 dan 2)

Dalam ayat ini Allah bersumpah dengan jiwa yang menyesali (dirinya sendiri) terhadap sikap dan tingkah lakunya pada masa lalu yang tidak sempat lagi diisi dengan perbuatan baik. Allah juga bersumpah dengan Al-Lawwamah dan menyebutnya bersama dengan hari Kiamat. Hal ini menunjukkan

<sup>32</sup> Abdul Aziz Ismail, *Muhasabah Diri*, (Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publisher’s, 2004), hal. 26.

kemuliaan dan kedudukannya, serta menjelaskan betapa tinggi keutamaan dan betapa pentingnya muhasabah diri itu.<sup>33</sup>

4) Surat Al Mujadalah ayat 6

يَوْمَ يَبْعَثُهُمُ اللَّهُ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُهُم بِمَا عَمِلُوا<sup>ع</sup>

أَحْصَاهُ اللَّهُ وَنَسُوهُ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴿٦﴾

Artinya: “Pada hari itu mereka semua dibangkitkan Allah, lalu diberitakannya kepada mereka apa yang telah mereka kerjakan. Allah menghitungnya (semua amal perbuatan itu) meskipun mereka telah melupakannya. Dan Allah Maha Menyaksikan segala sesuatu.” (Q.S Al Mujadalah ayat 6)

Beberapa tokoh mengemukakan pendapatnya mengenai definisi tentang muhasabah sebagai berikut :

- a) Imam Ghazali memiliki pandangan bahwa muhasabah itu adalah tentang dua hal, yakni I'tisham dan Istiqomah. I'tishom ialah bentuk kepegang teguhan seorang hamba terhadap syariat islam yang dilakukan dengan bentuk memelihara diri. Sementara Istiqomah adalah rasa teguh yang diaplikasikan oleh diri dalam upaya melawan kecenderungan diri yang bersifat kurang baik.<sup>34</sup>
- b) Ibnu Qayyim Al-Jauziyah yang berpendapat bahwa muhasabah adalah kegiatan menghitung atau menghisab diri secara rutin tentang sudah tepat atau tidakkah apa yang telah kita lalui di kemarin hari. Sehingga dengan kegiatan seperti ini berdasarkan pandangan Ibnu Qayyim, maka

<sup>33</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs*, (Jakarta Timur: Akbar Media, 2010), hal. 154.

<sup>34</sup> Abdullah Hadziq, *Rekonsilitasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: Rasail, 2005), hal. 31

diri seorang manusia tidak akan terbiarkan menjadi kosong. Karena sebab munculnya gangguan-gangguan dalam kehidupan adalah karena kurang terkontrolnya isi hati yang menjadikan hati dan diri mudah lalai dan teralihkan oleh sesuatu yang merugikan.

Sedangkan Al-Nafs secara bahasa berarti diri. Berarti dengan ini jika dipadukan dengan definisi tentang muhasabah yang telah dipaparkan sebelumnya, Muhasabah Al-Nafs tidak lain adalah kata lain dari Introspeksi diri. Secara tidak langsung introspeksi diri ini adalah salah satu kepingan atau bagian dari manajemen diri (Self management). Yang mana berkaitan dengan itu proses manajemen diri ini dikenal dengan sederhana sebagai proses PDCA (Planning, Do, Check, Action ) atau secara gamblangnya adalah melakukan perencanaan, pembuatan, pemeriksaan, dan aksi.

### **b. Pentingnya Muhasabah Al Nafs**

Menjadi jelas bahwa muhasabah diri adalah salah satu jalan yang dianggap sebagai pijakan untuk menuju status hamba Allah yang luhur, oleh karenanya kemudian muhasabah adalah suatu yang fundamental untuk diterapkan pada kehidupan sehari-hari. Sehingga muhasabah ini adalah suatu bentuk proses yang memiliki keutamaan-keutamaan tersendiri. Adapun keutamaan-keutamaannya adalah sebagai berikut:<sup>35</sup>

- 1) Sebagai kritik diri untuk dapat memikat rahmat kasih sayang dan pertolongan yang akan diberikan oleh Allah
- 2) Mampu membentuk hamba yang dalam imannya serta sifat kehambaannya, mengamalkan ajaran

---

<sup>35</sup> Fathullah Gulen, 'Kunci-Kunci Rahasia Sufi', Jakarta: Srigunting, 2001.

islam secara akurat, dan meraih kebahagiaan yang kekal dengan kedekatan dengan Allah yang diperoleh dari proses muhasabah itu tadi.

- 3) Dapat menghalangi seorang muslim untuk terjerumus kepada sifat putus asa dan sifat sombong dalam beribadah,
- 4) Mengantarkan seorang hamba menuju ketenangan diri secara hakiki dan spiritualitas yang mendalam sehingga orang tersebut dapat mencapai faham kepada makna takut kepada Allah dan siksaan-Nya.

Beberapa hal di atas menunjukkan bahwa muhasabah memiliki keutamaan-keutamaan yang secara tidak langsung mempunyai dampak yang sangat vital bagi proses berlangsungnya kehidupan manusia

### **c. Macam-Macam Metode Muhasabah Al Nafs**

Metode Muhasabah Al-nafs dapat diimplementasikan dalam beberapa hal yang telah ditentukan, antara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Mendekati peserta didik dengan cara yang ramah dan sopan santun sehingga mereka merasa tidak terganggu dan nyaman Ketika dalam proses KBM.
- 2) Lebih menekankan terbukanya wawasan yang luas bagi peserta didik bukan malah menjadi momok tersendiri bagi mereka dengan terlalu memaksakan penghakiman terhadap cara pandang mereka.
- 3) Melakukan transfer ilmu dengan pemilihan kosakata yang tepat sehingga memahami bagi peserta didik dan tidak terjadi miskomunikasi mengenai konten atau materi pelajaran.

- 4) Menyuplai dorongan yang positif kepada peserta didik yang lambat dalam memahami
- 5) Memberi motivasi lebih yang memiliki tempat tersendiri di hati para.<sup>36</sup>

Dengan demikian kita dapat mengambil sebuah ibrah bahwa ternyata muhasabah adalah salah satu hal krusial yang tidak boleh dilalaikan. Karena dengan diterapkannya Muhasabah Al-Nafs dapat memberi dampak yang jelas dengan lebih terkontrolnya jiwa siswa, terlebih kepada peserta didik di SMA Negeri 5 Bandar Lampung yang notabene masih kurang maksimal dalam memaksimalkan potensi yang ada dalam diri mereka.

#### **d. Langkah-Langkah Metode Muhasabah Al Nafs**

Muhasabah dalam pengertian sempitnya adalah sebuah proses introspeksi diri. Proses ini tidak lepas dari sebuah teori yang dikemukakan tokoh yang identik dengan julukan Hujjatul Islam, yakni Imam Al-Ghazali. Teori yang dimaksud adalah Tazkiyatun Nafs, yang mana pendekatan Muhasabah merupakan merupakan salah satu bagian yang terdapat dalam konsep Tazkiyatun Nafsnya Al-Ghazali.<sup>37</sup> Berangkat dari premis ini, maka ketika membahas tentang Muhasabah An-Nafs maka selalu ada relasi nya dengan konsep Tazkiyatun Nafs yang notabene adalah sesuatu yang bergerak dalam bidang Tasawuf.

Demi mewujudkan hal tersebut, terdapat langkah-langkah dalam perencanaan ini yang harus dilalui oleh peserta didik, yaitu takhalli, tahalli, tajalli.

---

<sup>36</sup> Ipah Latipah, 'Implementasi Metode Al-Hikmah, Al-Mauidhah Al-Hasanah, dan Al-Mujadalah dalam Praktik Pendidikan', *Jurnal Mitra Swara Ganesha*, 3.2 (2016). hal 19-37

<sup>37</sup> Alfaiz et al., "Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk Membantu Mengurangi Emosi Negatif Klien," *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 9, no. 1 (2019): hal 71.

### 1) Takhalli

Tahapan ini merupakan tahapan paling awal dalam proses penyucian diri. Esensi utama dari tahap Takhalli ini adalah pengakuan diri dari seorang hamba bahwa dia telah melakukan sebuah kekeliruan di masa lalu. Maka, tahapan ini dapat dianggap sebagai tahap yang agak berat. Hal ini disebabkan pada tahapan ini seseorang harus melibatkan hati nurani untuk melawan ego yang ada dalam dirinya. Tahapan ini juga bisa disebut dengan tahap Self Cleansing. Oleh karenanya, harapannya dengan tahapan penemuan kesalahan ini, seseorang dapat menemukan apa yang kurang dalam dirinya sehingga dapat membantu membentuk diri seseorang menuju diri yang lebih baik kedepannya.<sup>38</sup>

Dengan demikian, jika premis di atas diterapkan dalam dunia Pendidikan, apalagi dalam sebuah pembelajaran, dapat dikaitkan bahwa proses penyucian diri di sini adalah sebuah proses dimana siswa dapat berintrospeksi mengenai bagaimana selama ini ia dapat mengikuti perkembangan sebuah pelajaran, terkhusus dalam Pendidikan Agama Islam. Oleh karena itu, dalam penerapan kali ini pendidik berupaya untuk membantu peserta didik dalam mencapai hal itu.

---

<sup>38</sup> Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, "*Takhalli, Tahalli, dan Tajalli*," *Pandawa : Jurnal Pendidikan dan Dakwah* 3, no. 3 (2021): hal 351.

## 2) Tahalli

Haidar mengemukakan dengan mengutip pendapat Amin Syukur yang mana proses Tahalli ini merupakan proses kedua setelah proses Takhalli. Adapun proses ini adalah proses pengisian jati diri manusia dengan hal-hal yang sesuai dengan norma yang terpuji. Tahapan ini juga bisa dianggap dengan proses Self Filling, yang mana dalam tahap ini, penting untuk sejalan dengan konsistensi dan komitmen klien untuk menutup segala kemungkinan sifat-sifat negatif dalam dirinya. Pada tahap ini, klien mengenali dan menerapkan perilaku taubat, sabar, zuhud, dan ihsan dalam dirinya. Dengan menggabungkan aspek-aspek tersebut, dirinya dapat terjaga dan terpelihara dari kecenderungan negatif.<sup>39</sup>

Dalam hal ini, apabila konsep awal Takhalli yang berkaitan dengan tasawuf itu diintegrasikan dalam proses pembelajaran PAI, maka bentuk pendekatan yang akan diinterpretasikan pendidik adalah mengisi diri siswa dengan berbagai mauidhoh sebagai aktualisasi pembentukan karakter peserta didik, sebelum kemudian pada tahap selanjutnya pendidik merealisasikan pembinaan spiritual dengan mengajak siswa untuk mengemukakan contoh konkrit apa yang telah mereka pelajari dalam Pendidikan Agama Islam.

## 3) Tajalli

Sementara itu, secara lebih lanjut lagi Haidar kembali membuat pernyataan. Namun kali ini, ia berpendapat tentang proses Tajalli.

---

<sup>39</sup> Ibid., hal 285



Tahapan ini merupakan tahapan dimana seseorang yang melalui proses Muhasabah memperluas kemampuan yang telah didapat dalam proses Takhalli dan Tahalli. Adapun dalam tahapan ini, seseorang tersebut diupayakan untuk dapat melakukan stabilisasi diri dengan pembiasaan akan hal-hal yang barusetelah sebelumnya telah melalui proses introspeksi dan pengisian diri kembali dengan hal-hal yang terpuji.<sup>40</sup>

Tahapan ini juga bisa dikenal dengan nama lain tahapan Self Reborn. Maksudnya, setelah melalui proses Pembersihan dan Pengisian dengan hal-hal yang terpuji, seseorang dapat terlahir kembali dengan jiwa yang lebih baik. Oleh karenanya jika diterapkan dalam penelitian yang kali ini dilakukan, maka langkah pertama dalam tahapan ini yang harus dilakukan oleh pendidik adalah dengan Memberikan sugesti positif kepada setiap usaha siswa untuk berubah dan konsisten sebelum kemudian pendidik memberikan penjabaran mengenai klasifikasi materi-materi yang ada dalam mapel PAI sesuai dengan fan-nya. Hal ini dilakukan dengan tujuan semata-mata untuk membina kompetensi peserta didik dalam memahami setiap materi yang ada dalam PAI sebelum kemudian mendalaminya dengan bentuk menemukan potensi dirinya.

---

<sup>40</sup> Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, "*Takhalli, Tahalli, dan Tajalli*," *Pandawa : Jurnal Pendidikan dan Dakwah* 3, no. 3 (2021): hal 359.

## 2. Program Muhasabah Al Nafs

### a. Pengertian Program Muhasabah Al Nafs

Program dapat diartikan sebagai suatu unit atau kesatuan kegiatan yang dapat disebut sebagai sistem yang didalamnya terdapat rangkaian kegiatan yang dilakukan bukan hanya satu kali tetapi berkesinambungan.<sup>41</sup> Secara teknik psikologis, usaha tersebut dapat dinamakan introspeksi yang pada dasarnya merupakan cara untuk menelaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, kehidupan batin, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan dan segenap unsur kejiwaan lainnya.<sup>42</sup>

Muhasabah juga dapat diartikan sebagai perenungan diri untuk menghitung apa yang telah kita lakuka sebelum Allah 'azza wa jalla menghisab amal kita pada Hari Pembalasan. Merenung, melakukan introspeksi, mawas diri kemudian melakukan perbaikan dan peningkatan prestasi semaksimal mungkin.<sup>43</sup> Karena muhasabah al nafs adalah prosedur yang dilakukan untuk dapat memahami apa kekurangan yang terdapat dalam diri sendiri di masa lampau dengan tujuan yang telah ditentukan yaitu untuk dapat menggiring diri menjadi insan yang lebih paripurna. Jadi program dan muhasabah al nafs berkaitan karena muhasabah al nafs dilakukan bukan hanya satu kali tetapi berkesinambungan.

Program muhasabah al nafs di adakah seminggu sekali tepatnya dihari jumat dan berganti-

---

<sup>41</sup> Ashiong P Munthe, 'Pentingnya Evaluasi Program di Institusi Pendidikan: Sebuah Pengantar, Pengertian, Tujuan dan Manfaat', *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 5.2 (2015), hal 1–14.

<sup>42</sup> Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik* (Rasail, 2005). hal 231

<sup>43</sup> Saifuddin Bachrun, *Manajemen Muhasabah Diri*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2011), hal. 35

gantian dengan kelas-kelas lain. Dengan menerapkan Kurikulum Merdeka untuk kelas 11 dan 10, SMAN 5 Bandar Lampung mengedepankan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa. Kurikulum ini menekankan pada pengembangan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, dan kolaborasi siswa. Selain itu, Kurikulum Merdeka juga memberikan ruang yang lebih besar bagi penguatan karakter dan nilai-nilai moral siswa. Dengan pendekatan yang komprehensif dan inklusif, SMAN 5 Bandar Lampung melalui Kurikulum Merdeka berusaha untuk menciptakan lingkungan belajar yang memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk berkembang secara optimal. Melalui metode pembelajaran yang bervariasi, seperti diskusi, proyek, dan penelitian, siswa didorong untuk aktif dalam proses pembelajaran dan meningkatkan keterampilan berpikir kritis serta pemecahan masalah.

#### **b. Indikator Program Muhasabah Al Nafs**

Banyak di antara kita sering mengaku sudah mengenal Allah SWT, Padahal tanpa disadari kita sering lengah dan tidak menyadari untuk apa kita diciptakan. Berikut indikator Program Muhasabah Al Nafs :

- 1) Memberi motivasi  
Motivasi tentang potensi diri, agar peserta didik mengetahui potensi diri yang masih terpendam dalam dirinya.
- 2) Memberi renungan  
Renungan tentang pengembangan potensi diri yang masih belum diketahui oleh peserta didik
- 3) Memberikan sugesti positif<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Muhammad Iqbal Jamaludin, 'Penerapan Metode Muhasabah An-Nafs untuk Mengenal Potensi Diri Siswa pada Mata Pelajaran PAI di SMA Negeri 1 Purwosari' (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2023). hal 90

Sugesti positif tentang peserta didik harus dapat menyortir perbuatan apa saja yang bias terus dilakukan dan perbuatan apa yang harus dihentikan.

### 3. Potensi Diri

#### a. Pengertian Potensi Diri

Dalam mengkaji makna dari potensi diri, pertama-tama harus mengetahui definisi dari potensi diri itu sendiri, potensi berawal dari kata yang diserap dari Bahasa Inggris yaitu *potencial* yang berarti kemungkinan, tenaga, kesanggupan, atau kekuatan. Dengan ini bermakna bahwa potensi merupakan sesuatu yang berada dalam kandungan diri manusia yang masih bisa diupayakan untuk dikembangkan.<sup>45</sup> Dari beberapa makna diatas dapat dikombinasikan bahwa potensi diri adalah kemampuan yang secara tidak sadar dimiliki oleh seorang manusia yang dapat diupayakan untuk dikembangkan menjadi suatu wujud ketangkasan yang bisa diambil manfaatnya oleh manusia itu sendiri.

Berhubungan dengan hal tersebut maka dapat dipastikan bahwa setiap insan yang lahir ke dunia pasti membawa anugerah lahiriah yang berbentuk potensi diri. Potensi diri ini seringkali menjadi sebuah hal yang harus dikenali terlebih dahulu. Karena terkadang sebuah potensi adalah suatu hal yang masih terpendam dalam diri manusia. Sebagaimana sesuai dengan pandangan Endra K. Pihadhi yang memandang bahwa potensi merupakan suatu energi, kemampuan, atau kekuasaan yang berada dalam diri manusia serta masih belum terekspos oleh manusia itu

---

<sup>45</sup> Harbeng Masni, "Peran Pola Asuh Demokratis Orangtua terhadap Pengembangan Potensi Diri dan Kreativitas Siswa," *Jurnal Ilmiah Dikdaya* 6, no. 1 (2017): hal 68.

sendiri.<sup>46</sup> Sehingga masih diharuskan adanya sebuah upaya untuk mengenali atau menggali kemampuan tersebut.

Setiap potensi yang dimiliki oleh seorang manusia merupakan sebuah hal yang dianugerahkan oleh Allah SWT. Maka, potensi adalah hal yang terkait dan berkegantungan dengan sang pencipta. Dengan ini potensi diri memiliki pengertian sebagai sesuatu anugerah yang diberikan oleh Allah SWT yang sudah ditakdirkan Bersama pemiliknya sejak berada dalam kandungan dan juga diberikan hingga waktu tertentu (akhir hayat) yang menunggu untuk dapat diwujudkan sehingga dapat bermanfaat untuk kehidupan setiap manusia baik di dunia maupun di akhirat. Jadi, sampai sini difahami bahwa potensi merupakan sebuah hal yang memiliki maksud dan tujuan tertentu yang sesuai dengan tujuan penciptaan manusia oleh Allah SWT, yakni untuk menghamba dan beribadah kepadaNya.

Berkembangnya suatu potensi yang dimiliki oleh seorang manusia adalah tujuan yang hendak dicapai dalam proses pengenalan potensi diri manusia. Hal ini tidak terlepas dari keinginan manusia untuk menjadi insan kamil yang bertambah baik setiap harinya. Sehingga dengan dilakukannya upaya untuk menggali sebuah potensi, maka seorang manusia sudah tepat pada jalurnya untuk menjadi muslim yang baik. Pada hakikatnya potensi diri manusia adalah untuk menjadi benar dan baik sesuai fitrahnya, akan tetapi ada beberapa faktor eksogen yang membuat manusia terkadang memiliki sisi potensi yang kurang baik. Oleh karena itu, dalam pelaksanaannya yang dikembangkan dalam suatu potensi itu adalah suatu potensi baik dalam diri manusia. Adapun sisi

---

<sup>46</sup> Urfalema Sipinte, 'Pengembangan Potensi Diri Klien dalam Bimbingan Islam Berdasarkan Al-Qur'an Surah An-Nahl Ayat 78' (UIN Ar-Raniry, 2022). hal 15

negatifnya, potensi itu malah harus dihindari dan dicegah semaksimal mungkin.

### **b. Macam-Macam Potensi Diri**

Manusia adalah makhluk yang mempunyai derajat yang tinggi jika dibandingkan dengan makhluk ciptaan Allah lainnya. Sebab demikian maka manusia harus berupaya memulihkan fithrah yang sudah semestinya wajib untuk disandanginya. Potensi diri manusia dikatakan sempurna apabila seluruh komponen dalam diri manusia entah berupa anggota tubuh atau bahkan komponen jiwa harus bisa bersinergi dengan baik sehingga dapat mewujudkan potensi diri yang prima. Maka dengan anugerah potensi yang sedemikian rupa, secara logis manusia kemudian mempunyai konsekuensi yang harus diaktualisasikan menjadi sesuatu yang bisa bermanfaat dalam hidupnya.

Jika ditinjau dari segi faktor pendukung potensi itu sendiri, maka potensi diri manusia didukung oleh beberapa hal sebagai berikut :

#### 1) Akal manusia

Salah satu dari sekian banyak anugerah yang diberikan oleh sang maha pengasih adalah otak. Hal ini yang melatarbelakangi pakar psikologi berpendapat bahwa akal manusia merupakan sumber kekuatan utama yang dapat dimanfaatkan manusia. Dalam konsep otak manusia, ribuan hal dapat tersimpan di dalamnya. Otak terdiri dari dua bagian penting yaitu otak kanan dan otak kiri. Keduanya memiliki kemampuan yang sama-sama ampuhnya. Otak kiri berperan dalam hal menghafal, tata kelola bahasa, mengingat berhitung, serta logika. Sementara saudaranya otak kanan lebih berfungsi dalam hal kreatifitas, intuisi, inovasi, dan seni.

Anugerah yang sedemikian rupa sudah seyogyanya membuat manusia lantas sadar bahwa mereka memiliki potensi yang besar dalam olah pikir yang tentunya kedepannya harus digunakan untuk mengelola semesta raya demi kebahagiaan dan kesejahteraan bersama. Inilah yang menegaskan bahwa manusia memang harus menjadi khalifah di muka bumi dengan sebaik-baiknya sesuai dengan tugas awal mereka berada di bumi.

## 2) Hati

Hati merupakan tempat berkaca. Layaknya sebuah cermin, hati menjadi tempat bagi seorang manusia untuk melihat mana sesuatu yang baik dan mana sesuatu yang buruk. Sehingga kadangkala baik buruknya sesuatu bisa menjadi relatif. Karena diri manusia selalu mengikuti kata hatinya untuk dapat menentukan hal itu baik ataukah buruk. Sehingga dengan ini, sebagai bentuk rasa syukur atas anugerah Allah, maka potensi baik yang ada dalam hati harus selalu dinomorsatukan daripada potensi buruk yang ada di dalam hati tersebut. Dalam artian hati yang suci dan bersih mampu menjadi pemandu bagi manusia tersebut untuk meraih sebuah ketenangan dalam dirinya.

## 3) Indra

Seperti halnya umum bagi kita, indra yang kita punyai berjumlah lima indra, antara lain adalah mata, hidung, lidah, telinga, dan tangan. Setiap indra memiliki fungsi dan peran masing-masing. Misal, mata adalah indra yang memiliki kemampuan untuk mengawasi, mengamati, dan melihat. Hal ini harus bisa dipandang oleh setiap manusia sebagai potensi untuk bisa mengamati suatu hal untuk kemudian dijadikan sebagai suatu hal yang bermanfaat. Begitu juga dengan hidung, fungsi dasar hidung adalah sebagai pencium suatu bau, yang mana dengan kemampuan seperti ini manusia harusnya dapat

mengidentifikasi suatu objek tertentu untuk kemudian menghasilkan informasi yang bermanfaat. Sementara lidah dengan indra pengecapnya sesuai fithrahnya adalah indra yang digunakan untuk bisa membedakan rasa dan mengucapkan sesuatu hal yang baik, maka dengan ini manusia selayaknya dapat mewujudkan suatu produk rasa yang mumpuni dan bisa menghasilkan ilmu yang baik lewat lidah tersebut. Kemudian telinga adalah indra yang cukup signifikan perannya, dengan telinga manusia dapat mendengarkan suatu ilmu yang mana ilmu itu bisa diolah menjadi sesuatu hal yang bermanfaat.

Dengan fungsi dan peran yang sangat banyak di atas, indra harus dapat dipadukan untuk kemudian dapat menghasilkan kombinasi yang saling menguntungkan dalam proses pengenalan bahkan pengembangan suatu potensi diri dalam diri manusia.

Sementara berdasarkan perspektif seorang Fuad Nasroni ragam potensi manusia dapat diperinci sebagai berikut :

#### 1) Potensi Berfikir

Sebagaimana manusia yang telah dianugerahi sebuah akal fikiran, manusia pun pada akhirnya memiliki potensi untuk menghasilkan suatu yang bermanfaat lewat akalnya. Manusia secara lahiriah adalah makhluk yang akan terus berusaha untuk menciptakan suatu yang baru. Sebab itu dengan kemampuan berfikirnya, manusia akan mencoba terus memanfaatkan karunia yang diberi oleh Allah SWT.

#### 2) Potensi Emosi

Pada dasarnya memang manusia adalah makhluk yang bersifat lemah lembut. Hal ini sesuai dengan sifat lahiriah mereka yang didasarkan pada hati mereka yang paling dalam. Setiap manusia memiliki potensi untuk saling memahami, peduli, menghargai, dan memperhatikan.



### 3) Potensi Fisik

Manusia dianugerahi anggota tubuh sebagai bentuk fisik yang dapat dimanfaatkan. Maka dengan potensi ini manusia cenderung untuk berupaya terus meningkatkan kemampuan fisiknya menuju level yang mereka inginkan.

### 4) Potensi Sosial

Sudah tidak dapat dipungkiri lagi bahwa manusia bukanlah makhluk yang dapat hidup sendiri. Manusia pasti butuh untuk hidup berdampingan dengan manusia lainnya. Hal ini melahirkan potensi yang bernama potensi sosial. Potensi ini adalah potensi yang dimiliki manusia untuk dapat berpengaruh terhadap orang lain.<sup>47</sup>

### c. Indikator Potensi Diri

Untuk mengetahui apakah seseorang mengetahui atau memahami potensi dirinya bisa dilihat atau diukur dalam sikap serta perilakunya sehari-hari dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. La Rose menyebutkan bahwa orang yang berpotensi memiliki ciri-ciri:

- a. Suka belajar dan mau melihat kekurangan dirinya
- b. Memiliki sikap yang luwes
- c. Berani melakukan perubahan secara total untuk perbaikan
- d. Tidak mau menyalahkan orang lain maupun keadaan
- e. Memiliki sikap yang tulus bukan kelicikan
- f. Memiliki rasa tanggung jawab
- g. Menerima kritik dan saran dari luar
- h. Selalu optimis dan tidak mudah putus asa.<sup>48</sup>

<sup>47</sup> Fuat Nashori Nashori, *Potensi-Potensi Manusia* (Pustaka Pelajar, 2003).

<sup>48</sup> Solihat, Soli, Titi Nurfitri, and Alisa Tri Nawarini. "Pengaruh Potensi Diri, Lingkungan Sekolah dan Tingkat Pendidikan Orang Tua terhadap Minat Siswa

#### **d. Upaya Dalam Memahami Potensi Diri**

Manusia dengan beragam anugerah yang diperoleh menjadikan manusia adalah makhluk yang kaya nikmat. Dengan ini sudah sepantasnya setiap manusia bisa piawai dalam menyikapi karunia tersebut. Sikap yang tepat dalam menanggapi nikmat salah satunya adalah dengan bersyukur. Adapun syukur itu bermacam-macam bentuk dan cara merepresentasikannya. Dalam konteks potensi diri, yang mana potensi itu adalah suatu nikmat yang tidak dapat terelakkan. Kesimpulan yang dapat ditarik adalah wajib bagi setiap manusia untuk mengupayakan pengenalan potensi yang ada dalam dirinya.

Dengan mengenali atau mengetahui potensi yang dimiliki, maka seorang manusia dapat terbantu dalam meningkatkan produktifitas hari demi hari. Tidak hanya itu, manusia juga akan menjadi lebih percaya kepada dirinya sendiri dalam setiap melakukan sesuatu. Terlebih sebagai seorang muslim, manusia harus dapat menumbuhkembangkan gairah dalam hidupnya untuk selalu menjadi muslim yang mencurahkan aura positif setiap harinya.

Tujuan sesungguhnya dapat tercapai apabila potensi diarahkan sesuai dengan intruksinya. Potensi dapat terarah dengan benar dilihat dari cara penjagaannya, pemeliharannya, dan perkembangannya. Apabila hal-hal tersebut dilakukan sesuai dengan koridornya, maka potensi dapat dipastikan berkembang dengan baik dan benar. Adapun pendekatan-pendekatan yang seharusnya dilakukan dalam memahami potensi diri seorang manusia adalah sebagai berikut :

### 1) Pendekatan Filosofis

Sebagaimana jika dipandang dari perspektif filsafat, potensi diri manusia harus diarahkan dengan acuan pengabdian yang direpresentasikan dalam bentuk kepatuhan akan perintah-perintah Allah SWT selaku sang maha pencipta. Selain itu rasa syukur hendaknya diungkapkan dengan penghayatan nilai-nilai akhlak untuk kemudian diimplementasikan baik secara lahiriah ataupun batiniah. Pengembangan seperti ini memiliki muara untuk mengaplikasikan nilai-nilai batin dengan harapan menumbuhkan kesadaran secara nyata bahwa anugerah yang berupa potensi tersebut adalah nikmat yang wajib untuk disyukuri.

### 2) Pendekatan Kronologis

Pendekatan ini mengarah kepada hakikat manusia sebagai makhluk yang mengalami evolusi. Artinya, manusia adalah makhluk yang berkembang melalui tahap-tahap tertentu. Melalui tahap-tahap itu manusia berkembang melalui system evolusi dari semenjak lahir hingga dewasa bahkan tua. Berdasarkan pemahaman tersebut, maka pengembangan potensi haruslah berdasarkan kemampuan untuk memahami karakteristik masing-masing.

### 3) Pendekatan Fungsional

Maksud dari pendekatan ini adalah perkembangan potensi manusia itu punya kaitan erat dari fungsi potensi itu masing-masing. Seperti halnya dalam nilai-nilai akhlak dan nilai keagamaan lainnya. Maka dari itu, pemahaman potensi manusia itu harus berlandaskan kepada fungsi utama dari setiap potensi.

### 4) Pendekatan Sosial

Salah satu yang termasuk dalam proses perkembangan potensi adalah proses pembinaan manusia itu sendiri. Melalui pendekatan sosial, manusia digiring untuk dapat dibina dan dibimbing

sehingga potensi yang dimiliki dapat diarahkan ke tempat yang semestinya, yakni kepada nilai-nilai yang bersifat positif dan berpedoman kepada prinsip akhlak. Dengan ini harapannya, setiap manusia dapat mengatur hubungan antar sesama manusia menuju kepada hubungan yang sehat dan harmonis.<sup>49</sup>

### **e. Faktor yang Mempengaruhi Potensi Diri Manusia**

Sebagaimana telah dibahas pada bagian sebelumnya, manusia merupakan makhluk dengan sejuta potensi yang terkandung dalam dirinya. Dalam perkembangan potensi setiap insan manusia, pasti ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi proses perkembangan tersebut baik itu factor bawaan, factor lingkungan, ataupun faktor lainnya.

#### 1) Faktor Pembawaan

Ketika membahas mengenai pembawaan maka disitu adalah membicarakan tentang bakat. Tidak dapat disangkal lagi bahwa bakat merupakan anugerah Allah yang sangat luar biasa. Sebagaimana pada dasarnya, bakat merupakan sesuatu yang masih dapat berkembang. Contoh saja potensi yang berdasarkan paham nativisme yang selalu berkaitan dengan hal yang alamiah yang bersumber dari orang tua. Termasuk di dalamnya adalah keturunan dan agama. Sebanding dengan aliran nativisme, aliran naturalisme juga menganggap bahwa perkembangan potensi manusia sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor hereditas yang dibawa oleh orang tua.<sup>50</sup>

#### 2) Faktor Lingkungan

---

<sup>49</sup> Sipinte, “*Pengembangan Potensi Diri Klien dalam Bimbingan Islam Berdasarkan Al-Qur’an Surah An-Nahl Ayat 78,*” hal 22.

<sup>50</sup> Khoiriyah, “*Penggalian Potensi Diri Manusia Menurut Toto Tasmara dalam Buku Menuju Muslim Kaffah: Menggali Potensi Diri*” (IAIN Walisongo, 2008), hal 29.

Lingkungan adalah sebuah ekosistem yang berada di sekeliling setiap manusia. Dengan demikian, sudah dipastikan bahwa lingkungan memiliki interaksi tersendiri dalam proses perkembangan potensi diri manusia. Hal ini disebabkan dalam ekosistem yang bernama lingkungan tersebut terjadilah kesempatan-kesempatan yang mana dapat menjadi ajang untuk potensi diri manusia dapat berkembang dengan baik.<sup>51</sup>

### 3) Faktor Fithrah

Dalam pengertian secara islam, potensi dianggap sebagai fithrah yang diturunkan Allah kepada manusia. Hal ini dibuktikan dengan manusia yang tercipta beserta dengan naluri keberagamaan. Manusia akan selalu berupaya mencari kebenaran melalui agama, yakni proses Tauhid. Dalam konsep ini, selain naluri keberagamaan manusia juga disertai daya, kekuatan, dan bakat yang dimiliki sejak dari lahir.<sup>52</sup>

## 4. Pendidikan Agama Islam

### a. Pengertian Pendidikan Agama Islam

Pendidikan agama islam dapat dijabarkan dengan Pendidikan yang disusun berlandaskan sumber hukum dalam islam, yakni Al-Qur'an dan Hadits, Ijtihad ulama', serta pengaplikasian sejarah dalam islam. Dengan ini berbagai komponen dalam Pendidikan agama islam, seperti kurikulum, metode, relasi antara guru dan murid, evaluasi, serta lingkungannya harus sesuai dengan apa yang telah dilandaskan, yakni Al-Qur'an dan Hadits. Alhasil suatu system yang saling berkesinambungan tersebut membentuk suatu system yang diketahui sebagai sistem Pendidikan islam.

<sup>51</sup> Ibid., hal 31

<sup>52</sup> Ibid., hal 30-31

Adapun makna dari pelaksanaan Pendidikan Agama Islam dalam konsep ini bermakna dua macam :

- 1) Sebagai sarana untuk mengencarkan dakwah islam, dan
- 2) sebagai bentuk implementasi dari tujuan Pendidikan nasional untuk meningkatkan karakter, iman, dan religiusitas.

Maka dari itu dapat dipahami bahwa Pendidikan Agama Islam merupakan suatu upaya untuk membina generasi muslim untuk bertumbuh dan berkembang sesuai ajaran-ajaran dan syariat islam.<sup>53</sup>

### **b. Tujuan Pendidikan Agama Islam**

Tujuan diintegrasikannya Pendidikan Agama Islam dalam sistem Pendidikan nasional tak ayal adalah untuk menumbuhkan keimanan melalui transfer pengetahuan. Selain itu yang dianggap penting dalam tujuan Pendidikan agama islam adalah proses penghayatan dan pengamalan ilmu yang telah didapat sehingga seluruh peserta didik dapat tumbuh menjadi pribadi muslim yang memiliki keimanan yang kokoh serta selalu menerapkan akhlak yang mulia dalam kehidupan berbangsa dan bernegara.<sup>54</sup>

### **c. Ruang Lingkup Pendidikan Agama Islam**

Keseluruhan mata pelajaran agama islam termuat dalam spektrum Al-Quran dan Hadits, keimanan, akhlak, dan Fiqh baik Ibadah maupun muamalah, selain itu ruang lingkup Pendidikan Agama Islam juga mencakup manifestasi keserasian, Keselarasan dan keseimbangan relasi antara manusia

---

<sup>53</sup> E F Tanjung, *Pembelajaran Pembelajaran Pembelajaran Active Learning pada Pendidikan Agama Islam*, Kumpulan Berkas Kepangkatan (Yogyakarta: Bildung,2022), hal 56-57,

<sup>54</sup> Ibid., hal 58

dengan Allah SWT, diri sendiri, sesama manusia, makhluk lainnya maupun lingkungannya. Ruang lingkup Pendidikan agama Islam meliputi keserasian, keselarasan dan keseimbangan antara :

- 1) Hubungan manusia dengan Allah SWT,
- 2) Hubungan manusia dengan sesama manusia dan,
- 3) Hubungan manusia dengan makhluk lain (selain manusia) dan lingkungan

Adapun ruang lingkup bahan pelajaran Pendidikan Agama Islam di sekolah berfokus pada aspek: Al-Quran/Al-Hadits, Keimanan, Syari'ah, Ibadah, Muamalah, Akhlak dan Tarikh. Yang kemudian pada kurikulum tahun 1999 dipadatkan menjadi lima unsur yaitu: Al-Quran, Keimanan, Akhlak, Fiqih dan Bimbingan Ibadah, serta Tarikh.<sup>55</sup>

#### **d. Karakteristik Pendidikan Agama Islam**

Mata Pelajaran Agama Islam tentu berbeda dengan mata pelajaran yang lain, Oleh karena itu Pendidikan Agama Islam juga memiliki ciri dan khas yang membedakan Pendidikan Agama Islam dengan mapel lainnya.

- 1) Rumpun Pendidikan Agama Islam adalah mata pelajaran yang berkembang dari dasar-dasar ajaran agama islam. Dengan argument ini, maka Pendidikan Agama Islam merupakan hal yang sangat erat kaitannya dengan agama islam.
- 2) Tujuan Pendidikan Agama Islam adalah untuk mencetak generasi muslim yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, memiliki perangai (akhlak) yang luhur,

---

<sup>55</sup> Ibid., hal 59-60

memiliki pengetahuan tentang syariat islam serta senantiasa mengamalkannya.

3) Selain menanamkan nilai tentang agama islam, Pendidikan Agama Islam juga menekankan untuk memiliki etika yang baik dalam kehidupan bersosial

4) Pembelajaran Pendidikan Agama Islam memuat tentang materi yang bersifat kognitif, efektif dan psikomotorik

5) Isi materi dalam Pendidikan Agama Islam didasarkan kepada Al-Qur'an dan Sunnah untuk kemudian dapat dikembangkan.

6) Materi Pendidikan Agama Islam bermuara dari tiga aspek dasar agama islam, yakni Aqidah, Syariah, dan Akhlak

7) Tujuan akhir dilaksanakannya Pendidikan Agama Islam adalah untuk mencetak peserta didik yang berakhlak sesuai akhlak Nabi Muhammad SAW.<sup>56</sup>

Pendidikan agama islam sebagai bentuk upaya untuk menanamkan ajaran

Islam secara menyeluruh tentu memiliki fungsi yang sangat jelas, yakni :

#### 1) Pengembangan

Fungsi dari perspektif pengembangan adalah untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT yang semula sudah terinput dalam keluarga masing-masing peseta didik.

#### 2) Penyaluran

Pendidikan Agama Islam juga memiliki fungsi sebagai sarana penyaluran bakat seluruh peserta didik yang memiliki kaitan erat dengan agama islam, sehingga

---

<sup>56</sup> Akmal Hawi, *Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam* (Palembang: Raden Fatah Press, 2009), hal 25-26.



dapat dioptimalkan untuk menciptakan manfaat dan maslahat

### 3) Perbaikan

Fungsi Pendidikan Agama Islam sebagai perbaikan adalah untuk memperbaiki kekeliruan, kekurangan-kekurangan dan kelemahan-kelemahan peserta didik dalam keyakinan, pemahaman dan pengalaman ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari yang sebelumnya mungkin mereka peroleh melalui sumber-sumber yang ada di lingkungan keluarga dan masyarakat

### 4) Pencegahan

Pendidikan Agama Islam sebagai pencegahan adalah fungsi yang memusatkan ajaran-ajaran Islam sebagai upaya untuk mencegah peserta didik dari hal-hal negatif yang sekiranya tidak sesuai dengan syariat Islam atau bahkan dapat mengancam ketuhanan NKRI.

### 5) Penyesuaian

Pendidikan Agama Islam juga dapat berfungsi sebagai sarana untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan masing-masing. Dalam artian dengan adanya Pendidikan Agama Islam diharapkan peserta didik dapat membawa pengaruh yang baik bagi lingkungan sosialnya masing-masing.

### 6) Sumber Nilai

Dalam Pendidikan Agama Islam pasti terkandung nilai dan norma-norma yang notabene adalah hal yang baik. Hal ini dapat dibuktikan dengan berlandaskannya materi Pendidikan Agama Islam dengan Al-Qur'an dan Sunnah. Dengan ini Pendidikan Agama Islam diharapkan dapat membawa nilai dan

norma yang baik dalam kehidupan khalayak ramai.<sup>57</sup>



---

<sup>57</sup> Akmal Hawi, *Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam* (Palembang: Raden Fatah Press, 2009), hal 29-30

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan secara panjang lebar di atas, maka proses penerapan program Muhasabah Al Nafs dalam mengenali potensi diri siswa pada mata pelajaran PAI di SMAN 5 Bandar Lampung dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:


1. Perencanaan dalam program Muhasabah Al-Nafs dilaksanakan dengan menerapkan beberapa tahapan yakni, merancang tahapan-tahapan yang akan diimplementasikan dalam pelaksanaannya dan disesuaikan dengan tahapan yang lazim terjadi pada Program Muhasabah Al-Nafs. Adapun tahapan-tahapan tersebut adalah Tahalli, Takhalli, dan Tajalli.
2. Setelah merencanakan langkah-langkah untuk dapat mengenali potensi diri, dalam pelaksanaannya peserta didik diberi angket pernyataan potensi diri guna membangun pribadi peserta didik mempunyai pikiran dimasa depan untuk menggapai cita-cita, mendukung dirinya untuk berakselerasi melalui ruang lingkup Pendidikan Agama Islam yang sudah ditekuni.
3. Hasil yang didapatkan dari Program Muhasabah Al-Nafs ini adalah para peserta didik menjadi lebih menonjol dalam potensi berfikir, potensi emosi, potensi fisik, dan potensi sosialnya, dengan gambaran mereka lebih dapat memahami mengenai ruang lingkup Pendidikan Agama Islam yang ada dalam keilmuan islam. Sehingga hal ini menjadikan mereka dapat menentukan sendiri potensi apa yang mereka kiranya miliki dan mampu kuasai dalam materi Pendidikan Agama Islam.

Simpulan hasil penelitian yang terakhir yaitu mengenai program Muhasabah Al-Nafs yang sangat membantu peserta didik untuk mengenali potensi diri yang ada pada setiap peserta didik dengan cara membuka cakrawala berpikirnya menjadi lebih luas. Dengan bermuhasabah atau introspeksi diri para peserta didik SMAN 5 Bandar Lampung lebih bisa berpikir tenang dan dapat menyortir

perbuatan apa saja yang bisa terus dilakukan dan perbuatan apa yang harus dihentikan, dan itu semua membuat para peserta didik menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran serta mencari bakat terpendam yang ada pada dirinya dengan bantuan para guru serta lingkungan yang mendukung. dan sebagai bukti dari hasil bermuhasabah yaitu banyak para peserta didik yang dapat mengenali potensinya hingga menuai prestasi dari potensi yang mereka miliki. Dan program muhasabah al nafs ini berhasil membuat peserta didik mengenali potensi diri nya.

## **B. Rekomendasi**

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa implementasi program muhasabah al nafs terhadap pengenalan potensi diri pada Pendidikan Agama Islam di SMAN 5 Bandar Lampung, maka peneliti memberi saran sebagai berikut:

- 
1. Bagi pendidik yang mengajar pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam, harap di kemudian hari agar dapat melestarikan program Muhasabah Al Nafs terhadap pengenalan potensi diri peserta didik, terlebih pada konteks mata pelajaran Pendidikan Agama Islam
  2. Peserta didik diharapkan untuk selalu belajar dengan tekun, secara konsisten menyiapkan pemahaman tentang materi yang akan dipelajari di kelas, dan melatih kemampuan berpikir kritis terhadap segala hal.
  3. Bagi peneliti selanjutnya kami berharap penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi dan dikaji ulang untuk lebih memperkuat pembahasan dari penelitian ini. Kemudian mengingat penelitian ini jauh dari kata sempurna, maka diharapkan ada penelitian penelitian dengan tema seperti ini yang dikaji lagi oleh penelitian-penelitian selanjutnya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abd. Rachman Assegaf, *Filsafat Pendidikan Islam: Paradigma Baru Pendidikan Hadhari Berbasis Integrative*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2017).
- Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: Rasail, 2005).
- Abdul Majid, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Bandung: Remaja Rosdakya, 2012).
- Ahmad Umar Hasyim, *Identitas dan Jati diri Muslim*, ( Jawa Barat: Akademik Pressindo, 2016).
- Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al Qalam: Gema Insani, 2007).
- Ahyat, Nur. “Metode Pembelajaran Pendidikan Agama Islam.” *EDUSIANA: Jurnal Manajemen dan Pendidikan Islam* 4, no. 1 (2017).
- ALFIYAH, S. N. U. R. (2022). Peran Orang tua Dalam Membimbing Anak Pada Pembelajaran Daring di SD Negeri 1 Karangtalun Kalidawir Tulungagung. *Jurnal Pendidikan ...*, 10(3).
- Amaliyah, Aam, and Azwar Rahmat. “Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan.” *Attadib: Journal of Elementary Education* 5, no. 1 (2021).
- Ardimen, Ardimen, Neviyarni Neviyarni, Firman Firman, Gustina Gustina, and Yeni Karneli. “Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Muhasabah.” *Ta’dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2019).

Asnawan, Muhammad Lutfi. “Pengembangan Potensi Manusia Sebagai Peserta Didik Kajian Surat Al-Isro’ ayat 70.” IAIN SALATIGA, 2017.

Desi Karlina, “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Pembinaan Sikap Spiritual dan Sosial Di Sekolah Menengah Pertama,” *Tadabbur : Jurnal Peradaban Islam* 3, no. 2 (2021).

Kirom, Askhabul. “Peran Guru dan Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Berbasis Multikultural.” *Jurnal Al-Murabbi* 3, no. 1 (2017).

KURNIAWAN, BAHRUL MUHLIS. “Konsep Pengembangan Potensi Diri dalam Konteks Motivasi Akselerasi Diri Santri Yayasan Pondok Pesantren Saud Al-Mubarak Lamongan” (n.d.) 2019.

Imelda and Harahap, “Muhasabah An-Nafs Untuk Mengenali Potensi Diri Siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan,” hal 410 *jurnal pendidikan dan kewirausahaan* Vol 11

Haidar Putra Dauly, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, “Takhalli, Tahalli, dan Tajalli,” *PANDAWA : Jurnal Pendidikan dan Dakwah* 3, no. 3 (2021).

Mariadi, Mariadi, Surawan Surawan, and Monalisa Monalisa. “Analisis Pemberdayaan Potensi Siswa Melalui Model Self Directed Learning Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam.” *Journal of Islamic Education Annaba* 8, no. 2 (2022).

Marzuki, Murdiono, and Samsuri, “Pembinaan Karakter Siswa Berbasis Pendidikan Agama,” *Jurnal Kependidikan* 41, no. 1 (2011): hal 49.

Mashuri, Imam, Al Muftiyah, and Fitra Dewi Nur Azizah. “Peran

Guru Pendidikan Agama Islam Sebagai Pendidik Dalam Pembentukan Karakter Berbasis Potensi Diri KELAS VIII di SMP MA'ARIF GENTENG.” *Jurnal Tarbiyatuna: Kajian Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2021).

Masni, Harbeng. “Peran Pola Asuh Demokratis Orangtua Terhadap Pengembangan Potensi Diri dan Kreativitas Siswa.” *Jurnal Ilmiah Dikdaya* 6, no. 1 (2017).

Masni, Harbeng. “Urgensi Pendidikan dalam Mengembangkan Potensi Diri Anak.” *Jurnal Ilmiah Dikdaya* 8, no. 2 (2018).

Mulyadi, Wisnu. “Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang” (n.d.) 2016.

Mustofa, Ali. “Pendidikan Tasawuf Solusi Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Karakter.” *INOVATIF: Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama, dan Kebudayaan* 4, no. 1 (2018).

Solihat, Soli, Titi Nurfitri, and Alisa Tri Nawarini. “Pengaruh Potensi Diri, Lingkungan Sekolah dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Minat Siswa Melanjutkan Studi ke Perguruan Tinggi di Man 1 Banyumas.” *Jurnal Ekonomi, Bisnis, dan Akuntansi* 22, no. 3 (2020).

Sos, Joko Pramono S. “Implementasi dan Evaluasi Kebijakan Publik” (2020).

Sugiyono. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA, 2019.

Yasien Mohamed, *Insan yang Suci; Konsep Fitrah dalam Islam*, Jakarta: Penerbit Mizan, 1997