

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu upaya pemerintah untuk melepaskan masyarakat dari belenggu problem kehidupan yaitu dengan mewajibkan pendidikan bagi warga negaranya. Mulai dari pendidikan formal hingga pendidikan berbasis agama, para pemuka agama juga turut mempori pendidikan seperti mendirikan pondok pesantren. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan islam tradisional di mana siswanya tinggal dan mempelajari ilmu islam secara mendalam serta mengamalkannya sebagai pedoman hidup sehari-hari.

Sebagai lembaga pendidikan kegiatan belajar merupakan tolak ukur berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan yang dialami oleh siswa di sekolah, Menurut Slameto belajar adalah proses yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan perilaku baru dengan tujuan agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan keadaan mereka saat ini. Interaksi pembelajaran itu sendiri dapat terjadi baik secara sengaja maupun tidak sengaja, dan untuk mengetahui sejauh mana progresi yang terjadi, penting bagi pengajar untuk mengetahui sejauh mana tujuan pembelajaran tercapai.¹ Rendahnya prestasi belajar merupakan faktor yang menjadi sorotan pusat dunia pendidikan. Rendahnya prestasi belajar dipengaruhi oleh motivasi belajar siswa yang timbul

¹ Naeklan Simbolon, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta Didik," *Elementary School Journal Pgsd Fip Unimed* 1, no. 2 (2014).

dari keadaan psikologi seperti stress, cemas, emosi yang tidak stabil itu membuat ketenangan jiwa individu terganggu.²

Ketenangan jiwa penting bagi remaja. Remaja pada tahap perkembangannya memerlukan kondisi hati yang tenang sehingga dapat menghadapi permasalahan dalam mencari identitas secara positif. Kondisi hati yang tenang menjadi hal yang penting dalam proses belajar. Karena dalam proses belajar siswa harus memiliki jiwa yang tenang agar pada saat belajar memiliki konsentrasi yang penuh.

Ketenangan jiwa merupakan sumber bagi kebahagiaan. Seseorang individu tidak akan mengalami perasaan yang bahagia ketika jiwanya tidak tenang atau gelisah. Strategi peningkatan ketenangan hati sangat dibutuhkan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan ketentraman dan keyakinan. Pada lembaga non formal sekarang banyak melakukan kegiatan zikir dengan tujuan supaya mendapatkan ketenangan jiwa dan dapat meningkatkan akhlak dalam kehidupan sehari-hari. Adapun keutamaan dalam berdzikir adalah hati akan menjadi tenang, pikiranpun akan jernih. Dengan begitu segala sesuatu yang dilakukan akan menjadi baik, khususnya dalam hal belajar.

Ahmad Yani menjelaskan dzikir kepada Allah Swt. merupakan suatu hal yang tepat untuk memperoleh ketenangan jiwa. Jika seseorang menyebut nama Allah, ketenangan jiwa akan diperolehnya.³ Moh. Sholeh menjelaskan bahwa islam menganjurkan agar manusia selalu berdzikir kepada Allah. Karena dengan

² Nyanyu Khodijah, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2014). Hlm. 58

³ H Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji* (Gema Insani, 2007). Hlm. 209

berdzikir hati akan terasa tenang dan damai (Tathmainnul Qulb).⁴ Jika seseorang sedang berada dalam ketakutan lalu ia berdzikir (meminta perlindungan dari Allah), jiwanya pasti akan menjadi tenang. Jika seseorang berbuat dosa lalu berdzikir dengan menyebut kalimat istighfar, pasti hatinya akan merasa tenang karena merasa telah diampuni dosa-dosanya. Lalu ketika seseorang mendapatkan kenikmatan berlimpah lalu berdzikir dengan menyebutkan hamdalah, pasti hati terasa tenang dan dapat memanfaatkan kenikmatan tersebut dengan baik dan seterusnya begitu sehingga apapun permasalahannya dengan berdzikir, ketenangan jiwa dapat diperoleh seorang muslim.

Dzikir membantu seseorang membentuk persepsi yang lain selain kekuatan yaitu keyakinan bahwa stresor apapun akan dapat dihadapi dengan baik dengan bantuan Allah. Umat islam meyakini bahwa dzikir secara berulang-ulang dapat memulihkan jiwa dan menyembuhkan berbagai penyakit.⁵ Ketika seorang muslim terbiasa berdzikir, ia akan merasa dirinya dekat dengan Allah, dan berada dalam lindungan-Nya, yang kemudian akan menciptakan rasa percaya diri, kekuatan, perasaan aman, tenteram, dan bahagia.⁶

Pondok pesantren Nurul Qomar merupakan sebuah lembaga pendidikan yang di dalamnya terdapat beberapa tingkat pendidikan yaitu PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini), SD (Sekolah Dasar), SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan SMA (Sekolah Menengah Atas). Pondok pesantren Nurul Qomar terletak di jantung Kota Palembang di Lorong Langgar Damai, Lawang Kidul, kecamatan Ilir Timur II Kota Palembang, Sumatera Selatan. Sebagai lembaga pendidikan

⁴ Moh Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud: Menyembuhkan Berbagai Penyakit* (NouraBooks, 2006). Hlm.27

⁵ Subandi, *Psikologi Dzikir* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009).hlm. 33

⁶ M.U Najati, *Psikologi Dalam Tinjauan Hadist Nabi* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2005).

islam swasta dan sama seperti lembaga pendidikan islam lainnya pondok pesantren Nurul Qomar mempunyai program Dzikir malam yang dilakukan setiap malam selepas sholat isya' menjelang tidur.

Berdasarkan hasil wawancara sementara dengan salah satu kepengurusan pondok pesantren Nurul Qomar bahwa seluruh santri wajib melakukan dzikir malam. Karna dzikir merupakan salah satu program pondok yang wajib dilakukan oleh para santri. Dan juga selama pengamatan peneliti disana terdapat banyak siswa yang sulit untuk berkonsentrasi saat akan memulai suatu pelajaran baru, tidak percaya diri, takut akan kegagalan serta mendapati pengajar yang tegas dalam mengajar. Dzikir merupakan salah satu upaya yang efektif terhadap ketenangan jiwa seseorang. Hal ini memberikan peluang besar bahwa ketenangan jiwa yang di alami santri SMP Nurul Qomar Kota Palembang dapat di atasi dengan cara berdzikir.

Berdasarkan uraian di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang. Karena seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa kebanyakan siswa di sekolah sulit untuk berkonsentrasi karena ketenangan jiwa nya belum sepenuhnya terpenuhi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Apakah ada pengaruh antara dzikir dengan ketenangan jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang?

2. Seberapa besar pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

a. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pengaruh antara dzikir dengan ketenangan jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang
2. Untuk mengetahui seberapa banyak pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang

b. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan di atas, diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat baik secara teoritis maupun praktis dalam rangka aplikasinya didunia pendidikan maupun masyarakat. Adapun manfaat yang diinginkan oleh peneliti yaitu :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi kajian pada khasnah keilmuan Tasawuf dan Psikoteapi tentang Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Santri SMP di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang. Serta mampu menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

a) Bagi Peneliti

Bagi peneliti sendiri yaitu sebagai penerapan ilmu pengetahuan tentang Tasawuf dan psikoterapi. Dan juga sebagai pengembang pengetahuan dan ilmu yang telah di pelajari semasa kuliah.

b) Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan mampu mengatasi permasalahan yang dirasakan oleh siswa yang sulit untuk berkonsentrasi saat akan melaksanakan pembelajaran di sekolah. Dan juga penelitian ini bermanfaat sebagai masukan, petunjuk, maupun acuan serta bahan pertimbangan yang cukup berarti bagi penelitian selanjutnya.

c) Bagi fakultas

Penelitian ini di harapkan menjadi bahan pengembang ilmu pengetahuan dalam proses belajar mengajar di fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam.

D. Keaslian Penelitian

Pemilihan terapi dzikir pada penelitian ini berdasar pada hasil penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya seperti penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya yaitu yang pertama penelitian *Wulandari (2013)* dengan judul *Efektifitas Terapi Dzikir Dalam Menurunkan Stres*. Menunjukkan bahwa terapi dzikir sangat berpengaruh terhadap stress pada wanita menopause yang berada pada kategori tinggi. Sama halnya dengan penelitian *Fadli dkk (2019)* dengan judul *Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis*. Penelitian ini dilakukan di Ruang Bedah Rumah Sakit Nene Mallomo

Kabupaten Sidrap. Menyatakan bahwa terapi dzikir berpengaruh dalam mengatasi Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. Hasil penelitian ini diperoleh nilai $p=0,000$ dengan tingkat kemaknaan $p < \alpha (0,05)$ yang di mana nilai $p < \alpha$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi dzikir terhadap intensitas nyeri pada pasien gastritis di rumah sakit Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Penelitian Fadli dkk (2019) berbeda dengan penelitian ini. Perbedaannya terletak pada variabel terikat dan subjek penelitiannya. Di mana penelitian Fadli dkk menggunakan variabel intensitas Nyeri dan subjeknya menggunakan pasien gastritis. Sedangkan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan variabel kecemasan dan subjeknya menggunakan siswa SMP.⁷

Lalu yang kedua penelitian yang dilakukan oleh Suci Sutioningsih dkk (2019) dengan judul *Pengaruh Terapi Meditasi (Dzikir) terhadap Tingkat Stres pada Lansia*. Penelitian ini dilaksanakan di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto dengan sampel sebanyak 20 responden. Dengan hasil penelitian responden termasuk dalam kriteria stres sedang sekitar 2 orang (10%) dan kriteria rendah sebanyak 18 orang (90%). Penelitian ini menggunakan uji T dengan ketentuan $p < \alpha$ ($p = 0,015$; $\alpha = 0,05$). Dari hasil penelitian didapat $p = 0,015 < 0,05$ hal ini berarti ada pengaruh pelaksanaan terapi meditasi (dzikir) terhadap tingkat stress pada lansia. Penelitian yang dilakukan oleh Suci Sutioningsih dkk (2019) berbeda dengan penelitian penulis. Di mana penelitian penulis variabel bebasnya menggunakan variabel dzikir sedangkan penelitian Suci Sutioningsih dkk menggunakan variabel Terapi Meditasi (Dzikir). Dan juga dalam penelitian Suci Sutioningsih dkk variabel terikat dan subjek yang berbeda dengan penelitian

⁷ Febrianti Wulandari, "Efektifitas Terapi Dzikir Dalam Menurunkan Stress" (2013).

penulis. Dalam penelitian Suci Sutioningsih dkk menggunakan variabel tingkat kecemasan dan subjeknya menggunakan lansia. Sedangkan dalam penelitian penulis menggunakan variabel kecemasan dan subjeknya siswa SMP.⁸

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh *Lailatul Rochmah dkk (2021)* yaitu dengan judul *Relasasi Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Analisis Majelis Taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto)*. penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui intensitas zikir, ketenangan jiwa dan untuk menganalisis hubungan antara dzikir dengan ketenangan jiwa anggota majelis taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kolerasi. Hasil dari penelitian ini yaitu yang pertama intensitas dzikir di majelis taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto termasuk dalam kategori sedang. Lalu ketegangan jiwa anggota di majelis taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto termasuk umum dengan kategori sedang dan terdapat hubungan yang signifikan antara dzikir dengan ketenangan jiwa anggota di majelis taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto dengan nilai kolerasi 0,610. Jadi hasil interpretasi kolerasi menunjukkan pada kolerasi tingkat kuat. Penelitian yang dilakukan Lailatul Rochmah dkk (2021) berbeda dengan penelitian ini. Perbedaan penelitian terletak subjek penelitiannya. Di mana penelitian Lailatul Rochmah dkk subjeknya menggunakan anggota majelis taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal.⁹

Penelitian selanjutnya tentang *Pengaruh Pelatihan Dzikir untuk Meningkatkan Ketenangan Hati pada Remaja yang Memiliki Orang Tua Bercerai*

⁸ Suci Sutioningsih, Sri Suniawati, and Suhuda Hamsanikeda, "Pengaruh Terapi Meditasi (Dzikir) Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia," *Jurnal Keperawatan Profesional* 7, no. 1 (2019).

⁹ Lailatul Rochmah, Chasiru Zainal Abidin, and M Ali Rohmad, "RELASI ZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA (Studi Analisis Majelis Taklim Al-Khasaniyah Dan Al-Kamal Mojokerto)," *Mumtaz: Jurnal Studi Al-Quran dan Keislaman* 5, no. 1 (2021): 69–76.

oleh Ade Rahmah Putri Nasution (2018) . Hipotesis yang diajukan adalah akan terdapat perbedaan hasil pengukuran ketenangan hati antara sebelum dan setelah dilaksanakan pelatihan dzikir. Subjek dalam pelatihan ini adalah lima orang remaja yang merupakan pelajar kelas X dan XI dari SMK Taman siswa Jetis Yogyakarta yang berjenis kelamin laki-laki. Pengukuran pada variabel pada penelitian ini menggunakan skala ketenangan hati berdasarkan teori dari Rusdi. Desain penelitian eksperimen menggunakan one group pre-test post test. Data dianalisis menggunakan Paired sample T-Test Hasil analisis menunjukkan bahwa pelatihan dzikir tidak memberikan pengaruh ketenangan hati pada remaja yang memiliki orang tua bercerai.¹⁰

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini dilakukan di lokasi yang berbeda sehingga subjek yang digunakan juga berbeda. Persamaan penelitian ini dengan penelitian di atas yaitu sama-sama membahas tentang dzikir. Alasan perlu dilakukan penelitian ini karena belum ada yang membahas secara spesifik tentang Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Santri SMP Di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang. Oleh karena itu penulis menjelaskan antara penelitian-penelitian terdahulu untuk saling melengkapi dan sebagai tambahan informasi dan juga penulis lebih memfokuskan meneliti Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Santri SMP Di Pondok Pesantren Nurul Qomar Kota Palembang sehingga berbeda dengan penelitian yang lainnya.

¹⁰ Ade Rahmah Putri Nasution, "Pengaruh Pelatihan Dzikir Terhadap Ketenangan Hati Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai" (2018).

E. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam skripsi ini dimaksudkan mempermudah dalam gambaran secara umum tentang penelitian ini agar dapat memberikan kerangka atau gambaran garis besar pembahasan materi, untuk mempermudah pembaca dalam mengikuti penulisan skripsi ini. Maka penulis memberikan sistematika dan penjelasan yaitu sebagai berikut :

Bab I Pendahuluan menjelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian. kegunaan penelitian. tinjauan pustaka. kerangka teori, metode penelitian, leknik pengumpulan data.dan sistematika pembahasan.

Bab II Kerangka Teoritis menguraikan mengenai Pengertian Jiwa, Pengertian Ketenangan Jiwa, Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa, Kriteria Ketenanan Jiwa, Dan juga pada bab ini menguraikan tentang terapi dzikir, seperti pengertian terapi dzikir, aspek-aspek dzikir, faktor-faktor berdzikir, keutamaan berdzikir dan pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa. Serta kerangka konseptual dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian yaitu menguraikan tentang jenis penelitian, indentifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel penelitian, polpulasi dan sampel penelitian, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas serta metode analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan yaitu menguraikan tentang gambaran umum Pondok Pesantren Nurul Qomar meliputi sejarah, keadaan geografis, visi misi pondok pesantren, keadaan sarana dan prasarana pondok pesantren, struktur organisasri pengurusan pondok pesantren, serta hasil penelitian

meliputi deskripsi data dan hasil uji data validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, uji linearitas, uji hipotesis dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V Penutup yaitu merupakan proses akhir dari bab-bab sebelumnya, sehingga dapat disimpulkan hal yang dianggap penting dari keseluruhan skripsi ini, kemudian dengan memberikan saran yang dianggap relevan bagi penelitian ini, pada bab ini meliputi tentang kesimpulan dan saran dari penelitian.