

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menghafalkan Al-Qur'an telah menjadi tradisi oleh kaum muslim sejak zaman sahabat Nabi Muhammad SAW. hingga sekarang. Dahulu pada zaman Nabi, Bangsa Arab lebih mengenal tradisi menghafal daripada menulis. Beberapa tahun setelah wafatnya Nabi Muhammad SAW., tepatnya pada khalifat Usman, proses kodifikasi Al-Qur'an dilakukan (Abdulrab Nawabuddin, 1996: 8). Motivasi sahabat Nabi untuk menghafalkan Al-Qur'an adalah untuk tetap menjaga kemurnian dari pemalsuan kitab suci Al-Qur'an, serta ingin memperoleh manfaatnya di dunia maupun di akhirat. Sampai saat ini motivasi ini tetap diwarisi oleh para kaum muslim yang menjadi Penghafal Al-Qur'an (Ilham Agus Sugianto: 2004; 31).

Seorang penghafal Al-Qur'an biasa disebut *hafidz* untuk laki-laki dan *hafidzah* untuk perempuan. Sedangkan proses menghafalnya disebut dengan *tahfidz*. Menurut Abdul Aziz Abdul Rauf (2004: 49) definisi menghafal adalah proses mengulang sesuatu, baik dengan membaca atau mendengar. Seseorang yang telah hafal Al-Qur'an secara keseluruhan di luar kepala disebut dengan *huffadzul Qur'an*. Pengumpulan Al-Qur'an dengan cara menghafal ini dilakukan pada masa awal penyiaran Agama Islam, karena pada waktu itu Al-Qur'an diturunkan melalui metode pendengaran. Pelestarian Al-Qur'an melalui hafalan ini sangat tepat dan dapat dipertanggungjawabkan, mengingat Rasulullah SAW. tergolong orang yang *ummi* (Muhammad Nur Iwan, 2001: 99).

Dalam proses menghafal Al-Qur'an seseorang penghafal Al-Qur'an tidak hanya membaca dan berusaha menghafal di luar kepala, akan tetapi juga berusaha untuk menghayati dan mentadabburi bacaan yang telah dibaca dan dihafalnya. Dalam hal ini, seorang Penghafal Al-Qur'an secara tidak langsung

akan dapat memahami dan mengambil kandungan-kandungan ayat yang dibaca. Dengan adanya proses ini, seorang Penghafal Al-Qur'an akan dapat membaca dengan lancar dan benar ayat yang telah dihafalkannya (Yuron Masduki, 2018: 201-21). Selain itu, Penghafal Al-Qur'an juga sangat berpotensi untuk mendapatkan pahala yang banyak karena seringnya membaca dan mengkaji Al-Qur'an.

Menghafal Al-Qur'an bukan merupakan suatu ketentuan hukum yang harus dilakukan oleh pemeluk Agama Islam. Oleh karena itu, menghafal Al-Qur'an tidak mempunyai syarat-syarat yang mengikat sebagai ketentuan hukum. Syarat-syarat yang harus ada dimiliki oleh seorang Penghafal Al-Qur'an adalah syarat-syarat yang berhubungan dengan naluri insaniyah semata. Antara lain syaratnya adalah seperti niat yang ikhlas, menjauhi sifat *madzmumah* (tercela), mendapat izin dari orangtua/wali atau suami, dan memperbanyak sifat *mahmudah*, terutama sifat sabar. Karena sifat sabar ini nanti yang akan membawa seseorang menjadi Penghafal Al Qur'an yang *mutqin*.

Seorang penghafal Al-Qur'an hendaknya memiliki stok kesabaran yang banyak. Kesabaran ini digunakan sebagai sarana untuk mengontrol emosional seorang Penghafal Al-Qur'an ketika mendapat musibah. Dan musibah itu sendiri kuat kaitannya dengan segala sesuatu yang membuat manusia mengalami ketakutan, kekhawatiran, hingga kecemasan. Disinilah peran sabar sangat dibutuhkan agar manusia tidak lepas kendali terhadap dirinya sendiri. Dengan mengaplikasikan konsep sabar ini, manusia dapat menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa menimbulkan masalah di kemudian hari.

Menurut Yusuf (2010) kesabaran memiliki beberapa karakteristik. Diantara karakteristik-karakteristik tersebut adalah teguh pada pendirian, konsekuen, konsisten, disiplin, tabah, memiliki daya juang, toleransi terhadap diri sendiri, mampu belajar dengan tekun, antisipasif, memiliki rencana yang

terarah. Kesabaran seseorang dapat ditinjau dengan memperhatikan salah satu karakteristik-karakteristik diatas. Karena kesabaran bukanlah berpangku tangan dan pasrah begitu saja tanpa melakukan ihtiar. Bersabar bagaikan sebuah kunci untuk bertawakkal kepada Allah SWT dan selalu bersyukur atas semua yang Dia berikan. Dengan bersabar, kita juga akan selalu berupaya untuk menyempurnakan ihtiar. Jiwa seorang yang senantiasa bersabar akan semakin kuat bersabar (Robith, 2019: 29).

Sabar mengandung nilai-nilai urgent yang digunakan untuk memecahkan masalah, terutama pada santri yang tengah dalam proses menghafalkan Al-Qur'an. Menurut Yusuf (2010: 55) nilai-nilai tersebut diantaranya adalah teguh pada pendirian, konsekuen, konsisten, disiplin, tabah, memiliki daya juang, toleransi terhadap stress, belajar dengan tekun, memiliki solusi terencana dan terarah, serta antisipasif atau peka terhadap sesuatu yang akan maupun yang tengah terjadi. Apabila nilai-nilai kesabaran ini diterapkan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka setiap masalah yang terjadi akan dapat dituntaskan dengan tepat.

Permasalahan yang timbul pada santri Penghafal Al-Qur'an terbagi menjadi dua, yaitu masalah yang timbul dari dalam diri santri itu sendiri (faktor internal) dan masalah yang timbul diluar diri santri (faktor eksternal). Faktor internal timbulnya sebuah masalah diantaranya adalah ketakutan, kegelisahan, mood yang buruk, kekecewaan, dan lain-lain, dimana dalam psikologi gangguan tersebut dengan gangguan kecemasan. Sedangkan faktor eksternal diantaranya adalah ekonomi yang kurang, memiliki masalah dengan teman, ketidakcocokan murid dengan guru, *nervous* ketika membacakan bacaan hafalan di hadapan guru, dan lain-lain. Faktor internal dan faktor eksternal ini saling berkaitan, artinya dimana ketika faktor eksternal ini terjadi maka akan mempengaruhi kondisi diri santri itu sendiri. Contohnya, ketika santri memiliki permasalahan dengan teman sebayanya maka santri akan merasakan gejolak kemarahan, kekecewaan dalam hatinya.

Sabar dalam menghadapi hal-hal yang sifatnya menyenangkan pun juga perlu dilakukan, karena tingkatan sabar itu sendiri salah satunya adalah bersabar dalam menjalankan perintah Allah (Djarwadi, 2010). Sebagai contoh, seorang santri yang tengah menghafal Al-Qur'an, ketika ia dalam tahap menghafalkan Al-Qur'an mendapat tawaran untuk dinikahi oleh laki-laki kaya raya, baik hati, dan taat. Apabila dilihat sekilas kejadian tersebut adalah sesuatu yang begitu menyenangkan karena mendapat tawaran menikah dengan pria yang taat dan kaya raya. Namun, apabila dilihat dari sisi yang lain, hal ini merupakan cobaan bagi gadis tersebut, karena tawaran tersebut terjadi ketika dirinya masih dalam tahap menghafalkan Al-Qur'an.

Menurut Abu Hamid al-Ghazali (dalam Ihya Ulumuddin juz IV:62) kata sabar bermakna menahan dan mencegah. Kesabaran merupakan sikap pencegahan jiwa untuk melakukan sesuatu. Sabar sendiri adalah digunakan untuk mendorong agama untuk mengalahkan pendorong hawa dan kemalasan. Maka kemudian, seorang penghafal Al-Qur'an harus memiliki tingkat sabar yang kuat untuk mengendalikan emosinya dalam menghadapi kecemasan yang dialami ketika menargetkan hafam Al-Qur'an dalam kurun waktu yang telah ditetapkan oleh pesantren.

Menguatkan makna tersebut telah disebutkan dalam Al-Qur'an, Allah berfirman:

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا

Artinya: “ Dan bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Tuhannya di pagi hari dan senja hari dengan menhahrap keridhaannya: dan janganlah kedua matamu berpaling dari mereka (karena) mengharapkan perhiasan dunia ini: dan janganlah kamu mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingati Kami, serta menuruti hawa nafsunya dan adalah keadaanya itu melewati batas ”. (QS. Al-Kahfi 18:28)

Pengertian dan perumpamaan sabar menurut para ulama sangatlah beragam, tetapi pada umumnya kata sabar dikaitkan dengan upaya melakukan kontrol terhadap hawa nafsu diri sendiri agar sesuai dengan kehendak. Seperti yang diungkapkan oleh satu ustadzah yang berinisial AN (31) di pondok pesantren yang saya teliti :

“ sabar iku angel-angel penak mbak, kejobo wong sing wis kulino ngrekso utowo ngempet howo nafsune, suwi-suwi yo penak tur gampang. Uwong naliko maqom sabare wis duwur, enek godaan opo wae panggah iso ngatasi gawe usaha banjur dipasrahne dateng Gusti. Amargo sabar iku tameng sing paling kuat menurut agomo.”

” sabar itu gampang-gampang sulit, kecuali untuk orang-orang yang sudah terbiasa menjaga dan menahan hawa nafsunya, lama-kelamaan akan mudah. Seseorang ketika maqam sabarnya sudah tinggi, ada godaan apa saja tetap bisa menghadapinya beserta dengan usaha, lelu kemudian dipasrahkan kepada Allah. Karena sabar adalah benteng yang paling kuat menurut agama. “

Sabar sendiri diaplikasikan oleh hampir semua orang ketika mereka tengah mengalami musibah sehingga seringkali menyebabkan ketakutan, kekhawatiran, kesedihan, yang dimana rangkaian emosional tersebut disebut dengan gangguan kecemasan. Kecemasan sendiri adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Jeffery S. Nevid, dkk 2005: 163). Senada dengan pendapat sebelumnya, Gail W. Stuart (2006: 144) ,memaparkan ansietas/ kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya.

Gunarsa dan Gunarso mengatakan bahwa kecemasan adalah rasa khawatir dan takut yang tidak jelas sebabnya. Seseorang yang mengalami kecemasan seringkali tidak dapat menyebutkan penyebabnya dengan jelas.

Inilah yang mengakibatkan seseorang mengalami kecemasan , biasanya memiliki pandangan subjektif terhadap perasaan dan peristiwa yang dialami. Menurut Alloy, kecemasan adalah perasaan takut dan ketakutan yang sangat mengenai sesuatu yang akan terjadi tentang ancaman-ancaman atau kesulitan-kesulitan yang sebenarnya samar-samar dan tidak realistis yang akan muncul di masa depan tetapi tidak jelas, dan dapat membahayakan kesejahteraan seseorang (Dewi Mawadati, Skripsi, 2017:49).

Pendapat Freud (Ahli Psikoanalisis) yang menyatakan bahwa kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangi dan berfungsi memperingatkan individu akan ada bahaya. Kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi disebut traumatik. Ahli lain, Priest berpendapat bahwa kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berfikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Calhoun dan Acocella menambahkan kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis) yang disertai dengan peningkatan reaksi kejiwaan (Dewi Mawadati, Skripsi, 2017:49).

Menurut Freud (dalam Feist & Feist, 2012: 38) membedakan kecemasan dalam tiga jenis yaitu: *Pertama*: Kecemasan neurosis, yaitu rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul di dorongan id, kecemasan neurosis bukanlah ketakutan terhadap insting-insting itu sendiri, namun ketakutan terhadap hukuman yang mungkin terjadi apabila insting itu dipuaskan. *Kedua*: Kecemasan moral, yaitu kecemasan yang berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Kecemasan moral merupakan rasa takut terhadap suara hati. Kecemasan moral juga memiliki dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mendapatkan hukuman karena melanggar norma moral dan dapat dihukum kembali. *Ketiga*: kecemasan realistik, yaitu perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup

kemungkinan bahaya itu sendiri. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yusron Masduki (Yusron Masduki. 2018. *Implikasi Psikologis Bagi Penghafal Al-qur'an*, Vol. 18, No 1) mendapati bahwa seorang Penghafal Al-Qur'an diberi kepercayaan untuk menjaga hafalan ayat yang telah dihafalkan beserta stok kesabaran yang diberikan oleh Allah SWT. hal ini dimaksudkan kesabaran ini akan menjadi benteng untuk menghadapi segala kesulitan dan rintangan dalam proses menghafalkan Al-Qur'an hingga hatam serta *mutqin*.

Berdasarkan uraian diatas peneliti merasa tertarik untuk mengungkap lebih dalam mengenai tingkat kesabaran seorang santri dalam menghadapi berbagai rintangan dan ujian dalam proses menghafal Al-Qur'an, yang dimana masalah-masalah yang terjadi memungkinkan terjadinya kecemasan bagi santri tersebut. Dalam hal ini peneliti mengambil Judul “ Pengaruh Tingkat Kesabaran Terhadap Tingkat Kecemasan Santri Penghafal Al-Qur'an”, dimana tempat penelitian bertempat di Pondok Pesantren Mamba'u Syafa'atil Qur'an Kota Blitar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah ‘Bagaimana hubungan tingkat kesabaran dan tingkat kecemasan seorang penghafal Al-Qur'an?. Untuk mempermudah pelaksanaan penelitian, permasalahan penelitian dibatasi dalam sub permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kesabaran santri penghafal Al-Qur'an ?
2. Bagaimana tingkat kecemasan santri penghafal Al-Qur'an ?
3. Adakah pengaruh tingkat kesabaran terhadap tingkat kecemasan santri penghafal Al-Qur'an ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut;

1. Untuk mengetahui tingkat kesabaran yang dimiliki santri penghafal Al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami oleh santri Penghafal Al-Qur'an.
3. Untuk mengetahui pengaruh tingkat kesabaran terhadap tingkat kecemasan pada santri Penghafal Al-Qur'an.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan tentang pengaruh tingkat kesabaran terhadap tingkat kecemasan pada penghafal Al-Qur'an.

2. Secara Praktis

- a. Bagi santri penghafal Al-Qur'an

Dengan adanya penelitian ini, para santri penghafal Al-Qur'an menjadi memahami tentang pengaruh tingkat kesabaran terhadap tingkat kecemasan yang mereka alami sehingga mengarah pada pengaplikasian sabar dalam kehidupan sehari-hari.

- b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis. Diharapkan peneliti selanjutnya bisa mengembangkan penelitian ini dan menyusun jenis instrument lain yang lebih baik lagi.

