

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keinginan setiap individu hampir sama dalam menjalani proses kehidupan. Keinginan tersebut adalah memperoleh kebahagiaan dan menjalani kehidupan dengan selayaknya. Dibalik sifat manusia yang beraneka ragam, keinginan terbesarnya memperoleh kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan suatu keadaan yang sedang dirasakan dari segi lahir maupun batin agar menjalani kehidupan dengan sebaik-baiknya tanpa merasakan adanya tekanan dalam berbagai aspek-aspek kehidupan.¹ Individu yang bahagia mengalami ketentraman jiwa dalam dirinya dan memberikan manfaat bagi orang disekitarnya.

Imam Al-Ghazali menuturkan, manusia yang memperoleh kebahagiaan lahir maupun batin adalah yang mengikuti jejak perkataan, perilaku, ketetapan Nabi Muhammad Saw beserta para sahabatnya dan menjadikannya sebagai suri tauladan dalam menjalani proses kehidupan.² Manusia yang menjalani kehidupan dengan mengikuti perintah dan menjauhi larangannya akan mendapatkan kebahagiaan dan keberkahan dalam hidupnya. Mereka yang menjalani kehidupan dengan tidak berfoya-foya dan memiliki tujuan dunia digunakan dengan semestinya untuk tabungan di akhirat kelak.

¹ Meylani Masloman, Tellma M.Tiwa, '*Kebahagiaan Pada Anggota Komunitas Dzikir Di Kotamobagu Pada Masa Pandemi Covid-19*'. **Jurnal Psikopedia**, Volume 2 No. 1 Juni 2021, hlm 16

²Ahsin Sakho Muhammad, *Tafsir Kebahagiaan*, Jakarta, PT Qaf Media Kreativa, 2019, hlm 18

Kebahagiaan dijadikan sumber referensi menarik penelitian beberapa tahun belakangan ini. Tujuannya untuk mengetahui kualitas kebahagiaan yang dirasakan masyarakat di berbagai dunia. Data yang didapat dari *World Happiness Index* pada tahun 2022, Indonesia berada diperingkat 82 dan meningkat pada masa pandemi Covid-19 yang sebelumnya diperingkat 84.³

Kebahagiaan adalah kondisi jiwa yang positif yang ditandai dengan kepuasan menjalani kehidupan, tingginya emosi positif dan rendahnya emosi negatif.⁴ Kebahagiaan bisa dikatakan tercapai jika individu bisa mengontrol nafsunya dengan baik. Kecintaan manusia terhadap dunia melalui harta benda sebenarnya lahir dari naluri karena manusia pada dasarnya ingin menjalani hidup bahagia bersama harta bendanya. Untuk menjalani proses kehidupan ini manusia sangat mencintai harta yang telah diperoleh meliputi uang, emas, perkebunan, rumah dan sebagainya.

Kecintaan yang masih dianggap wajar tergantung niat yang tertanam dalam dirinya. Memprioritaskan apa yang bisa ditanam sebagai amal jariah nantinya. Dengan harta benda inilah salah satu cara berbuat kebaikan dengan sedekah, infak maupun hibah bagi saudara-saudara yang membutuhkan atau membangun pondok pesantren, panti sosial, masjid sebagai tabungan insyallah di akhirat nantinya.

³ Desi Intan Sari, "World Happiness Index, Kebahagiaan Orang Indonesia Meningkat Selama Pandemi Covid-19". **Kompas.com**, 09 Januari, 2022

⁴ Alan Carr, *Positive Psychology The Science Of Happiness And Human Strengths*, New York, Brunner-Routledge, 2004, hlm 41

Kebahagiaan adalah prioritas utama setiap manusia, karena kebahagiaan dapat menjadikan kepribadian yang lebih sehat secara jasmani maupun rohani serta keadaan hati lebih positif. Hati yang positif dapat menjadikan manusia lebih terarah serta kreatif dalam memecahkan suatu permasalahan yang akan merusak kebahagiaan.⁵ Sedangkan, kurangnya kebahagiaan menimbulkan dampak yang tidak baik bagi kesehatan jasmani maupun rohani dan membuat manusia menarik diri dalam lingkungannya. Karena kebahagiaan dapat dicapai sempurna ketika individu bisa mengendalikan dirinya sendiri sedangkan ketidakhahagiaan terjadi ketika diri dikendalikan oleh hawa nafsu.

Ketidakhahagiaan pada individu berdampak negatif bagi kesehatan, gangguan kepribadian, interaksi sosial maupun pada pola pikir dan dapat menyebabkan buruknya kebiasaan hidup baik secara internal maupun eksternal.⁶ Individu yang kurang merasakan kebahagiaan memiliki pemikiran negatif mengenai diri maupun kepada orang dilingkungannya. Sehingga individu tersebut menarik diri dan tidak mau bersosialisasi dengan orang disekitarnya. Ketidakhahagiaan bisa terjadi karena kesalahan individu itu sendiri, seperti kurang beribadah, berbuat zalim serta tidak mematuhi syariat-syariat yang telah diajarkan oleh Islam.

⁵ Sunedi Sarmadi, *Psikologi Positif*, Yogyakarta, Titah Surga, 2018, hlm 26

⁶ Meylani Masloman, Tellma M.Tiwa. 'Kebahagiaan Pada Anggota Komunitas Dzikir Di Kotamobagu Pada Masa Pandemi Covid-19'. **Jurnal Psikopedia** Volume. 2 No. 1 Juni 2021, hlm 16

Manusia diciptakan dalam syariat Islam memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing dengan tujuan akhir mencapai kebahagiaan bukan kesengsaraan. Sebagaimana dipercayai oleh beberapa aliran psikologi modern yaitu Freudianisme. Jika hendak diserasikan bakat berbahagia itu lebih sejalan dengan syariat Islam dan memiliki kesamaan dengan psikologi positif yang meyakini manusia berbakat berbahagia dan kinerja psikologi hanyalah menanamkan serta menyelaraskan. Syariat Islam berpijak pada kasih sayang *habluminallah habluminannas dan habluminala'lam*, sehingga sedemikian rupa psikologi positif menolak ajaran-ajaran “psikologi bengkel”.⁷

Kebahagiaan seutuhnya terletak pada akhir perjalanannya. Fitrah manusia sebenarnya terletak pada kasih sayang pada penciptanya Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Kesedirianya adalah kemalangan dan petaka meski banyak manusia yang tak menyadarinya. Kebahagiaan adalah perjalan hidup dengan beriktikad dengan pendapat demi pendapat itu sendiri. Bahagia tidak bisa tercapai ketika kita tidak berterima kasih kepada-Nya dan mengukur bahagia kita dengan bahagia orang lain.

Hiduplah dengan menyenangkan dengan meyakini apa yang menjadi pertimbangan hidup agar lahirlah kebahagiaan yang membawa emosi positif dari perjalanan yang telah dilalui, Oleh karena itu, dengan menanamkan bibit-bibit positif dalam diri akan lebih mudah mencapai kebahagiaan yang sejati.⁸

⁷ Haidar Bagir, *Risalah Cinta Dan Kebahagiaan*, Jakarta, PT. Mizan Pustaka, 2012, hlm 41

⁸ Zaenab Pontoh, M. Farid. 'Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama'. Persona, **Jurnal Psikologi Indonesia** Volume.4 No.01,2015 hlm 101-102

Kebahagiaan merupakan cita-cita setiap individu dalam menjalani proses kehidupan, namun setiap individu memiliki berbagai macam persepsi dalam memaknai kebahagiaan itu sendiri. Kenyamanan dan ketentraman merupakan ungkapan kebahagiaan yang paling dasar dirasakan oleh beberapa individu. Beberapa faktor kebahagiaan berkaitan erat dengan berzikir, yakni aktivitas spiritual menggunakan lisan maupun hati dengan niat mendekatkan diri kepada Allah Swt, mencari keberkahan, ketenangan hidup serta mengingat-Nya.⁹ Sebagaimana firman Allah Swt dalam (QS. Al-Ahzab 33: 41) :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah dengan zikir yang sebanyak-banyaknya. (QS. Al-Ahzab 33:41).

Tingkatan manusia bermacam-macam. Ada yang kebaikannya pada dirinya mendahului zikirnya kepada Allah Swt. Ada pula yang berzikir dahulu baru mendapatkan cahaya dari-Nya. Lalu ada yang cahayanya ia peroleh bersamaan dengan zikir yang ia lakukan. Tapi ada pula orang yang tak pernah berzikir dan tidak memperoleh cahaya dari-Nya.¹⁰ Dalam zikir tidak ada penghalang atau batasan yang membebani. Mereka yang selamat adalah mereka yang tidak meninggalkan dunia sama sekali, tidak menghancurkan syahwat sama sekali, dunia dibutuhkan tapi sekadar untuk bekal di akhirat, syahwat disingkirkan manakala bertentangan dengan syariat.

⁹ Mohammad Bisri, 'Pengaruh Zikir Terhadap Ketenangan Dan Kebahagiaan Manusia, Perspektif Qurani'. **Jurnal** Ulumuddin Volume.7 No.2, 2017, hlm 88

¹⁰ Syaikh Ibnu Atha'illah as-Sakandari, *Kitab Al-Hikam*, Terj. Dr. Ismail Ba'adillah, Jakarta, Khatulistiwa Press, 2012, hlm 271-272

Salah satu fungsi agama adalah merasakan ketentraman pengikutnya dalam melintasi lika-liku kehidupan dalam syariat Islam dan fungsi tersebut dapat direalisasikan melalui zikir. Zikir berfungsi sebagai sarana psikoterapi agama dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat yang mengalami tekanan dalam problematika kehidupan seperti, depresi, stres, kecewa hingga berniat mengakhiri hidup.

Pengamalan zikir semakin terlihat jelas dalam beberapa pekan ini, yang direalisasikan oleh komunitas keagamaan maupun lembaga dalam naungan pemerintah. Hebatnya, zikir tidak hanya diperintahkan dalam ibadah ringan saja seperti majelis zikir. Bahkan ia menjadi keharusan ketika nyawa dipertaruhkan dalam medan pertempuran.¹¹ Pengamalan zikir yang semakin ramai direalisasikan tentu saja berdampak positif bagi perjalanan hidup di era modernisasi saat ini. Banyak manfaat yang akan tercapai dari mengamalkan suatu zikir salah satunya adalah terwujudnya rasa ketentraman yang menjadi siraman *qalbu* bagi yang melaksanakannya.

Syariat Islam sangat menganjurkan setiap manusia senantiasa mengingat Allah Swt dengan cara berzikir dengan niat mencari keberkahan serta keridhoan dari-Nya. Dengan zikir inilah hati senantiasa lebih tentram dan menemukan kenyamanan yang seutuhnya. Dengan berzikir segala permasalahan yang sedang dialami diserahkan kepada Allah Swt yang memiliki jawaban atas persoalan hamba-hambanya. Ajaran Islam sangat peduli

¹¹ Abdullah Taslim, Sufyan Basweidan,dkk, *Misteri Kedahsyatan Dzikir Dan Doa*, Yogyakarta, Yufid Publishing, 2015, hlm 37

dan detail pada permasalahan hambanya. Sehingga persoalan yang menganut batin, ruh, jasmani semua tersusun menjadi utuh.¹²

Dipandang dari segi kesehatan jiwa, zikir sebagai psikoterapeutik amat mendalam. Karena zikir memiliki nilai spiritual yang tinggi yang dapat meningkatkan kebahagiaan, rasa percaya diri serta optimisme terhadap masa depan. Zikir menghasilkan keberkahan yang akan didapatkan bagi pengamalnya.¹³ Seorang hamba bisa mencapai tingkat maqam tertentu yang tidak dapat diperoleh oleh orang yang tidak mengamalkan zikir. Maka, sebagai hamba sebaiknya tidak lalai bahkan menyepelkan di dalam melaksanakannya.

Manusia yang memiliki pegangan yang kokoh dalam beragama biasanya menganggap problematika kehidupan memiliki berjuta-juta hikmah yang tersirat di dalamnya dan menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya serta perantara dalam menghapus dosa. Problematika-problematika itulah yang akan melunturkan kemalasan, menghidupkan cahaya-cahaya, menimbulkan empati terhadap sesama, sebagai doa yang telah dihaturkan dari hamba-hambanya merupakan bentuk rasa cinta kepada Allah Swt dan menjadikan hidup senantiasa lebih bersyukur, bersabar, bertawakal, dan introspeksi diri agar lebih mencintai akhirat, karena kehidupan dunia hanyalah senda gurau belaka dan semua hanyalah titipan yang akan dimintai pertanggungjawabannya.¹⁴

¹² Mohammad Sholeh, *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005, hlm 27

¹³ Ahmad Fatoni, *Integrasi Zikir Dan Pikir*, Lombok, Forum Pemuda Aswaja, 2020, hlm 8

¹⁴ Aidh Al-Qarni, *La Tahzan*, Terj. Samson Rahman, Jakarta, Qisthi Press, 2003, hlm 564

Berzikir kepada Allah Swt sangat dianjurkan dan dibutuhkan karena semakin majunya pengetahuan. Sebab banyak kejadian di luar nalar manusia yang bisa membuat manusia terganggu dalam hidupnya. Berzikir secara harfiah selalu mengingat dan menyebut nama Allah Swt penuh kekhusyukan. Zikir merupakan ibadah sunnah yang diperkenalkan Allah Swt dan Rasul-Nya. Dengan berzikir akan menemukan kebahagiaan dalam proses melaksanakannya. Orang yang abai tentunya akan dihantui rasa ketidakbahagiaan antara dirinya dengan penciptanya, yang tidak bisa dihilangkan kecuali dengan senantiasa berzikir kepada pencipta. Perumpamaan individu yang selalu mengingat Allah Swt dan abai kepada Allah Swt bagaikan orang yang hidup dan orang yang mati.¹⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Muslimah “padatnya aktivitas mahasiswa dalam belajar maupun berorganisasi membawa dampak stress, cemas, tertekan sehingga mengalami ketidakbahagiaan”. Penelitian ini membuktikan dengan meningkatkan ibadah spiritual dengan berzikir dapat membuat mahasiswa lebih bahagia dari sebelumnya.¹⁶

UIN Raden Fatah Palembang memiliki banyak fakultas dan program studi salah satunya ialah program studi Tasawuf dan Psikoterapi. Didirikan semenjak pada tanggal 12 Oktober 2017 melalui keputusan Menteri Agama RI. No. 5611 tahun 2017. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah ada

¹⁵ Yazid Bin Abdul Qadir Jawas, *Doa Dan Wirid Mengobati Guna-Guna Dan Sihir Menurut Al-Qur'an Dan Sunnah*, Bogor, Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2003, hlm 9

¹⁶ Jasmadi, Lailatul Muslimah, 'Hubungan Kualitas Dzikir Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Aktifis Dakwah Kampus (ADK) Unsyiah', **Jurnal Psikoislamedia** Volume. 1 Nomor 1 2016, hlm 13-16

hubungan antara zikir dengan kebahagiaan pada mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang dengan bersikap netral tidak memihak. Penelitian ini menganalisis data dengan menggunakan serangkaian instrumen penelitian, kualitas penelitian ini ditentukan oleh banyaknya responden yang terlibat dan hasil penghitungan dianggap sebagai fakta yang sudah terkonfirmasi.

Berdasarkan hasil sementara dengan salah satu mahasiswa program studi ilmu Tasawuf dan Psikoterapi angkatan tahun 2019 dengan inisial Tuan“W” setelah zikir yang telah diamalkan seperti *laillahaillah* 300x, *astaghfirullah* *adzim* 70x, *Sod* 166x, Allah 66x setiap harinya. Hidupnya merasa lebih bahagia, hatinya merasa tentram, tidak mudah marah, tidak cemas ketika menghadapi suatu masalah, serta diberi oleh Allah kelebihan-kelebihan lainnya.

Dengan demikian fenomena-fenomena yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa ibadah dengan cara berzikir sudah selayaknya memberikan nilai-nilai perubahan yang ditandai dengan adanya peningkatan kebahagiaan dan semakin menyibukan diri bersama Allah Swt. Bukti kecintaan seorang hamba kepada pencipta-Nya dibuktikan dengan selalu mengingat dengan berzikir serta membasahi bibir dengan kalimat-kalimat *tahmid*, *tasbih* maupun *tahlil* dalam setiap aspek kehidupan yang dijalani. Dengan membiasakan diri berzikir kepada Allah swt akan diangkat untuk menempati zikrul *fa'al*, yaitu menyaksikan seluruh perilaku dan tindakan sepenuhnya berasal dari hadirat-Nya. Juga sanggup menyaksikan bahwa seluruh perkara di alam semesta mutlak berada di genggamanya.

Oleh karena itu, sesuai dengan latar belakang yang telah dipaparkan, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih luas secara ilmiah terkait dengan judul **“Hubungan Zikir Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf Dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang ”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana zikir pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang
2. Bagaimana kebahagiaan pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang
3. Bagaimana hubungan zikir dengan kebahagiaan pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui zikir pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang
2. Untuk mengetahui kebahagiaan pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang
3. Untuk mengetahui hubungan zikir dengan kebahagiaan pada mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a Penelitian ini dapat dijadikan referensi keilmuan dan menambah wawasan khususnya pada bidang tasawuf dan psikoterapi yang mengkaji tentang hubungan zikir dengan kebahagiaan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi lembaga Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, melalui penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dan memberikan kontribusi dalam ranah akademis untuk peneliti selanjutnya.
- b. Bagi mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi melalui penelitian ini diharapkan agar senantiasa *istiqamah* berzikir dan tidak lalai dalam mengamalkannya.
- c. Bagi peneliti, untuk menambah wawasan keilmuan dan pengalaman sehingga bisa diamalkan di kehidupan secara nyata.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini sudah pernah dilaksanakan oleh Ayu Efitasari dalam skripsinya pada tahun 2015 dengan judul *Pengaruh Pengamalan Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek*. Sampel yang digunakan berjumlah 60 responden. Metodenya menggunakan skala likert. Korelasi penelitian ini membuktikan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara zikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul zakirin Kamulan. Dibuktikan dari perolehan besarnya presentase ketenangan jiwa sebesar 6,5%, hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan hidup dan tata tertib yang diterapkan di majlisul dzakirin kamulan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini variabel terikatnya ialah kebahagiaan dengan jumlah respondennya 60 dilaksanakan di Uin Raden Fatah Palembang.

2. Penelitian yang telah dilakukan oleh Ridha Sucinindyasputeri Dkk dalam jurnal ilmiah psikologi pada tahun 2017 dengan tema *Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Penurunan Stress Pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 8 mahasiswa magister psikologi. Lokasi penelitian di Universitas Islam Indonesia. Terdiri dari 4 orang kelompok eksperimen dan 4 orang kelompok kontrol. Metode analisis yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *paired sample T test*. Hasil yang menunjukkan tidak adanya pengaruh zikir terhadap kelompok yang diberikan intervensi dan yang tidak diberikan intervensi. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti sebelumnya variabel y nya adalah kebahagiaan, subjek yang diteliti ialah mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Raden Fatah Palembang. Sampel yang digunakan juga berbeda. Didalam penelitian ini menggunakan 60 mahasiswa.
3. Penelitian berikutnya dilakukan oleh Lailatul Rochmah Dkk dalam jurnal studi Al-Qur'an dan keislaman pada tahun 2021 dengan judul *Relasi Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Analisis Majelis Taklim Al-Khasaniyah dan Al-Kamal Mojokerto)*. Jumlah populasi dari keseluruhan majelis taklim *Al-Khasaniyah* dan *Al-Kamal* sebanyak 30 jamaah. Hasil yang didapat adanya hubungan yang signifikan antara zikir dengan ketenangan jiwa pada anggota majelis taklim *Al-Khasaniyah* dan *Al-Kamal* Mojokerto dengan nilai korelasi 0,610. Interpretasi hasil korelasi menunjukkan pada korelasi tingkat kuat. Perbedaan penelitian ini dengan sebelumnya adalah penggunaan variabelnya zikir dengan ketenangan jiwa sedangkan

penelitian ini zikir dengan kebahagiaan. subjeknya pun berbeda, penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi dengan total keseluruhan populasinya 149 mahasiswa.

4. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Sulisworo Kusdiyati Dkk dalam jurnal ilmiah pada tahun 2012 dengan judul *Hubungan Antara Intensitas Zikir Dengan Kecerdasan Emosional*. Lokasi penelitian di Bandung, objek yang dilakukan adalah siswa-siswi SMU dengan judul Hubungan Antara Intensitas Zikir Dengan Kecerdasan Emosional. Populasi yang digunakan hanya mencakup dua sekolah SMU Islam di Bandung. Hasil akhir penelitian ini menyatakan tingkat zikir dan kecerdasan emosional pada siswa-siswi rendah. Perbedaan penelitian ini adalah responden berasal dari mahasiswa sedangkan peneliti sebelumnya adalah siswa serta variabel terikatnya berbeda.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini dibuat untuk mempermudah memperoleh gambaran secara garis besar. Dan telah disusun menjadi 5 bab. Maka penulis membuat sistematika ini sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan. Dalam bab ini penulis membuat gambaran umum ke khusus dalam penyusunan judul yang di dalamnya membahas mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, keaslian penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II : Tinjauan Pustaka. Dalam bab ini penulis membuat uraian teori-teori terdahulu yang berkaitan dengan hubungan zikir dengan kebahagiaan. Hal-hal tersebut membahas mengenai pengertian zikir, aspek-aspek zikir, bentuk-bentuk zikir, manfaat zikir, pengertian kebahagiaan, aspek-aspek kebahagiaan, faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, karakteristik individu bahagia, serta hubungan antara zikir dengan kebahagiaan dan juga membahas mengenai kerangka konseptual dan hipotesis.

Bab III : Metode Penelitian. Dalam hal ini penulis membahas mengenai jenis penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel penelitian, populasi dan sampel penelitian, metode pengumpulan data menggunakan skala zikir dan skala kebahagiaan, membahas validitas dan reliabilitas, serta membahas teknik analisis data yang menggunakan uji normalitas, uji linearitas dan uji hipotesis.

Bab IV : Hasil Penelitian dan Pembahasan. Dalam hal ini penulis membahas mengenai profil tempat penelitian, struktur kepemimpinan prodi tasawuf dan psikoterapi, visi dan misi, persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, hasil penelitian serta pembahasan.

Bab V : Penutup. Disini peneliti menyimpulkan bahasan-bahasan keseluruhan dari bab-bab sebelumnya. Bab ini menawarkan temuan dan rekomendasi untuk penelitian dan rekomendasi studi ilmiah.