

**ZIKIR DAN DOA SEBAGAI TERAPI UNTUK
KETENANGAN DAN KESEHATAN JIWA
(Studi Analisis Pemikiran Prof Dr.dr.H. Dadang Hawari Dalam Buku Doa
dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana (Stara 1 Sosial S.Sos) Dalam Ilmu Dakwah Dan Komunikasi
Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam**

Oleh:

ARYANTI

NIM : 1710502004

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN FATAH PALEMBANG
1442 H / 2021 M**

NOTA PEMBIMBING

Hal : *Pengajuan Ujian Munaqosah*

Kepada Yth
Dekan Fakultas Dakwah dan
Komunikasi
UIN Raden Fatah Palembang
di-
Palembang

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Setelah kami periksa dan diadakan perbaikan-perbaikan seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi saudara Aryanti NIM 1710502004 yang berjudul “Zikir dan Doa Sebagai Terapi Untuk Ketenangan dan Kesehatan Jiwa : Studi Analisis Pemikiran Prof Dr.dr.H. Dadang Hawari dalam Buku Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis. Telah dapat diajukan dalam sidang Munaqosah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

Demikian, Terima Kasih

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Palembang, 3- Mei - 2020

Pembimbing I



Dr. Nurseri Hasnah Nasution, M.Ag
NIP. 197804142002122004

Pembimbing II



Emi Puspita Dewi, M. Si
NIDN. 2020078803

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : ARYANTI
Nim : 1710502004
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : **ZIKIR DAN DOA SEBAGAI TERAPI UNTUK KETENANGAN
DAN KESEHATAN JIWA (Studi Analisis Pemikiran Prof
Dr.dr.H. Dadang Hawari Dalam Buku Doa dan Zikir Sebagai
Pelengkap Terapi Medis)**

Telah dimunaqasahkan dalam sidang terbuka Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN
Raden Fatah Palembang pada:

Hari/Tanggal : Rabu / 23 Juni 2021

Tempa : Daring (Video Call Meeting)

Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program
Strata I (S1) pada jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan
Komunikasi.

Palembang, Juni 2021
**Dekan, Fakultas Dakwah dan
Komunikasi.**

**Dr.Achmad Syarifuddin,MA
NIP : 19731110200031003**

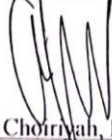
TIM PENGUJI

Ketua



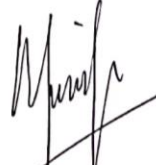
Dr. Suryati, M.Pd
NIP. 197209212006042002

Penguji I



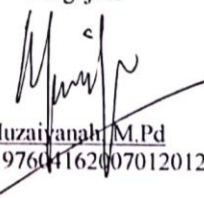
Dra. Choiriyah, M.Hum
NIP. 196202111991032001

Sekretaris



Muzaiyanah, M.Pd
NIP. 197604162007012012

Penguji II



Muzaiyanah, M.Pd
NIP. 197604162007012012

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Aryanti
Tempat, Tanggal, Lahir : Palembang, 01 Desember 1999
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Zikir dan Doa Sebagai Terapi Untuk Ketenangan dan Kesehatan Jiwa : Studi Analisis Pemikiran Prof Dr.dr.H. Dadang Hawari dalam Buku Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis.

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Seluruh data, informasi, interpretasi, pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam skripsi ini kecuali yang disebut sumbernya merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengelolaan, serta pemikiran saya dengan pengarah pembimbing yang ditetapkan.
2. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik fakultas dakwah dan komunikasi UIN Raden Fatah Palembang maupun di perguruan tinggi lainnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan tidak benaran dalam pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar akademik yang saya peroleh melalui pengajuan skripsi.

Palembang, 29 April 2021



Aryanti
NIM. 1710502004

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِنُظْمِنَ قُلُوبِكُمْ بِهِ ۗ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ

“ Dan Allah tidak menjadikan pemberian bala bantuan itu melainkan sebagai khabar gembira bagi (kemenangan) mu, dan agar tenteram hatimu karenanya. Dan kemenanganmu itu hanyalah dari Allah Yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana”. (QS. Ali’Imran [3] :126)

Persembahan

Kepada kedua orang tua saya yang paling saya cintai dan sayangi, ibundaku Asmawati dan ayahandaku Hairul dan keluargaku yang senantiasa memberikan dukungan, do’a dengan ketulusan hatinya, serta pengorbanan yang tidak bisa saya ukur selama hidup saya.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillah Robbil'Alamin, segala puji dan syukur selalu penulis haturkan atas berkat dan rahmat kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, karunia, dan kenikmatan yang tiada batas kepada peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) ini hingga selesai, shalawat dan salam tiada hentinya tak lupa pula peneliti selalu curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarganya, sahabat dan pengikutnya.

Skripsi ini penulis selesaikan dalam rangka sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S.Sos), Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mengakui masih banyak kekurangan dan keterbatasan, atas pertolongan dari Allah SWT, serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat merampungkan skripsi ini. Karena itu tidak berlebihan jika dalam kesempatan ini menyampaikan ucapan terimah kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang Ibu Prof.Dr. Nyayu Khodijah, S.Ag.,M.A yang telah memberikan izin dan kesempatan peneliti kepada saya untuk menimba ilmu di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Bapak Dr.Achmad Syarifudin,MA dan Penasehat Akademik Ibu Neni Noviza,M.Pd sebagai yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada saya di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
3. Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Ibu Manah Rasmanah, M.Si dan Sekretaris Program studi Ibu Dr. Suryati, M.Pd yang telah

memberikan bimbingan dan arahan kepada saya selama menjalani masa perkuliahan di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

4. Pembimbing utama Ibu Dr. Nurseri Hasnah Nasution, M.Ag, dan pembimbing kedua Ibu Emi Puspita Dewi, M.Si. yang telah banyak meluangkan waktu, dan pemikiran dalam membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen beserta Staf Pegawai Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang telah memberikan ilmu pengetahuannya dan memberikan kelancaran dalam penyelesaian skripsi dan studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
6. Terimakasih kepada orang yang paling saya cintai dan sayangi Ibundaku Asmawati dan Ayahandaku Hairul yang senantiasa memberikan dukungan, do'a dengan ketulusan hatinya, serta pengorbanan yang tak bisa saya ukur selama hidup saya, semua ini berkat dari dukungan mereka hingga tercapailah skripsi ini.
7. Terimakasih kepada saudara saya yang tersayang Bilal dan Abdurrohman Sayuti yang senantiasa selalu memberikan semangat dan dukungan dalam keberhasilan ini.
8. Terimakasih teman-teman seperjuangan kelas BPI-A 2017 yang telah kebersamai baik suka maupun duka selama menempuh perkuliahan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

Penulis ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu-persatu. Sebagai manusia biasa, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidaklah sempurna. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan yang ada pada penulis. Penulis juga mengucapkan maaf yang sebesar-besarnya apabila ada kesalahan dan kekhilafan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat penulis harapkan demi kesempurnaan penulisan. Semoga

skripsi ini menjadi amal sholeh kita. Semoga diterima oleh Allah SWT sebagai bekal diakhirat kelak. Amin Ya Robbal Alamin.

Palembang, 03-Mei-2021
Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'ARYANTI', written in a cursive style.

ARYANTI
Nim: 1710502004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
NOTA PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	viii
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	8
E. Sistematika Penulisan	9
BAB II TINJAUAN TEORI	11
A. Tinjauan Pustaka	11
1. Penelitian Sebelumnya	11
2. Landasan Teori	15
a. Zikir	15
b. Doa	24
c. Ketenangan dan Kesehatan Jiwa	34
B. Kerangka Teori	46

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	49
A. Pendekatan Penelitian	49
B. Data dan Sumber Data	50
C. Teknik Pengumpulan Data	51
D. Teknik Analisis Data	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Biografi Prof.Dr.dr.H Dadang Hawari, Psikiater	56
B. Pembahasan	65
1. Konsep terapi zikir dan doa untuk ketenangan dan kesehatan jiwa menurut Prof Dr.dr.H. Dadang Hawari	65
2. Penerapan zikir dan doa sebagai terapi medis untuk ketenangan dan kesehatan jiwa menurut Prof Dr.dr.H. Dadang Hawari.....	72
BAB V PENUTUP	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN	

ABSTRAK

Berhubungan dengan semakin kompleksnya kehidupan di zaman sekarang berdampak sedikit banyaknya mengganggu terhadap ketenangan dan kesehatan jiwa untuk itu perlu ada sebuah terapi maka penelitian ini perlu dilakukan karena di dalam Alqur'an bahwasanya zikir dan doa tersebut bisa menentramkan dan memberikan kesehatan bagi jiwa untuk itulah penelitian terhadap ini perlu dilakukan. Dengan tujuan untuk mengetahui konsep doa dan zikir serta penerapannya sebagai terapi untuk ketenangan dan kesehatan jiwa menurut Dadang Hawari. Dengan variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel independen yaitu zikir dan doa serta variabel dependen yaitu ketenangan dan kesehatan jiwa. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kepustakaan (*library research*). Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan rasionalistik. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa, konsep Dadang Hawari yaitu Biology, Psychology, Sosial and Spiritual. Kemudian untuk penerapan. Dengan teknis yaitu zikir ini lebih utama dilakukan seorang diri, dengan membaca *Asma'ulhusna* dengan bentuk yang diucapkan secara lisan serta dalam hati. Dianjurkan dilakukan setiap waktu, baik dilakukan setelah selesai sholat lima waktu, sholat sunah, sore hari atau pada waktu malam hari, dilakukan dalam keadaan suci (*berwudhu*). Kemudian membaca zikir yang dianjurkan seperti membaca Tasbih (Subhanallah), Tahmid (Alhamdulillah), Tahlil (Laailaahailallaahu), Takbir (Allahu Akbar), dan Istighfar (Astaghfirullaahal 'azhiim). Selanjutnya diteruskan dengan kegiatan membaca kalimat yang berisikan permohonan kepada Allah SWT, dengan selalu mengingat nama-Nya dan sifat-Nya yaitu "*Al Asma'ul Husna 99 Sifat Allah*".

Kata kunci : Zikir dan Doa, Ketenangan, Kesehatan Jiwa