

**PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP KETENANGAN  
JIWA DI MAJLISUL DZAKIRIN KAMULAN DURENAN  
TRENGGALEK**

**SKRIPSI**



**Oleh**

**AYU EFITA SARI**  
NIM. 3233113004

**JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
(IAIN) TULUNGAGUNG  
2015**

**PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP  
KETENANGAN JIWA DI MAJLISUL DZAKIRIN KAMULAN  
DURENAN TRENGGALEK**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung  
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan  
Program Sarjana Strata Satu Tasawuf Psikoterapi



**Oleh**

**AYU EFITA SARI**  
NIM. 3233113004

**JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
(IAIN) TULUNGAGUNG  
2015**

## MOTTO

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ فِيمَا وَقَعُوا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ  
رَبَّنَا مَا خَلَقْنَا هٰذَا بَطْلًا سُبْحٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۱۹۱

Artinya : yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka . [QS. Ali Imran (04):191]<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Semarang, CV. TOHA PUTRA, 2007), hlm. 106.

## PERSEMBAHAN

*Skripsi ini saya persembahkan kepada:*

1. Bapak (Karmanu) dan ibu (Mujiati) tercinta yang telah merawat, menjaga, membimbing, menyayangi dan memberikan kesempatan kepadaku untuk menggali ilmu pengetahuan melalui tingkat pendidikan setinggi ini. Terimakasih atas kasih sayang, dukungan moral, materil dan lain-lain yang telah engkau berikan padaku. Semoga Allah senantiasa melimpahkan kesehatan, rezeki dan umur yang panjang hingga aku dapat membahagiakan engkau. Untuk Bapak dan ibu tercinta, anakmu ingin setegar dirimu dalam menjalani kehidupan ini, anakmu ini akan selalu berusaha menjadi yang terbaik dan selalu akan membahagiakanmu sampai akhir hayat.
2. Kakak saya Muharsasi dan Heru nisa terimakasih atas dukungan, semangat dan yang utama kasih sayang yang telah kau berikan.
3. Suamiku tercinta Agung febrianto terimakasih atas dukungan, semangat dan yang utama kasih sayang dan kesabaran yang telah kau berikan. Aku akan berusaha selalu menjalani ini dan memberikan yang terbaik bagimu.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Yang selalu memberikan yang terbaik bagi mahasiswanya
5. Almamaterku tercinta IAIN Tulungagung
6. Serta semua pihak yang turut memberikan semangat dan do'a sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. atas segala karuniannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam semoga senantiasa abadi tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. dan umatnya.

Sehubungan dengan selesainya penulisan skripsi ini maka penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Maftukhin, M.Ag. selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Tulungagung.
2. Bapak Prof. H. Imam Fu'adi, M.Ag. selaku Wakil Rektor bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Institut Agama Islam Negeri Tulungagung.
3. Bapak Dr. Abad Badruzaman, Lc., M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung.
4. Bapak Dr. Muhamad Jazeri, S.Ag., M.Pd, selaku Ketua Jurusan Tasawuf Psikoterapi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung. .
5. Ibu Hj.Uswah Wardiana, M.Si, selaku pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan koreksi sehingga penelitian dapat terselesaikan.
6. Segenap Bapak/Ibu Dosen IAIN Tulungagung yang telah membimbing dan memberikan wawasannya sehingga studi ini dapat terselesaikan.
7. Kedua orang tua yang selalu memberi motivasi dalam bentuk material maupun spiritual.
8. Rekan - rekan Jurusan Tasawuf Psikoterapi yang telah memberi kontribusi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah membantu terselesaikannya penulisan skripsi ini.

Dengan penuh harap semoga jasa kebaikan mereka diterima Allah SWT. dan tercatat sebagai amal shalih. Akhirnya, karya ini penulis suguhkan kepada segenap pembaca, dengan

harapan adanya saran dan kritik yang bersifat konstruktif demi perbaikan. Semoga karya ini bermanfaat dan mendapat ridha Allah SWT.

Tulungagung, 28 Juli 2015

Penulis,

Ayu Efitasari

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Luar .....	i
Halaman Sampul Dalam .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Motto .....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xiv
Daftar Gambar .....	xv
Daftar Diagram .....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
Abstrak .....	xviii
Pedoman Transliterasi Arab-Latin .....	xxi

### **BAB I : PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Kegunaan Penelitian .....	10
E. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian .....	11
F. Definisi Operasional .....	11
G. Sistematika Skripsi .....	12

## **BAB II : LANDASAN TEORI**

### **A. Kajian Teori**

#### **1. Dzikir**

- a. Pengertian Dzikir ..... 14
- b. Bentuk – Bentuk Dzikir ..... 17
- c. Manfaat Berzikir ..... 19

#### **2. Ketenangan Jiwa**

- a. Pengertian Jiwa ..... 24
- b. Pengertian Ketenangan Jiwa ..... 25
- c. Faktor – faktor yang mempengaruhi Ketenangan Jiwa ..... 28
- d. Kriteria Ketenangan Jiwa ..... 33

#### **3. Pengaruh Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa ..... 36**

### **B. Penelitian Terdahulu ..... 37**

### **C. Kerangka Konseptual ..... 40**

### **D. Hipotesis Penelitian ..... 41**

## **BAB III : METODE PENELITIAN**

### **A. Rancangan Penelitian**

#### **1. Pendekatan Penelitian ..... 43**

#### **2. Jenis Penelitian ..... 44**

### **B. Populasi, Sampel dan Sampling Penelitian**

#### **1. Populasi ..... 45**

#### **2. Sampel ..... 45**

#### **3. Sampling Penelitian ..... 46**

C. Sumber Data, Variabel dan Skala Pengukuran	
1. Sumber Data.....	47
2. Variabel.....	47
3. Skala Pengukuran .....	49
D. Teknik Pengumpulan Data.....	50
E. Analisis Data	
1. Uji Instrumen	
a. Uji Validitas .....	54
b. Uji Reliabilitas.....	57
2. Uji Asumsi Dasar	
a. Uji Normalitas .....	59
b. Uji Homogenitas.....	60
3. Analisis Regresi Linier Sederhana .....	61
4. Uji Koefisien Determinan .....	63

## **BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian	
1. Deskripsi Data .....	64
2. Uji Instrumen.....	69
a. Uji Validitas .....	69
b. Uji Reabilitas .....	71
3. Uji Asumsi Dasar.....	74
a. Uji Normalitas .....	74
4. Regresi Linier Sederhana .....	76

**B. Rekapitulasi dan Pembahasan Hasil Penelitian**

- 1. Rekapitulasi Hasil Penelitian .....80
- 2. Pembahasan Hasil Penelitian .....81

**BAB V : PENUTUP**

- A. Kesimpulan .....84
- B. Saran - Saran .....84

**Daftar Rujukan**

**Lampiran – Lampiran**

## DAFTAR TABEL

Tabel		Hal.
3.1	Blue Print Tryout SkalaDzikir .....	48
3.2	Blue Print Tryout SkalaKetenanganJiwa .....	49
3.3	Klasifikasi dzikir .....	53
3.4	Klasifikasi ketenangan jiwa .....	53
3.5	Makna Koefisien Korelasi <i>Product Moment</i> .....	55
4.1	Berikut adalah hasil angket Dzikir .....	64
4.2	Distribusi Frekuensi Dzikir .....	66
4.3	Hasil Angket Ketenangan Jiwa .....	67
4.4	Distribusi Frekuensi Ketenangan Jiwa .....	68
4.5	Hasil uji Validitas .....	70
4.6	Uji Normalitas .....	74
4.7	Rekapitulasi Hasil Penelitian .....	79

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal.
2.1 Kerangka Konseptual .....	40

## DAFTAR DIAGRAM

Diagram		Hal.
4.1 Diagram Dzikir .....	66	
4.2 Diagram Ketenangan Jiwa .....	69	

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Angket Dzikir dan Ketenangan Jiwa
2. Hasil Angket Dzikir
3. Hasil Angket Ketenangan Jiwa
4. Hasil Uji Validitas
5. Hasil Uji Reliabilitas
6. TABEL NILAI-NILAI  $r$  PRODUCT MOMENT
7. Tabel F
8. Surat Pernyataan
9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
10. Kartu Bimbingan Skripsi
11. Daftar Riwayat Hidup
12. Foto

## ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek” ini ditulis oleh Ayu Efita Sari, NIM. 3233113004, Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah, jurusan Tasawuf Psikoterapi, IAIN Tulungagung, yang dibimbing oleh Ibu Hj. Uswah Wardiana, M.Si.

Kata Kunci: Dzikir dan ketenangan jiwa.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh munculnya individualistis, egoistis, dan materialistis mendatangkan dampak berupa kegelisahan, kecemasan, stress, dan depresi. Melihat kenyataan seperti itu yang telah mencapai puncak kenikmatan materi justru berbalik dari apa yang diharapkan, yakni mereka dihadapi rasa cemas. Beragam permasalahan tersebut sering berakibat buruk pada kesehatan mental individu yang akan berujung pada adanya gangguan mental atau kejiwaan. Dan dzikir merupakan salah satu solusi untuk mengatasi masalah tersebut.

Agar konsep dalam suatu penelitian mempunyai batasan yang jelas dalam pengoperasiannya, maka diperlukan suatu definisi operasional dari masing-masing variabel. Yaitu, Dzikir sebagai variabel bebas dan Ketenangan jiwa sebagai variabel terikat.

Penelitian membahas tentang Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan, Trenggalek. Pertanyaan utama yang ingin dijawab melalui penelitian ini adalah 1) Apakah terdapat pengaruh Dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek? 2) Berapa besar pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek?

Penelitian ini bertujuan, 1) Untuk mengetahui pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek 2) Untuk mengetahui tingkat pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek.

Penelitian ini menggunakan Penelitian kuantitatif. Penelitian ini mengambil populasi majlisul Dzakirin Kamulan Trenggalek yang berjumlah 250 orang dengan sampel 60 orang. Data dalam penelitian ini penulis dapatkan dengan menggunakan angket. Data hasil angket dianalisis dengan menggunakan rumus regresi linier, dengan bantuan program computer SPSS 16.0 for windows.

Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian dan analisa data melalui penghitungan skor angket pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa diperoleh fhitung diperoleh melalui perhitungan sebesar 4,012. Sedangkan f tabel pada taraf signifikansi 5% adalah 3,15. Hasil korelasi penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlis dzakirin Trenggalek. terbukti dari besarnya prosentase ketenangan jiwa sebesar 6,5%, hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan hidup dan tata tertib yang diterapkan di majlis Dzakirin di Kamulan Durenan Trenggalek.

## **ABSTRACT**

*Thesis entitled "The Effect Of Dhikr Against Peace Of Soul In Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek" was written by Ayu Efita Sari, NIM. 3233113004, Faculty of Usul al-Adab And Sufism Department of Dakwah, psychotherapy, IAIN Tulungagung, who guided by Mrs. Hj. Uswah Wardiana, M.Si.*

*Key term: Dhikr and Peace Of Soul.*

*The research was distributed by the emergence of the individualistic and materialistic, egotistical, have a substantial impact in the form of restlessness, anxiety, stress, and depression. See reality as that which has reached the top of the pleasure of the material thus turned from what is expected, i.e. those confronting anxiety. The wide variety of these problems often result in bad on the mental health of the individual that will culminate in the presence of a mental disorder or psychological abuse. And Dhikr is one solution to overcome the problem.*

*The research discusses the influence of Dhikr Against peace of mind In Dzakirin Kamulan Majelis. The main questions that would like to be answered through research is 1) is there any influence of Dhikr against peace of mind in Dzakirin Kamulan Majelis? 2) how can the influence of Dhikr against Peace Of Soul Dzakirin Kamulan Majelis?*

*This research using quantitative research. This research takes a population Dzakirin Kamulan Majelis Trenggalek totalling 250 people with a sample of 60 people. The data in this study the authors get by using question form. The data were analyzed by using question form the results of formulas of linear regression, with the help of computer program SPSS 16.0 for windows.*

*Based on data obtained in the research and data analysis through the calculation score now influence peace of mind against Dhikr retrieved  $f_{hitung}$  obtained through calculation of 4,012. While  $f_{tabel}$  at 5% significance level is 3.15. Correlation of results of this research show that there were significant effects against the peace of the soul's remembrance of the majlis dzakirin Trenggalek. as evidenced by the percentage of Peace Of Soul magnitude 6.5%, it is certainly influenced by the environmental factors and the code of conduct are applied in the Council of dzakirin.*

## الملخص

وكتب أطروحة بعنوان "تأثير الذكر ضد راحة البال في ماجليسولذاكيرين كامولان" آيو افيتا ساري، نيم. ٣٢٣٢١١٣٠٠٤، "كلية أصول الأدب والتصوف قسم الدعوة، العلاج النفسي، و"إيان تولونغونغ"، الذي قاد بآلام أوسواه وارديانى،، المحستر.

الكلمات الرئيسية: التذكر والسلام من الروح.

البحث الذي تم توزيعه من قبل ظهور للفردية والمادية، ومغرور، ويكون لها تأثير كبير في شكل الأرق، والقلق والتوتر، والاكنتاب. رؤية الواقع الذي وصل إلى الأعلى من المتعة من هذه المواد ومن ثم تحولت من ما هو متوقع، أي تلك التي تواجه القلق. كثيرا ما تؤدي مجموعة واسعة من هذه المشاكل السيئة على الصحة العقلية للفرد التي ستتوج بحضور اضطراب عقلي أو الإيذاء النفسي. والذكر هو أحد الحلول للتغلب مصلح.

يناقش هذا البحث تأثير "الذكر ضد" راحة البال في دزاكيرين كامولان ماجليسول. المسائل الرئيسية التي تود أن تكون الإجابة عليها من خلال البحوث هو (١) هل هناك أي تأثير للذكر ضد راحة البال في دزاكيرين كامولان ماجليسول؟ (٢) كيف يمكن لتأثير الذكر ضد الروح كيتينجان دزاكيرين كامولان ماجليسول؟

ويهدف هذا البحث إلى اكتشاف، (١) تأثير الذكر ضد راحة البال في دزاكيرين كامولان ماجليسول. (٢) لمعرفة تأثير الذكر ضد راحة البال في ماجليسول كامولان دزاكيرين. هذا البحث باستخدام البحث الكمي. يأخذ هذا البحث عدد سكان كامولان دزاكيرين ماجليسول ترينجاليك بلغ مجموعها ٢٥٠ شخصا بعينه من ٦٠ شخصا. البيانات الواردة في هذه الدراسة الحصول على الكتاب باستخدام نموذج السؤال. تم تحليل البيانات باستخدام نموذج مسألة نتائج الصيغ للانحدار الخطي، مع مساعدة البرنامج الحاسوبي.

استناداً إلى البيانات المتحصل عليها في تحليل البيانات والبحوث من خلال نقاط الحساب الآن السلام تأثير العقل ضد الذكر استرجاع فهيتونج التي تم الحصول عليها من خلال حساب ٤, ٠١٢. في حين فتايل في مستوى الأهمية ٣٠٥. إظهار العلاقة بين نتائج هذا البحث أنه كانت هناك آثار هامة ضد السلام لإحياء ذكرى الروح دزاكيرين المجلس ترينجاليك. كما يتضح من النسبة المئوية للروح كيتينجان قوته ٦,٥٠%، التأكيد أنه يتأثر بالعوامل البيئية، ويتم تطبيق مدونة قواعد السلوك في مجلس دزاكيرين.

# LEMBAR PENGESAHAN

## PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA DI MAJLISUL DZAKIRIN KAMULAN DURENAN TRENGGALEK

SKRIPSI

Disusun oleh

**AYU EFITA SARI**  
NIM. 3233113004

telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 7 Agustus 2015  
dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk  
memperoleh gelar strata satu Sarjana Ushuluddin (S.Ud)

**Dewan Penguji**

**Tanda Tangan**

**Ketua/Penguji:**

**Hj. Uswah Wardiana, M. Si**  
NIP. 19700209 199903 2 001

.....

**Penguji Utama:**

**Achmad Sauqi, M.Pd.I**  
NIP. 19691216 200003 1 002

.....

**Sekretaris/Penguji:**

**Lilik Rofiqoh, S.Hum. MA.**  
NIP. 19810721 201101 2 010

.....

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
IAIN Tulungagung

**Dr. Abad Badruzaman, Lc., M. Ag**  
NIP. 19730804 200012 1 002

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

### I. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	Tidak dilambangkan	ط	t
ب	B	ظ	z
ت	T	ع	'
ث	ṡ	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	ḥ	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	ẓ	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	S	ء	'
ص	ṣ	ي	Y
ض	ḍ	ة	H

### II. Vokal

Vokal Tunggal		Vokal Panjang	
اَ	A	اَ	Ā
اُ	U	اُ	Ū
اِ	I	اِ	Ī

### III. Vokal Pendek

Transliterasi kata sandang ال baik untuk *syamsiah* maupun *qamariah* penulisannya disamakan, misalnya:

الغزالي : ditulis al-Ghazālī

الشافعي : ditulis al-syāfī

## PERNYATAAN KEASLIAN

Nama : Ayu efita Sari  
NIM : 3233113004  
Jurusan : Tasawuf Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan atau gubahan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya tersebut.

Tulungagung, 19 Agustus 2015

Yang Membuat Pernyataan

**Ayu Efitasari**  
**NIM: 3233113004**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dalam era modern saat ini yang erat dengan persaingan hidup, munculnya sifat *individualistis, egoistis, dan materialistis* mendatangkan dampak berupa *kegelisahan, kecemasan, stress, dan depresi*. Melihat kenyataan seperti itu yang telah mencapai puncak kenikmatan materi justru berbalik dari apa yang diharapkan, yakni mereka dihadapi rasa cemas. Beragam permasalahan tersebut sering berakibat buruk pada kesehatan mental individu yang akan berujung pada adanya gangguan mental atau kejiwaan.<sup>1</sup>

Finkelor mengemukakan bahwa semakin maju masyarakat, semakin banyak *kompleksitas* hidup yang dijalaninya, maka semakin sukarlah orang mencapai ketenangan hidup. Kebutuhan hidup yang meningkat serta kesenjangan sosial menimbulkan ketegangan emosi yang menuntut seseorang mencari ketenangan dan penyelesaian persoalan kehidupan. Semua orang akan mencari ketenangan hidup, sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan dan kecemasan.<sup>2</sup>

Manusia diciptakan sebagai makhluk material yang memiliki kecenderungan suka kepada materi yang bersifat kefanaan, sekaligus makhluk

---

<sup>1</sup> Haryanto, S. *Psikologi Shalat :Kajian Aspek-aspek Psikologis Ibadah Shalat*. (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2002), hlm. 19

<sup>2</sup> Dorothy C. Finkelor, *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda, Kebencian, Kecintaan Dan Ketakutan Kita*, (Yogyakarta: Zenit Publister, 2004.). hlm. 3-4

yang spiritual, yang cenderung kepada memenuhi kebutuhan rohani sehingga tidak heran jika manusia dalam perkembangan hidupnya dipengaruhi oleh kedua sisi ini. Para sufi berpendapat bahwa manusia dalam perkembangan hidupnya banyak dipengaruhi oleh kebendaan atau materi. Standar kebahagiaan dan kenikmatan diukur dengan kekayaan yang melimpah dan kelezatan jasmaniah yang sifatnya sementara dan tidak merasa puas, hal semacam itu menjadikan kehidupan yang hampa dan kosong. Juga mengakibatkan kemiskinan kerohanian (spiritual), karenanya manusia dalam hidupnya tidak seimbang. Dengan adanya krisis rohaniah (spiritual) tersebut, muncul beberapa orang muslim yang berusaha untuk mengatasinya, mereka adalah orang-orang yang dalam hidupnya berusaha menyeimbangkan antara kebutuhan jasmani dan rohani. Tujuan hidup orang Islam adalah beribadah kepada Allah SWT yang berarti memusatkan penyembahan kepada Allah SWT semata, dengan menjalani dan mengatur segala segi dan aspek kehidupan di dunia ini, baik lahir maupun batin sesuai dengan kehendak Allah SWT, baik sebagai orang perseorangan dalam hubungannya dengan khaliq ataupun sebagai anggota masyarakat dalam hubungannya dengan sesama manusia mereka harus senantiasa beribadah.

Ketenangan jiwa adalah sumber bagi kebahagiaan. Seseorang individu tidak akan mengalami perasaan yang bahagia ketika jiwanya tidak tenang atau gelisah. Hakikat perjalanan hidup yang kita jalani, semakin kita melangkah banyak masalah yang datang dan pergi.

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 berzikir adalah hati akan menjadi tenang, pikiranpun akan jernih. Dengan begitu segala sesuatu yang dilakukan akan menjadi baik, khususnya dalam akhlak seseorang.

Agama Islam mengajarkan keharusan keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat dalam arti bahwa dunia dan akhirat keduanya haruslah sama-sama diperjuangkan. Untuk mencapai keseimbangan hidup maka orang perlu memperhatikan tidak saja kebutuhan lahiriyah (jasad) tapi juga kebutuhan rohaniyah (spiritual). Sebagai orang muslim dalam memenuhi kebutuhan rohani melalui beberapa cara di antaranya beribadah. Salah satu terminologi yang dikenal dalam tasawuf untuk konteks itu disebut tarekat.

Hendaklah diketahui bahwa martabat keadaan rohani yang tertinggi bagi manusia dalam kehidupan di dunia ini adalah bahwa manusia mendapatkan ketenteraman beserta Tuhan, dan segala kepuasan, kegembiraan, dan kelezatan baginya hanya berada dihadapan Tuhan. Dzikir merupakan salah satu cara olah batin untuk melepaskan atau menjauhkan diri dari segala keruwetan dan gangguan lahir, batin, ataupun segala sesuatu yang mengganggu pikiran seperti kebisingan, keramaian, atau berbagai angan-angan dalam pikiran. Jadi tidaklah mengherankan kalau Allah SWT menganjurkan untuk selalu berdzikir.

Beberapa fenomena yang muncul tersebut sudah seharusnya disikapi secara bijak, mengingat dampak yang akan ditimbulkannya terhadap gangguan

mental atau kejiwaan. Salah satu peran agama adalah memberikan kenyamanan penganutnya dalam mengarungi samudra kehidupan, dalam ajaran Islam peran tersebut dapat diimplementasikan dalam bentuk dzikir. Dzikir dalam hal ini dimaksudkan sebagai salah satu sarana untuk terapi agama terhadap berbagai kondisi kehidupan masyarakat yang banyak mengalami kegoncangan hidupnya, seperti : frustrasi, kecewa, bahkan melakukan perbuatan nekat untuk bunuh diri. Pelaksanaan Dzikir ini semakin terlihat semarak dalam akhir-akhir ini, baik yang dilaksanakan oleh organisasi sosial keagamaan maupun institusi pemerintahan. Fenomena Dzikir yang semakin semarak saat ini tentu saja memiliki dampak positif bagi kehidupan masyarakat yang dikuasai oleh ilmu pengetahuan dan dampak modernisasi. Salah satu manfaat yang dapat diperoleh dari pelaksanaan dzikir tersebut adalah tercapainya rasa tenang dan tenteram bagi pengamalnya.

Moh. Sholeh menjelaskan bahwa ajaran Islam menganjurkan agar manusia selalu berdzikir kepada Allah, karena dengan dzikir hati akan menjadi tenang dan damai (*Tathmainnul Qulb*). Dengan metode berdzikir atau bermeditasi, segala persoalan-persoalan duniawi disandarkan kepada Allah dzat yang mengatasi segalanya. Begitu sempurnanya ajaran Islam, tak satupun persoalan yang terlewatkan dalam kitab al-Qur'an, sehingga urusan jiwa atau ruh, *qalb*, terapi hati serta berbagai aspek-aspek kehidupan semua tersusun dalam kesatuan yang kompleks.<sup>3</sup> Firman Allah SWT dalam al-Qur'an surat ar-Ra'd, 27 dan 28:

---

<sup>3</sup> Moh. Sholeh, *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005). Hlm 27.

وَيَقُولُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلَا نُزِّلَ عَلَيْهِ آيَةٌ مِنْ رَبِّهِ قُلْ إِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ

مَنْ أَنَابَ (٢٧) الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(٢٨)

*Orang-orang kafir berkata: "Mengapa tidak diturunkan kepadanya (Muhammad) tanda (mukjizat) dari Tuhannya?" Katakanlah: "Sesungguhnya Allah menyesatkan siapa yang Dia kehendaki dan menunjuki orang-orang yang bertaubat kepada-Nya", (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.(QS. Ar-Ra'd [13]: 27-28)*

Ayat ini memberikan solusi yang signifikan bagi keberlangsungan hidup manusia yang *hegemonis* dan kompleks, sekaligus sebagai alternatif bagi persoalan manusia di dunia dan di akhirat sudah diatur di dalamnya. AlQur'an dan As-Sunnah sebagai pedoman hidup umat manusia adalah bentuk konkrit ajaran yang mengarahkan pola hidup manusia agar tidak melakukan penyimpangan dan demoralisasi tatanan hidup yang berujung pada suasana yang tidak stabil dalam diri manusia.

ثَلَاثَةٌ أَشْيَاءُ تُفْرِجُ الْعُصَصَ ؛ ذَكَرَ اللَّهِ تَعَلَّى وَوَلَقَا أَوْلِيَاءَهُ وَكَلَامُ الْحُكَمَاءِ

*“Tiga perkara yang dapat menghilangkan kegundahan (pikiran stres) yaitu dzikir (mengingat) kepada Allah SWT, silaturahmi kepada para wali dan memperhatikan perkataan para Ulama”<sup>4</sup>*

<sup>4</sup> Syeikh Nawawi Ibn Umar al jawi, *Nasho-ihul 'ibad* (Nasehat Bagi Sang Hamba), ter. Abu Mujadidul Islam Mafa, (Surabaya: Gita Media Press,2008) hlm. 54

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ حَاتِمٍ الْمُكْتَبِيُّ حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ ثَابِتٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ ثَابِتٍ بْنُ ثَوْبَانَ قَالَ سَمِعْتُ عَطَاءَ بْنَ قُرَّةٍ قَالَ سَمِعْتُ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ ضَمْرَةَ قَالَ سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ يُقُولُ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ أَلَا إِنَّ الدُّنْيَا مَلْعُونَةٌ مَلْعُونٌ مَا فِيهَا إِلَّا ذِكْرُ اللَّهِ وَمَا وَالَاهُ وَعَاِمٌ أَوْ مُتَعَلِّمٌ

(TIRMIDZI - 2244) : *Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Hatim Al Muktib telah menceritakan kepada kami 'Ali bin Tsabit telah menceritakan kepada kami Abdurrahman bin Tsabit bin Tsauban berkata: Aku telah mendengar 'Atho` bin Qurroh berkata: aku telah mendengar 'Abdullah bin Dlamrah berkata: aku telah mendengar Abu Hurairah berkata: aku mendengar Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa salam bersabda: " Ketahuilah sesungguhnya dunia itu terlaknat dan segala isinya pun juga terlaknat, kecuali dzikir kepada Allah dan apa yang berkaitan dengannya, dan orang yang alim atau orang yang belajar (Kegiatan pendidikan)."* (HR. Imam Nasa'i)<sup>5</sup>

Dalam hadits tersebut diterangkan bahwa tidak ada yang lebih penting didunia ini selain orang yang yang senantiasa mengingat Tuhan dan orang yang berbuat demi kemajuan ilmu pengetahuan yakni kegiatan belajar mengajar.

Dzikir merupakan cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT agar batin mendapatkan ketenangan dan kedamaian hidup di dunia dan akhirat. Dzikir juga sebagai teknik untuk mengembangkan potensi iman yang memberi nilai positif dalam kehidupan. Sehingga dzikir yang dilakukan dengan konsentrasi penuh penghayatan akan tertanam jiwa yang damai dan tenang, maka dengan demikian *dzakirin* akan merasakan kedamaian pada jiwanya untuk senantiasa sadar akan perilaku yang sesuai dengan ajaran-ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi SAW dan mengaharapkan ridho-Nya untuk senantiasa hidup dijalan kebenaran.

---

<sup>5</sup> *Ibid.*, hlm. 185.

Islam mengajarkan kita untuk berdzikir kepada Allah SWT, karena dzikir dapat memberikan kontribusi yang besar dan dapat mengandung tiga gerakan, yaitu badan (*al-riyadiyah*), hati (*al-qalbiyah*), dan jiwa (*al-nafsiyah*), melaksanakan dzikir dengan khusuk, ikhlas dan penuh pengharapan ridho Allah SWT maka hal tersebut akan membiasakan hati selalu dekat kepada Allah SWT, dzikir juga mengandung dimensi *dzikrullah* yang memiliki dampak psikologis dalam jiwa seseorang. Karena dengan mengingat Allah SWT maka alam kesadaran manusia akan merasakan kehadiran Allah SWT. Untuk sampai kepada jiwa yang tenang seperti yang dirumuskan di atas, maka dzikir memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia, karena dzikir merupakan suatu kebutuhan psikis manusia yang merindukan ketenangan dan kebahagiaan, disamping itu juga dapat memberikan bimbingan jiwa manusia untuk memotivasi berbuat baik dengan mencegahnya dari perbuatan dosa, menghidupkan hati sanubari dan meningkatkan jiwa agar jangan lalai dan lupa, dapat mensucikan jiwa, mengobati dan mencegah jiwa dari gangguan dan penyakit hati.

Dengan berdzikir kita dapat terbimbing dan memberikan motivasi hidup agar mendapatkan kebahagiaan dan ketenangan jiwa yang diharapkan memiliki kekuatan iman dan taqwa kepada Allah, dzikir dapat mengatasi problema yang sedang dihadapinya. Hal ini sesuai dengan fungsi bimbingan yang ditawarkan Islam untuk membantu manusia agar dapat menggunakan potensi ikhtiarnya, untuk menciptakan manusia yang bertaqwa sebagai salah satu upaya *preventif*, *kuratif* dan *developmental* yang mengotori jiwa manusia

dalam kehidupan, manusia mampu untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Dengan demikian maka sangat memungkinkan bagi manusia untuk bersikap dan berperilaku yang baik agar jiwanya dalam menghadapi berbagai persoalan yang mengitarinya dapat terselesaikan dengan sendirinya, apabila dzikir dilakukan dengan khusuk maka jiwa merasakan adanya pengaruh yang manusia belum pernah merasakannya, dzikir yang dilakukan dengan penuh khidmat akan timbul dalam jiwa seorang dzakirin kedamaian yang diharapkan demi tercapainya kebahagiaan dan ketenangan pada dirinya dapat membantu menghilangkan rasa sedih, stress, frustasi, putus asa, khawatir, dan takut adalah beberapa gejala jiwa yang berat. Dzikir merupakan cara pelegaian batin yang dapat mengembalikan kedamaian pada dirinya sehingga persoalan-persoalan tersebut dapat terselesaikan dengan mendekati diri kepada Allah SWT.

Untuk mendapatkan ketenteraman hati itu dengan cara mengingat Allah, dan mengingat Allah ini dengan melakukan suatu dzikir. Dalam penelitian ini, dzikir dilakukan dalam suatu tarekat, yang di dalamnya terdapat suatu bimbingan dan konseling Islam. Proses Bimbingan dan Konseling Islam di sini yang menjadi pembimbing adalah seorang guru tarekat dan yang dibimbing adalah muridnya atau anggota tarekat secara individu maupun kelompok yaitu melalui ibadah yang dinamakan pengamalan dzikir, karena dalam kehidupan itu banyak sekali masalah-masalah yang muncul dan itu menjadikan kehidupan yang tidak tenteram, dengan dzikir ini dimaksudkan agar kita hidup di dunia ini

memperoleh ketenangan jiwa sehingga akan tercapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Jika orang tersebut mengamalkan dzikir dengan sungguh-sungguh atau dengan khusuk maka dia akan mendapatkan ketenangan jiwa yang sebenarnya karena dengan kekhusukan itu maka orang yang melakukan dzikir itu tidak akan terangsang oleh kejadian yang ada di sekitarnya dan pada saat dzikir perhatian seseorang dipusatkan pada obyek dzikir, sehingga memang semakin lama dia dzikir makin tidak merasakan rangsangan yang ada di sekitarnya, dia hanya ingat pada Allah semata dan jika orang tersebut jarang berdzikir atau dzikir tapi tidak khusuk maka dia akan sulit memperoleh ketenangan jiwa yang benar-benar tenang. Menyadari akan kenyataan inilah yang mendorong penulis untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Pengamalan Dzikir terhadap Ketenangan Jiwa di Majelisul Dzakin Kamulan Durenan Trenggalek”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh pengamalan Dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majlisul Dzakirin Kamulan durenan Trenggalek?
2. **Bagaimanakah** pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek.
2. Untuk mengetahui pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis dan pihak-pihak yang berkaitan. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk memperluas dunia ilmu tasawuf dan ilmu psikoterapi.

## 2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak:

1. Bagi Siswa, Sebagai bahan informasi dalam usaha untuk melakukan peningkatan dan menenangkan jiwa seseorang.
2. Bagi Masyarakat sebagai alternatif cara untuk menenangkan jiwa orang.
3. Bagi majlis sebagai tolak ukur keberhasilan dzikir bagi ketenangan jiwa dan sebagai tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah.
4. Bagi Peneliti, menambah wawasan dan pengetahuan penulis sehingga dapat mengembangkannya dengan lebih luas baik secara teoritis maupun praktis.

## **E. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian**

Agar penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, maka penelitian ini hanya membahas permasalahan tentang Pengaruh Dzikir terhadap ketenangan jiwa dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin di IAIN Tulungagung.

## **F. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah penegasan arti variabel yang dinyatakan dengan cara tertentu untuk mengukurnya.<sup>6</sup> Definisi operasional ini untuk menghindari kesalah pahaman mengenai data yang akan dikumpulkan dan menghindari kesesatan dalam menentukan alat pengumpul data.

---

<sup>6</sup>Kerlinger. *Azaz-azaz Penelitian Behavioral*, terj. Ansung R Simatupang. (Yogyakarta: UGM Press, 1990), hlm. 50

Agar konsep dalam suatu penelitian mempunyai batasan yang jelas dalam pengoperasiannya, maka diperlukan suatu definisi operasional dari masing-masing variabel.

Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel adalah:

1. Dzikir sebagai variabel bebas
2. Ketenangan jiwa sebagai variabel terikat

### **G. Sistematika Skripsi**

Adapun sistematika Skripsi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **BAB I : PENDAHULUAN**

Bab ini merupakan gambaran dari isi keseluruhan skripsi yang meliputi: a) Latar belakang b) Rumusan masalah, c) Tujuan penelitian, d) Kegunaan penelitian, e) Ruang lingkup dan keterbatasan penelitian, f) Definisi operasional, g) Sistematika skripsi.

#### **BAB II : LANDASAN TEORI**

Dalam bab ini memuat: a) Kajian teori, b) Penelitian terdahulu, c) Kerangka konseptual, d) Hipotesis penelitian

#### **BAB III : METODE PENELITIAN**

Metode penelitian, memuat: a) Pendekatan dan Jenis Penelitian, b) Populasi, Sampling dan Sampel Penelitian, c) Sumber data Variabel dan Skala pengukurannya, d) Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen penelitian, e) Analisis Data.

#### **BAB IV : LAPORAN HASIL PENELITIAN**

Dalam bab ini memuat; a) Penyajian data hasil analisis data, b)  
Rekapitulasi dan Pembahasan hasil Penelitian

#### BAB V : PENUTUP

Penutup memuat; a) Kesimpulan, b) Saran dan saran.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teori

##### 1. Dzikir

###### a. Pengertian Dzikir

Secara *etimologi* Dzikir berasal dari kata *dzakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.<sup>1</sup>

Menurut Chodjim dzikir berasal dari kata *dzakara* yang berarti mengingat, mengisi atau menuangi, artinya, bagi orang yang berdzikir berarti mencoba mengisi dan menuangi pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci.<sup>2</sup>

Dalam kamus tasawuf yang ditulis oleh Solihin dan Rosihin Anwar menjelaskan dzikir merupakan kata yang digunakan untuk menunjuk setiap bentuk pemusatan pikiran kepada Tuhan, dzikirpun merupakan prinsip awal untuk seseorang yang berjalan menuju Tuhan (*suluk*).<sup>3</sup>

Secara *terminologi* dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat

---

<sup>1</sup> Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hlm. 11.

<sup>2</sup> Ahmad Chodjim, *Alfatihah, Membuka Matahari Dengan Surat Pembuka*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2003), hlm. 181.

<sup>3</sup> Solihin dan Rosihon Anwar, *Kamus Tasawuf*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2002), hlm. 36.

Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.<sup>4</sup>

Spencer Trimingham dalam Anshori memberikan pengertian dzikir sebagai ingatan atau latihan spiritual yang bertujuan untuk menyatakan kehadiran Tuhan seraya membayangkan wujudnya atau suatu metode yang dipergunakan untuk mencapai konsentrasi spiritual dengan menyebut nama Tuhan secara ritmis dan berulang-ulang.<sup>5</sup>

Menurut Bastaman dzikir adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir semua bentuk ibadah dan perbuatan seperti *tasbih*, *tahmid*, shalat, membaca al-Qur'an, berdoa, melakukan perbuatan baik dan menghindarkan diri dari kejahatan.<sup>6</sup>

Menurut Askat Dzikir adalah segala sesuatu atau tindakan dalam rangka mengingat Allah SWT, mengagungkan asma-Nya dengan lafal-lafal tertentu, baik yang dilafalkan dengan lisan atau hanya diucapkan dalam hati saja yang dapat dilakukan di mana saja tidak terbatas pada ruang dan waktu. Said Ibnu Djubair dan para ulama lainnya menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan dzikir itu adalah semua ketaatan yang diniatkan karena Allah SWT, hal ini berarti tidak terbatas masalah *tasbih*, *tahlil*, *tahmid* dan *takbir*, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.<sup>7</sup>

---

<sup>4</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak*, ( Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1987), hlm. 187.

<sup>5</sup> Afif Anshori, *Dzikir dan Kedamaian Jiwa*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 17.

<sup>6</sup> Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. III, 2001), hlm. 158.

<sup>7</sup> Abu Wardah Bin Askat, *Wasiat Dzikir dan Doa Rasulullah SAW*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2000), hlm. 6.

Sementara Alkalabadzi dalam Anshori memberikan pengertian bahwa dzikir yang sesungguhnya adalah melupakan semuanya, kecuali yang Esa. Hasan al-Bana seorang tokoh Ikhwanul muslimin dari Mesir, menyatakan bahwa semua apa saja yang mendekatkan diri kepada Allah dan semua ingatan yang menjadikan diri dekat dengan Tuhan adalah dzikir. Dari pengertian tadi agaknya dzikir baru merupakan bentuk komunikasi sepihak antara mahluk dan Khalik saja, tetapi lebih dari itu dzikir Allah bersifat aktif dan kreatif, karena komunikasi tersebut bukan hanya sepihak melainkan bersifat timbal balik. Seperti yang dikatakan oleh al- Ghazali: *dzikrullah berarti ingatnya seseorang bahwa Allah mengamati seluruh tindakan dan pikirannya*. Jadi dzikir Allah bukan sekedar mengingat suatu peristiwa, namun mengingat Allah dengan sepenuh keyakinan akan kebesaran Tuhan dengan segala sifat-Nya serta menyadari bahwa dirinya berada dalam pengawasan Allah, seraya menyebut nama Allah dalam hati dan lisan.<sup>8</sup>

Jadi dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya, hal ini berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.

---

<sup>8</sup> Afif Anshori, *Dzikir dan Kedamaian Jiwa*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 19-20.

## b. Bentuk-Bentuk Dzikir

Dzikir merupakan pengalaman ruhani yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati. Ibnu Ata', seorang sufi yang menulis al-Hikam (Kata-Kata Hikmah) membagi zikir atas tiga bagian: zikir *jali* (zikir jelas, nyata), zikir *khafi* (zikir samar-samar) dan zikir *haqiqi* (zikir sebenar-benarnya)<sup>9</sup>.

### a. Zikir *Jali*

Ialah suatu perbuatan mengingat Allah swt. dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur dan doa kepada Allah swt. yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Mula-mula zikir ini diucapkan secara lisan, mungkin tanpa dibarengi ingatan hati. Hal ini biasanya dilakukan orang awam (orang kebanyakan). Hal ini dimaksudkan untuk mendorong agar hatinya hadir menyertai ucapan lisan itu.

### b. Zikir *Khafi*

Adalah zikir yang dilakukan secara khusyuk oleh ingatan hati, baik disertai zikir lisan ataupun tidak. Orang yang sudah mampu melakukan zikir seperti ini merasa dalam hatinya senantiasa memiliki hubungan dengan Allah swt. Ia selalu merasakan kehadiran Allah swt. kapan dan dimana saja. Dalam dunia sufi terdapat ungkapan bahwa seorang sufi, ketika melihat suatu benda apa saja, bukan melihat benda itu, tetapi melihat Allah swt. Artinya, benda itu

---

<sup>9</sup>Ensiklopedi Islam, jilid 6(Jakarta: PT Ichtiar Baru van Houve,...) hlm., 332.

bukanlah Allah swt., tetapi pandangan hatinya jauh menembus melampaui pandangan matanya tersebut. ia tidak hanya melihat benda itu akan tetapi juga menyadari akan adanya Khalik yang menciptakan benda itu.

c. *Zikir Haqiqi*

Yaitu zikir yang dilakukan dengan seluruh jiwa raga, lahiriah dan batiniah, kapan dan dimana saja, dengan memperketat upaya memelihara seluruh jiwa raga dari larangan Allah swt. dan mengerjakan apa yang diperintahkan-Nya. Selain itu tiada yang diingat selain Allah swt. Untuk mencapai tingkatan zikir *haqiqi* ini perlu dijalani latihan mulai dari tingkat zikir *jali* dan zikir *khafi*.

Adapun bacaan-bacaan yang dianjurkan dalam dzikir lisan menurut Hawari adalah sebagai berikut:<sup>10</sup>

- 1) Membaca *tasbih (subhanallah)* yang mempunyai arti Maha Suci Allah.
- 2) Membaca *tahmid (alhamdulillah)* yang bermakna segala puji bagi Allah.
- 3) Membaca *tahlil (la illaha illallah)* yang bermakna tiada Tuhan selain Allah.
- 4) Membaca *takbir (Allahu akbar)* yang berarti Allah Maha Besar.
- 5) Membaca *Hauqalah (la haula wala quwwata illa billah)* yang bermakna tiada daya upaya dan kekuatan kecuali Allah.

---

<sup>10</sup> Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Bumiaksara,2008), hlm. 14.

- 6) *Hasballah: Hasbiallahu wani'mal wakil* yang berarti cukuplah Allah dan sebaik-baiknya pelindung.
- 7) *Istighfar : Astaghfirullahal adzim* yang bermakna saya memohon ampun kepada Allah yang maha agung.
- 8) Membaca lafadz *baqiyatussalihah: subhanallah wal hamdulillah wala illaha illallah Allahu akbar* yang bermakna maha suci Allah dan segala puji bagi Allah dan tiada Tuhan selain Allah dan Allah Maha Besar.

### c. Manfaat Berzikir

Seseorang yang berdzikir akan merasakan beberapa manfaat, selain merasakan ketenangan batin, juga terdapat manfaat-manfaat yang lain, yaitu:<sup>11</sup>

- 1) Dzikir merupakan ketetapan dan syarat kewalian. Artinya, para kekasih Allah itu biasanya selalu istikamah dalam berdzikir kepada Allah. Sebaliknya, siapa yang lupa atau berhenti dari dzikirnya, ia telah melepaskannya dari derajat mulia itu.
- 2) Dzikir merupakan kunci dari ibadah-ibadah yang lain. Dalam dzikir terkandung kunci pembuka rahasia-rahasia ibadah yang lainnya. Hal itu diakui oleh Sayyid Ali Al-Mursifi bahwa tidak ada jalan lain untuk merawat atau membersihkan hati para

---

<sup>11</sup> Wahab, *Menjadi Kekasih Tuhan*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 1997), hlm. 87-92

muridnya kecuali terus menerus melakukan dzikir kepada Allah.

- 3) Dzikir merupakan syarat atau perantara untuk masuk hadirat Ilahi. Allah adalah Zat Yang Mahasuci sehingga Dia tidak dapat didekati kecuali oleh orang-orang yang suci pula.
- 4) Dzikir akan membuka dinding hati (*hijab*) dan menciptakan keikhlasan hati yang sempurna. Menurut para ulama salaf, terbukanya *hijab (kasyaf)* ada dua macam : *kasyaf hissi* (terbukanya pandangan karena penglihatan mata) dan *kasyaf khayali* (terbukanya tabir hati sehingga mampu mengetahui kondisi diluar alam indrawi).
- 5) Menurunkan rahmat Allah, sebagaimana sabda Rasulullah SAW, “*Orang-orang yang duduk untuk berdzikir, malaikat mengitari mereka, Allah melimpahkan rahmat-Nya, dan Allah juga menyebut (membanggakan) mereka kepada malaikat di sekitarnya.*”
- 6) Menghilangkan kesusahan hati. Kesusahan itu terjadi karena lupa kepada Allah.
- 7) Melunakkan hati, sebagaimana yang dijelaskan oleh Al- Hakim Abu Muhammad At-Turmudzi “dzikir kepada Allah dapat membasahi hati dan melunakkannya. Sebaliknya, jika hati kosong dari dzikir, ia akan menjadi panas oleh dorongan nafsu dan api syahwat sehingga hatinya menjadi kering dan keras.

Anggota badannya sulit (menolak) untuk diajak taat kepada Allah.” Selain itu dzikir juga dapat menghilangkan berbagai macam penyakit hati, seperti sombong, ria, ujub, dan suka menipu.

- 8) Memutuskan ajakan maksiyat setan dan menghentikan gelora syahwat nafsu.
- 9) Dzikir bisa menolak bencana. Dzun Nun Al-Mishri, tokoh sufi kenamaan, pernah mengatakan, “siapa yang berdzikir, Allah senantiasa menjaganya dari segala sesuatu.” Bahkan, diantara para ulama salaf ada yang berpendapat bahwa bencana itu jika bertemu dengan orang-orang yang berdzikir, akan menyimpang. Jadi, dzikir merupakan tempat terbesar bagi para hamba, tempat mereka mengambil bekal dan tempat kemana ia senantiasa kembali. Allah telah menciptakan ukuran dan waktu bagi setiap ritual (peribadatan), tetapi ia tidak menciptakannya untuk dzikir. Dia menyuruh hambanya untuk berdzikir sebanyak-banyaknya.

Menurut Anshori dzikir bermanfaat mengontrol perilaku. Pengaruh yang ditimbulkan secara konstan, akan mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang melupakan dzikir atau lupa kepada Tuhan, terkadang tanpa sadar dapat

berbuat maksiat, namun mana kala ingat kepada Tuhan kesadaran akan dirinya sebagai hamba Tuhan akan muncul kembali.<sup>12</sup>

Dzikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat dzikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur antara lain:<sup>13</sup>

1) Dzikir memantapkan iman

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia.

2) Dzikir dapat menghindarkan dari bahaya

Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As berdoa: *la ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadh dhalimin* (tiada Tuhan selain engkau, maha suci engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang *dhalim*) (al- Anbiya':27). Dengan doa dan dzikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

3) Dzikir sebagai terapi jiwa

Islam sebagai agama *rahmatan lil alamin* menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai *ilahiah* dalam batin

---

<sup>12</sup>Afif Anshori, Dzikir dan Kedamaian Jiwa, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 33.

<sup>13</sup>Amin Syukur dan Fathimah Utsman, *Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*, (Semarang: CV. Bima Sakti, 2006), hlm. 36.

seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh doa dan dzikir, dapat di pandang sebagai *malja'* (tempat berlindung) ditengah badai kehidupan modern' disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir fungsional, akan mendatangkan manfaat, antara lain mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati dan sebagainya.

#### 4) Dzikir menumbuhkan energi akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral, akibat dari berbagai rangsangan dari luar, khususnya melalui *mass media*. Pada saat seperti ini dzikir yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. Dzikir tidak hanya dzikir substansial, namun dzikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (*ma'rifat*) dan mengingat (dzikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifatsifat- Nya , kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif, karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

Jadi dzikir sangat bermanfaat bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, memberi semangat untuk melakukan kegiatan yang baik, bisa sebagai terapi jiwa, dapat menghindarkan dari bahaya, dan memantapkan iman seorang.

## 2. Ketenangan Jiwa

### a. Pengertian Jiwa

Secara bahasa jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa atau alat untuk berfikir.<sup>14</sup> Sedang dalam bahasa Arab sering disebut dengan “*an nafs*”. Imam Ghazali mengatakan bahwa jiwa adalah manusia-manusia dengan hakikat kejiwaannya. Itulah pribadi dan zat kejiwaannya.<sup>15</sup> Sedangkan menurut para filosof pengikut plotinus (para filosof Yunani), sebagaimana yang dikutip oleh Abbas Mahmud Al Aqqad dalam *Manusia Diungkap Dalam Al Qur'an*, bahwa jiwa menurut mereka adalah sinonim dengan gerak hidup / kekuatan yang membuat anggota-anggota badan menjadi hidup yakni kekuatan yang berlainan fisik material, dapat tumbuh beranak, dan berkembangbiak tingkat kemauannya lebih besar dari pada benda tanpa nyawa dan lebih kecil daripada roh, jiwa tidak dapat dipindah dari tempat ia berada.

Kemudian dilihat dari kacamata psikologi, menurut Wasty Soemanto, jiwa adalah kekuatan dalam diri yang menjadi penggerak bagi jasad dan tingkah laku manusia, jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong tingkah laku. Demikian dekatnya fungsi jiwa dengan tingkah laku, maka berfungsinya jiwa dapat diamati dari tingkah laku yang nampak.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1991), hlm. 3.

<sup>15</sup> Imam Ghazali, *Keajaiban Hati*, (terj.) Nur Hicmah, *Dari Ajaib Al Qalb*, (Jakarta: Tirta Mas, 1984), hlm. 3.

<sup>16</sup> Wasty Soemanto, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988), hlm. 15.

Dari sejumlah pemaparan di atas dapat diambil pemahaman bahwa jiwa adalah merupakan unsur kehidupan, daya rohaniyah yang abstrak yang berfungsi sebagai penggerak manusia dan menjadi simbol kesempurnaan manusia. Karena manusia yang tidak memiliki jiwa tidak dapat dikatakan manusia yang sempurna.

Jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong pada tingkah laku yang tampak. Karena cara-cara kerja jiwa hanya dapat diamati melalui tingkah laku yang nyata. Adapun pengertian jiwa di sini meliputi seluruh aspek rohani yang dimiliki oleh manusia, antara lain : hati, akal, pikiran dan perasaan.

#### **b. Pengertian Ketenangan Jiwa**

Ketenangan jiwa merupakan istilah psikologi yang terdiri atas dua kata yaitu jiwa dan ketenangan. Ketenangan itu sendiri berasal dari kata tenang yang mendapat tambahan ke-an. Tenang berarti diam tidak berubah-ubah (diam tidak bergerak), tidak gelisah, tidak susah, tidak gugup betapapun keadaan gawat, tidak ribut, tidak tergesa-gesa.<sup>17</sup>

Sedangkan jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa atau alat berfikir. Sedang dalam bahasa disebut an-Nafs.<sup>18</sup> Imam Ghazali, seorang tasawuf mengatakan bahwa jiwa adalah suatu yang halus dari manusia, yang mengetahui dan merasa. Jiwa diibaratkan

---

<sup>17</sup> Departemen Agama RI, *Mushaf Al-Qur'an Terjemahan*, (Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2002), hlm. 80-100.

<sup>18</sup> Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*. (Jakarta: PT Grafindo Pustaka Utama, 1991), hlm. 3.

dengan raja. Ketika raja itu berlaku adil, maka adillah semua kekuatan yang ada dalam tubuh manusia.<sup>19</sup>

Dilihat dari kaca mata psikologis, menurut Westy Suewanto jiwa adalah kekuatan dalam diri yang menjadi penggerak bagi jasad dan tingkah laku manusia. Jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong tingkah laku. Demikian dekatnya fungsi jiwa dengan tingkah laku, maka fungsi jiwa dapat diamati dari tingkah laku yang nampak.<sup>20</sup>

Jiwa adalah seluruh kehidupan batin manusia yang menjadi unsur *kehidupan*, daya rohaniah yang abstrak yang berfungsi sebagai penggerak manusia dan menjadi simbol kesempurnaan manusia (yang terjadi dari hati, perasaan, pikiran dan angan-angan). Kata ketenangan jiwa juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri, dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan serta dengan lingkungan di mana ia hidup. Sehingga orang dapat menguasai faktor dalam hidupnya dan menghindarkan tekanan-tekanan perasaan yang membawa kepada frustrasi.<sup>21</sup>

Jiwa yang tenang (*muthmainnah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari prilaku, sikap dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan

---

<sup>19</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qolbi* Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. (Jakarta: Tirta Mas. 1984), hlm. 3.

<sup>20</sup> Westy Soewanto, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988), hlm. 15.

<sup>21</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, cet. 9, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), hlm. 11-12.

dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru untuk bersikap apriori dan berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi.<sup>22</sup>

Jadi ketenangan jiwa atau kesehatan mental adalah kesehatan jiwa, kesejahteraan jiwa, atau kesehatan mental. Karena orang yang jiwanya tenang, tenteram berarti orang tersebut mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi *jiwanya* atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikitpun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

Hal tersebut sesuai dengan pandangan Zakiah Daradjat bahwa kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara faktor jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.<sup>23</sup>

Kartini Kartono mengatakan, bahwa mental *hygiene* memiliki tema sentral yaitu bagaimana cara orang memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh macam-macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa dalam

---

<sup>22</sup> Bakran Adz-Dzaky, HM. Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Jogyakarta: PT. Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm. 458.

<sup>23</sup> *Ibid.*, hlm. 13.

pengertian tidak terganggu oleh macam-macam ketegangan, ketakutan serta konflik.<sup>24</sup>

Dari beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa orang yang sehat mentalnya atau *tenang* jiwanya adalah orang yang memiliki keseimbangan dan keharmonisan di dalam fungsi-fungsi jiwanya, memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, dapat menerima sekaligus menghadapi realita yang ada, mampu memecahkan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian serta dapat menyesuaikan diri (beradaptasi) dengan lingkungannya.

Jadi orang yang tenang jiwanya adalah orang yang fungsi-fungsi jiwanya dapat berjalan secara harmonis dan serasi sehingga memunculkan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, sebab kepribadian yang terintegrasi dengan baik dapat dengan mudah memulihkan macam-macam ketegangan dan konflik-konflik batin secara spontan dan otomatis, dan mengatur pemecahannya menurut prioritas dan hierarkinya, sehingga dengan mudah akan mendapat kan keseimbangan batin, dan jiwanya ada dalam keadaan tenang seimbang.

### **c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa**

Menurut imam Ghazali jiwa yang tenang ialah jiwa yang diwarnai dengan sifat-sifat yang menyebabkan selamat dan bahagia. Di antaranya adalah sifat-sifat syukur, sabar, taklut siksa, cinta Tuhan, rela akan hukum Tuhan, mengharapkan pahala dan memperhitungkan

---

<sup>24</sup>Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), hlm 4.

amal perbuatan dirinya selama hidup, dan lain-lain. Sifat-sifat yang menyebabkan selamat.<sup>25</sup>

Menurut Zakiah Daradjat dan Kartini Kartono ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa di mana orang yang ingin mencapai ketenangan jiwa harus memenuhi beberapa faktor tersebut antara lain:

a. Faktor agama

Agama adalah kebutuhan jiwa (psikis) manusia, yang akan mengatur dan mengendalikan sikap, kelakuan dan cara menghadapi tiap-tiap masalah.<sup>26</sup>

Demikian juga dalam agama ada larangan yang harus dihindari, karena di dalamnya terdapat dampak negatif dari kehidupan manusia. Orang yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT secara benar, di dalam hatinya tidak akan diliputi rasa takut dan gelisah. Ia merasa yakin bahwa keimanan dan ketaqwannya itu akan membawa kelegaan dan ketenangan batinnya.

Pelaksanaan agama (ibadah) dalam kehidupan sehari-hari dapat membentengi orang dari rasa gelisah dan takut. Diantara dari berbagai macam ibadah yang ada yaitu shalat secara psikologis semakin banyak shalat dan menggantungkan harapan kepada Allah SWT maka akan tenteramlah hati, karena dalam shalat itu sendiri mengandung psiko-religius (kekuatan rohaniah) yang dapat

---

<sup>25</sup> Imam Al Ghazali, *Ihya Ulumuddin...*, hlm. 123.

<sup>26</sup> Zakiah Daradjat, *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. cet. IV, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), hlm. 52.

membangkitkan rasa percaya diri dan rasa optimisme sehingga memiliki semangat untuk masa depan. Daripada itu tujuan utama dari shalat adalah ingin beraudiensi, mendekatkan diri dengan Allah supaya terciptalah kebahagiaan dan ketenangan hidupnya.

b. Terpenuhinya Kebutuhan Manusia

Ketenangan dalam hati dapat dirasakan apabila kebutuhan-kebutuhan manusia baik yang bersifat fisik maupun psikis terpenuhi. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akan mengakibatkan kegelisahan dalam jiwa yang akan berdampak pada terganggunya ketenangan hidup.

Menurut Kartini Kartono kebutuhan-kebutuhan yang harus terpenuhi oleh manusia adalah:<sup>27</sup>

- 1) Terpenuhinya kebutuhan pokok, hal ini karena setiap manusia pasti memiliki dorongan-dorongan akan kebutuhan pokok. Dorongan-dorongan akan kebutuhan pokok tersebut menuntut pemenuhan, sehingga jiwa mwnjadi tenang dan akan menurunkan ketegangan-ketegangan jiwa jika kebutuhan tersebut terpenuhi.
- 2) Tercapainya kepuasan, setiap orang pasti menginginkan kepuasan, baik yang berupa jasmaniah maupun yang bersifat psikis, seperti kenyang, aman terlindungi, ingin puas dalam

---

<sup>27</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andary, *Hygiene Mental...*, hlm. 29-30.

hubungan seksnya, ingin mendapat simpati dan diakui harkatnya. Pendeknya ingin puas di segala bidang.

- 3) Posisi status sosial, setiap individu selalu berusaha mencari posisi sosial dalam lingkungannya. Tiap manusia membutuhkan cinta kasih dan simpati. Sebab cinta kasih dan simpati menumbuhkan rasa diri aman, berani optimis, percaya diri.<sup>28</sup>

Menurut Zakiah Daradjat ada enam kebutuhan jiwa di mana jika tidak terpenuhi akan mengalami ketegangan jiwa. Kebutuhan jiwa tersebut adalah:<sup>29</sup>

- 1) Rasa kasih sayang

Rasa kasih sayang merupakan kebutuhan jiwa yang penting bagi manusia oleh karenanya apabila rasa kasih sayang itu tidak didapatnya dari orang-orang disekelilingnya maka akan berdampak pada keguncangan jiwanya. Tetapi bagi orang yang percaya kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Penyayang maka kehilangan kasih sayang dari manusia tidak menjadikan jiwa gersang.

- 2) Rasa Aman

Rasa aman juga kebutuhan jiwa yang tidak kalah pentingnya. Orang yang terancam, baik jiwanya, hartanya, kedudukannya ia akan gelisah yang berujung pada stres.

---

<sup>28</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andary, *Hygiene Mental...*, hlm. 29-30.

<sup>29</sup> Zakiah Daradjat, *Kebahagiaan*, (Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhama, 1990), hlm. 33-35.

Apabila ia dekat dengan Allah SWT tentu rasa aman akan selalu melindungi dirinya.

3) Rasa harga diri

Rasa harga diri juga merupakan kebutuhan jiwa manusia, yang jika tidak terpenuhi akan berakibat penderitaan. Banyak orang merasa diremehkan, dilecehkan dan tidak dihargai dalam masyarakat terutama dalam hal harta, pangkat keturunan, dan lain sebagainya itu tentu perlu dipenuhi. Namun sebenarnya hakekat itu terletak pada iman dan amal soleh seseorang

4) Rasa bebas

Rasa ingin bebas termasuk kebutuhan jiwa yang pokok pula. Setiap orang ingin mengungkapkan perasaannya dengan cara yang dirasa menyenangkan bagi dirinya. Namun semua itu tentunya ada batas dan aturan yang harus diikutinya agar orang lain tidak terganggu haknya. Kebebasan yang sesungguhnya hanya terdapat dalam hubungan kita dengan Allah SWT.

5) Rasa sukses

Rasa sukses yang merupakan salah satu kebutuhan jiwa. Kegagalan akan membawa kekecewaan bahkan menghilangkan kepercayaan seseorang kepada dirinya. Islam mengajarkan agar orang tidak putus asa. Tidak tercapainya suatu keinginan belum tentu berarti tidak baik. Bahkan

kegagalan itu akan lebih baik kalau manusia mengetahui sebab serta dapat mengambil hikmah dari kegagalan itu.

6) Rasa ingin tahu

Rasa ingin tahu juga termasuk kebutuhan jiwa yang pokok yang jika terpenuhi akan berdampak pada tingkah laku. Orang akan merasa sengsara apabila tidak mendapatkan informasi atas ilmu yang dicarinya. Namun tidak semua ilmu itu dapat diketahuinya karena keterbatasan yang ada pada dirinya.

Jadi agar seorang bisa mencapai ketenangan jiwa maka harus memenuhi beberapa faktor yaitu: faktor agama, terpenuhinya kebutuhan manusia (meliputi kebutuhan pokok, kebutuhan kepuasan, kebutuhan social, rasa kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan rasa ingin tahu)

**d. Kriteria Ketenangan Jiwa**

1) Sabar

“Secara etnologi, sabar berarti teguh hati tanpa mengeluh di jumpa bencana. Menurut pengertian Islam, sabar ialah tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah. Sabar itu membentuk jiwa manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah).<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Asmaran As, *Pengantar Studi Akhlak*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), hlm. 228.

Kebahagiaan, keuntungan, keselamatan, hanya dapat dicapai dengan usaha secara tekun terus menerus dengan penuh kesabaran, keteguhan hati, sebab sabar adalah azas untuk melakukan segala usaha, tiang untuk realisasi segala cita-cita.

Sabar bukan berarti menyerah tanpa syarat, tetapi sabar adalah terus berusaha dengan hati yang tetap, berikhlas, sampai cita-cita dapat berhasil dan dikala menerima cobaan dari Allah SWT, wajiblah ridha dan hati yang ikhlas.<sup>31</sup>

## 2) Optimis

Sikap optimis dapat digambarkan sebagai cahaya dalam kegelapan dan memperluas wawasan berfikir. Dengan optimisme, cinta akan kebaikan tumbuh di dalam diri manusia, dan menumbuhkan perkembangan baru dalam pandangannya tentang kehidupan.

Tidak ada satu penyebabpun yang mampu mengurangi jumlah problem dalam kehidupan manusia seperti yang diperankan optimisme. Ciri-ciri kebahagiaan itu lebih tampak pada wajah-wajah orang yang optimis tidak saja dalam hal kepuasan tetapi juga seluruh kehidupan baik dalam situasi positif maupun negatif. Disetiap saat sinar kebahagiaan menerangi jiwa orang yang optimisme.<sup>32</sup>

## 3) Merasa dekat dengan Allah

---

<sup>31</sup> Barmawie Umary, *Materi Akhlak*, (Solo: Ramadhani, 1995), hlm. 52.

<sup>32</sup> Hamzah Ya'kub, *Etika Islam*, (Bandung: CV Diponegoro, 1996), hlm. 142.

Orang yang tentram jiwanya akan merasa dekat dengan Allah dan akan selalu merasa pengawasan Allah SWT. dengan demikian akan hati-hati dalam bertindak dan menentukan langkahnya. Ia akan berusaha untuk menjalankan apa yang diperintahkan Allah dan akan menjauhi segala yang tidak diridhai Allah. “Kesadaran manusia akan melekat eksistensinya oleh tangan Tuhan akan memekarkan kepercayaan dan harapan bisa hidup bahagia sejahtera juga memiliki rasa keseimbangan dan keselarasan lahir dan batin.”<sup>33</sup>

Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tentram hidupnya karena ia akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya. “Tanpa kesadaran akan relasi dengan Tuhan maka akan menimbulkan ketakutan dan kesedihan dan rasa tidak aman (tidak terjamin yang kronis serta kegoncangan jiwa”.<sup>34</sup>

Jadi seorang bisa dikatakan jiwanya tenang jika seorang tersebut menunjukkan perilaku atau sikap yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku atau sikap tersebut adalah sabar, optimis dan merasa dekat dengan Allah

---

<sup>33</sup> Kartini Kartono, Jenny Andary, *Hygiene Mental...*, hlm. 289.

<sup>34</sup> *Ibid.*, hlm. 288.

### 3. Pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa

Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologi matang yang dicapai oleh orang-orang beriman setelah mereka mencapai tingkat keyakinan yang tinggi. Sementara keyakinan tidak datang dengan sendirinya. Ia harus dicapai dengan melaksanakan dzikir. Allah berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram". (Ar-Ra'ad:28)

Dari ayat diatas dapat diketahui bahwa dengan mengingat Allah yaitu dengan berdzikir maka hati seorang akan menjadi tentram.

Bagaimana dzikir dapat membawa pengaruh pada ketenangan jiwa, dalam perspektif psikologi dapat dijelaskan dengan beberapa teori, antara lain teori hipnosis. Subandi dalam Bukhori, menyatakan bahwa dalam pandangan teori hipnosis, dzikir dapat dipandang sebagai bentuk *self-hypnosis*, karena pada saat dzikir perhatian seseorang dipusatkan pada objek dzikir, sehingga semakin lama dia makin tidak merasakan rangsangan yang ada di sekitarnya. Dengan demikian, dalam kondisi sebagaimana tersebut, seseorang akan memperoleh ketenangan.<sup>35</sup>

Prinsip pokok dalam dzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang,

---

<sup>35</sup> Baidu Bukhori, *Dzikir...*, hlm. 27

menyebabkan dzakirin akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah.<sup>36</sup> Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada dzat Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun.<sup>37</sup>

Jadi dengan berdzikir seorang akan ingat kepada Allah dan merasa setiap langkahnya akan selalu ditemani oleh Allah, sehingga seorang jiwanya akan merasa tenang.

## **B. Penelitian Terdahulu**

Berdasarkan judul penelitian ini, terdapat beberapa kajian yang telah dilakukan oleh peneliti lain yang relevan dengan penelitian ini. Oleh karena itu di bawah ini akan dikemukakan beberapa kajian yang pernah dilakukan oleh peneliti lain sebagai berikut :

Pertama, Penelitian yang ditulis oleh Bahjah pada tahun 2001 dengan judul “Dzikir Kolektif sebagai Metode Dakwah serta Pengaruh Terhadap Pengikutnya (Studi Kasus Kegiatan Dzikir di Majelis *Zikir Asmawiyah* Menurut Sistem Thariqat Qadiriyyah Naqsyabandiyah).” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar manfaat dzikir kolektif sebagai

---

<sup>36</sup> Bastaman, *Integrasi Psikologi...*, hlm. 161

<sup>37</sup> *Ibid.*, hlm. 161

metode dakwah bagi pengikutnya dan untuk mengetahui pengaruh dzikir bagi kehidupan sehari-hari pengikutnya. Dzikir kolektif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dzikir yang dilakukan secara bersama-sama, berkumpul dalam satu majlis, menyebut-nyebut kalimat Allah berulang-ulang memohon ampunan dan keridhoannya. Kegiatan dzikir yang dilakukan di majlis dzikir *Asmawiyah* dengan pimpinan Buya Panji Sukma menggunakan sistem Thariqah *Qodiriyah Naqsyabandiyah*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa selain kehadiran majlis dzikir ini diharapkan dapat memberikan pengaruh bagi pengikutnya dan ternyata hal itu dapat dirasakan sangat positif oleh pengikutnya.<sup>38</sup>

Kedua, Penelitian yang ditulis oleh Agus Riyadi pada tahun 2005 dengan judul “Konsep Dzikir Menurut Al-Qur’an Sebagai Terapi Mental Penderita *Psikoneurotik*” (Studi Analisis Bimbingan Konseling Islam) . Inti dari penelitian ini berangkat dari fenomena sosial masyarakat yang sedang mengalami perubahan-perubahan sosial yang cepat serta komunikasi tanpa batas pada kehidupan di era modern. Dimana kehidupan hanya *berorientasi pada materialistik, sekuleristik, rasionalistik* dengan kemajuan iptek yang tidak bisa terbendung lagi. Kondisi ini ternyata tidak selamanya memberikan kesejahteraan, tetapi justru menjadi malapetaka bagi masyarakat luas. Dari sinilah muncul *psikoneurotik* (gangguan kejiwaan) termasuk didalamnya

---

<sup>38</sup>Bahjah, *Dzikir Kolektif sebagai Metode Dakwah serta Pengaruh Terhadap Pengikutnya (Studi Kasus Kegiatan Dzikir di Majelis Zikir Asmawiyah Menurut Sistem Thariqat Qadariyah Naqsyabandiyah)*, (Semarang: LABDA Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2001)

adalah kecemasan. Peneliti menawarkan terapi dzikir menurut Al-Qur'an sebagai alternatif untuk mengatasinya.<sup>39</sup>

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Millatina pada tahun 2008 dengan judul "Dzikir dan pengendalian stres Jama'ah Pengajian *Ma'rifatullah* Lembkota Semarang, Analisis Bimbingan dan Konseling Islam". Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana dzikir dan pengendalian stres Jama'ah Pengajian *Ma'rifatullah* Lembkota Semarang ditinjau dari Bimbingan Konseling Islam. Inti dari penelitian ini adalah dzikir yang diterapkan dalam menanggulangi stres menggunakan metode dzikir khafi yaitu dengan cara mengingat Allah dalam hati sambil menghayati keagungan-Nya. Selanjutnya dzikir dengan membaca *al-Fatihah, an-Nas, al-Falaq, al-Insyirah dan al-Ikhlash*, kemudian membaca *hauqalah* sebanyak 10 kali dan *istighfar* sebanyak 33 kali, serta mengenal sifat-sifat Allah yang tercantum dalam asmaul husna, kemudian jama'ah dianjurkan untuk berdzikir secara perbuatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti menawarkan Metode dzikir tersebut untuk membantu jama'ah yang mengalami stres agar dapat mengendalikan tekanan-tekanan yang dihadapinya.<sup>40</sup>

Keempat, Penelitian yang dilakukan oleh Mohammad Taufikin yang berjudul "Pengaruh Dzikir Al Asmaa Ul-Husna terhadap perilaku keagamaan siswa-siswi Panti Asuhan Wira Adi Karya Ungaran", penelitian ini bertujuan

---

<sup>39</sup>Agus Riyadi, *Konsep Dzikir Menurut Al-Qur'an Sebagai Terapi Mental Penderita Psikoneurotik*, (Studi Analisis Bimbingan Konseling Islam). (LABDA Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2005).

<sup>40</sup>Millatina, *Dzikir dan pengendalian stres Jama'ah Pengajian Ma'rifatullah Lembkota Semarang, Analisis Bimbingan dan Konseling Islam*, (Semarang: IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2008).

untuk mengetahui secara mendalam tentang pelaksanaan kegiatan Dzikir *Al Asmaa Ul-Husna* dan apakah ada pengaruh yang ditimbulkan dalam pelaksanaan Dzikir *Al Asmaa Ul-Husna* terhadap perilaku keagamaan siswa-siswi Panti Asuhan Wira Adi Karya Ungaran.<sup>41</sup>

Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang adalah penelitian yang dilakukan peneliti dilakukan di lokasi yang berbeda dengan peneliti terdahulu, jamaah yang diteliti berbeda dari jamaah penelitian terdahulu.

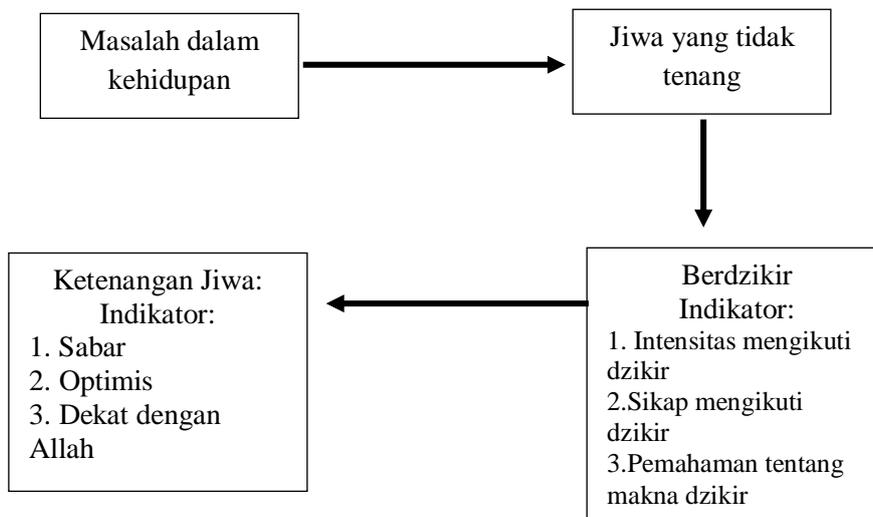
### C. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan, peneliti akan menggambarkan hubungan konseptual antara dzikir dengan ketenangan jiwa. Berikut peneliti melukiskan melalui skema gambar supaya lebih jelas.

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual pengaruh dikir terhadap ketenangan jiwa

---

<sup>41</sup>Mohammad Taufikin, *Pengaruh Dzikir Al Asmaa Ul-Husna terhadap perilaku keagamaan siswa-siswi Panti Asuhan Wira Adi Karya Ungaran*, (Semarang: IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2010)



Bermula dari masalah-masalah yang muncul ketika menjalani kehidupan sehari-hari. Dari masalah-masalah yang muncul tersebut membuat seorang untuk berfikir dan mencari jalan keluarnya. Karena banyak masalah tersebut sehingga membuat seorang jiwanya menjadi tidak tenang. Jiwa yang tidak tenang adalah indikator seorang tidak bahagia, ketika jiwa tidak tenang masalah tidak akan selesai, malah akan memperburuk keadaan.

Berdasarkan keadaan inilah seorang perlu mendekati diri kepada Tuhan pencipta alam semesta dengan melakukan dzikir. Dengan melakukan dzikir, berharap bisa dekat dengan Allah, sehingga Allah akan selalu dekat dengannya dan Allah akan membantu setiap masalah yang dihadapinya. Karena berdzikir, seorang merasa dekat dengan Allah, semua masalah yang sedang dihadapi atau akan dihadapi terasa bisa terselesaikan. Seorang akan sabar dan optimis dalam menghadapi masalah-masalah itu. Masalah yang terasa bisa terselesaikan akan membuat jiwa menjadi tenang. Jiwa yang tenang akan membawa seorang dengan sabar, optimis bisa menyelesaikan masalah kehidupan yang dihadapinya.

#### D. Hipotesis Penelitian

Penelitian kuantitatif didalamnya terdapat hipotesis penelitian. Hipotesis merupakan suatu pernyataan, bukan pertanyaan yang mendiskripsikan arah hubungan variabel penelitian.<sup>42</sup> Hipotesis adalah suatu dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan-pernyataan untuk diuji kebenarannya.<sup>43</sup> Dalam suatu penelitian terdapat dua macam hipotesis yaitu hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_0$ ). Hipotesis alternatif adalah hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara *independent variabel* ( $x$ ) dan *dependent variable* ( $y$ ).<sup>44</sup> Hipotesis nol adalah hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara independent variable ( $x$ ) dan dependent variable ( $y$ ).<sup>45</sup>

Berdasarkan judul penelitian ini, peneliti mengajukan hipotesis: “Ada pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul Dzakhirin Kamulan Durenan Trenggalek.”

---

<sup>42</sup> I Wayan Ardhana, et. all, *Penelitian Pendidikan*.(Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP, 1998), hlm.18

<sup>43</sup> Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: Universitas Muhamadiyah Malang, 2006), hlm. 9

<sup>44</sup> Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Sukses Offset, 2009), hlm. 88

<sup>45</sup> *Ibid.*, hlm. 88

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

##### **1. Pendekatan Penelitian**

Sesuai dengan judul penelitian dan tujuan penelitian maka pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang datanya diperoleh berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Sugiyono menjelaskan bahwa, “Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel biasanya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisa data bersifat kuantitatif/ statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.<sup>1</sup>

Selanjutnya Sarwono menjelaskan bahwa pendekatan kuantitatif mementingkan adanya variabel-variabel sebagai objek penelitian dan variabel-variabel tersebut harus didefinisikan dalam bentuk operasionalisasi variabel masing-masing. Reliabilitas dan validitas merupakan syarat mutlak yang harus dipenuhi dalam menggunakan pendekatan ini karena kedua

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabet, 2010), hlm. 13.

elemen tersebut akan menentukan kualitas hasil penelitian dan kemampuan replikasi secara generalisasi penggunaan model penelitian sejenis.<sup>2</sup>

Pendekatan Kuantitatif bertujuan untuk menguji teori, membangun fakta, menunjukkan hubungan antar variabel, memberikan deskriptif statistik, menaksir dan meramalkan hasilnya.<sup>3</sup>

Pada umumnya penelitian kuantitatif lebih menekankan pada keluasan informasi, sehingga metode ini cocok digunakan untuk populasi yang luas dengan variabel yang terbatas.<sup>4</sup> Kemudian kesimpulan yang diperoleh dari hasil pengamatan terhadap variabel yang terbatas tersebut dilakukan generalisasi, yaitu memberikan kesimpulan sampel yang diberlakukan terhadap populasi dimana sampel tersebut diambil. Dalam penelitian ini merupakan rancangan non eksperimen yaitu rancangan penelitian yang memotret variabel secara apa adanya.

## 2. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian korelasional (*correlational research*). Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel, dengan teknik korelasi seorang peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variasi lain.<sup>5</sup> Lebih lanjut Arikunto menambahkan bahwa penelitian korelasional juga bertujuan untuk menemukan seberapa erat hubungan serta berarti atau tidak

---

<sup>2</sup>Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta:Teras,2011), hlm.9.

<sup>3</sup>*Ibid.*, hlm.10.

<sup>4</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hlm. 18.

<sup>5</sup>Suhasimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta:Rineka Cipta,2010), hlm. 247.

hubungan itu”.<sup>6</sup> Penelitian korelasi ini digunakan untuk untuk menghitung hipotesis besar kecilnya pengaruh dua variabel yang disebut koefisien korelasi. Dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa.

## **B. Populasi, Sampel dan Sampling Penelitian**

### **1. Populasi**

Arikunto menyatakan bahwa populasi dirumuskan sebagai semua kelompok orang, kejadian atau obyek yang telah dirumuskan secara jelas.<sup>7</sup> Sedangkan menurut Ahmad Tanzeh populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.<sup>8</sup> Dari pengertian tersebut, maka populasi pada penelitian ini mengambil populasi dari seluruh jama'ah Majelis Dzakhirin yang berjumlah 250 orang.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.<sup>9</sup>

Menurut Arikunto sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk

---

<sup>6</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 239.

<sup>7</sup>*Ibid.*, hlm. 130.

<sup>8</sup>Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian.....* ,hlm.133.

<sup>9</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian ....*, hlm. 81

menggeneralisasi hasil penelitian.<sup>10</sup> Apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Tetapi jika subyeknya besar dapat diambil 10-15% atau 25% atau lebih, tergantung setidak-tidaknya dari :

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana.
- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data.
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti, untuk penelitian yang resikonya besar, tentu saja jika sampel besar, hasilnya akan lebih baik.<sup>11</sup>

Dalam penelitian ini sampel yang diteliti adalah 25% dari jumlah populasi sebesar 250 orang atau 62,5 dibulatkan menjadi 60 responden.

Dengan rincian, laki-laki 30 perempuan 30.

### **3. Sampling Penelitian**

Menurut Sugiyono “Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel.” Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampel acak sederhana (*Simpel Random Sampling*). Sampel acak sederhana adalah cara mengambil sampel dengan memberi kesempatan yang sama untuk dipilih bagi setiap individu atau unit dalam keseluruhan populasi.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian ...*, hlm. 131.

<sup>11</sup>*Ibid.*, hlm. 134.

<sup>12</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, hlm. 118.

## C. Sumber Data, Variabel dan Skala Pengukuran

### 1. Sumber Data

Sumber data bisa dilakukan secara bersamaan, begitu peneliti menentukan penelitian yang akan diteliti, sekaligus menentukan dari mana data untuk variabel tersebut diperoleh. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas X dan terikat Y. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebasnya adalah dzikir dan variabel terikatnya adalah ketenangan jiwa, sumber data dari kedua variabel diperoleh dari angket (*quisioner*).

### 2. Variabel

Menurut Arikunto, seorang peneliti dituntut mampu menjabarkan variabel penelitian karena banyak dan sempitnya sub variabel akan menentukan hipotesis aspek dalam instrumen dan banyak ragam data yang dikumpulkan, selanjutnya akan mencerminkan halus kasarnya atau luas sempitnya kesimpulan.<sup>13</sup>

Sugiyono berpendapat, variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>14</sup>

Operasionalisasi variabel diperlukan untuk menentukan jenis, indikator, serta skala dari variabel–variabel yang terkait dalam penelitian.

Variabel–variabel yang terkait dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>13</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian ...*, hlm. 121.

<sup>14</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, hlm. 38.

### 1. Variabel Independen (X).

Variabel independen atau variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lainnya dan merupakan variabel yang menjadi sebab perubahan timbulnya variabel dependent (terikat). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen atau variabel bebas (X) adalah dzikir.

### 2. Variabel Dependen (Y).

Variabel dependen atau variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Data yang menjadi variabel terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel Dependen atau variabel terikat (Y) adalah ketenangan jiwa.

Berdasarkan teori di atas maka dalam penelitian ini variabel-variabel yang diteliti dijabarkan sampai menjadi indikator, seperti pada tabel berikut:

**Tabel 3.1**

#### **Blue Print Tryout Skala Dzikir**

No	Indikator	Butir Soal		Jumlah Item
		No. item Favoreble (+)	No. item Unfavoreble (-)	
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Intensitas mengikuti Dzikir	1, 2, 3, 4, 5	0	5
2	Sikap mengikuti Dzikir	6, 7, 8, 9, 10	0	5
3	Pemahaman tentang makna Dzikir	11, 12, 13,14, 15	0	5
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>

Tabel 3.2

## Blue Print Tryout Skala Ketenangan Jiwa

No	Indikator	Butir Soal		Jumlah Item
		No. item Favoreble (+)	No. item Unfavoreble (-)	
1	2	3	4	5
1	Sabar	21, 22, 23	25	4
2	Optimis	18, 19, 20	26, 27, 28, 29, 19	8
3	Merasa dekat dengan Allah	16, 17	30	3
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>7</b>	<b>15</b>

### 3. Skala pengukuran

Dilihat dari macamnya, data dalam penelitian ini termasuk data kuantitatif. Menurut Sugiyono, “data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan (skoring : sangat sering = 4, sering = 3, Kadang-Kadang = 2, tidak pernah = 1)”.<sup>15</sup>

Dalam penelitian skala yang digunakan untuk mengambil data peneliti menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian.<sup>16</sup>

Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa

<sup>15</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, hlm. 14.

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2010) ,hlm.86.

pernyataan atau pertanyaan. Instrumen penelitian yang menggunakan skala Likert dapat dibuat dalam bentuk *checklist* ataupun pilihan ganda.

#### D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data menggunakan *metode angket*. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.<sup>17</sup> Dalam penelitian ini, angket digunakan untuk mengetahui insensitas dzikir terhadap ketenangan jiwa.

##### a. Metode angket

Pertanyaan atau pernyataan dalam pengukuran sikap diukur dengan menggunakan skala likert yang telah dimodifikasi. yaitu suatu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>18</sup>

Skala ini menilai sikap atau tingkah laku yang diinginkan oleh para peneliti dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden. Kemudian responden diminta memberikan pilihan jawaban atau respons dalam skala ukur yang telah disediakan.

berdasarkan skala likert (pernyataan sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju) yang sudah dimodifikasi (dengan menghilangkan pernyataan ragu-ragu), yaitu :

SS = Sangat Setuju

---

<sup>17</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, hlm. 199.

<sup>18</sup>*Ibid.*, hlm. 132.

S = Setuju  
 TS = Tidak Setuju  
 STS = Sangat Tidak Setuju

Skoring kuisisioner dzikir dan ketenangan jiwa

Favoreble

Sangat Setuju (SS) = 5  
 Setuju (S) = 4  
 Ragu-ragu (R) = 3  
 Tidak Setuju (TS) = 2  
 Sangat Tidak Setuju (STS) = 1

Unfavorable

Sangat Setuju (SS) = 5  
 Setuju (S) = 4  
 Ragu-ragu (R) = 3  
 Tidak Setuju (TS) = 2  
 Sangat Tidak Setuju (STS) = 1

Pernyataan favoreble adalah pernyataan menyatakan sikap setuju, sedangkan unfavorable adalah yang menunjukkan sikap tidak setuju.

Peneliti memodifikasi sistem penilaian kuesioner yang menggunakan skala likert dengan menghilangkan jawaban ragu-ragu karena jawaban ragu-ragu sering dijawab oleh responden, dan pada umumnya responden tidak ingin diketahui pikiran sesungguhnya karena dianggap terlalu pribadi. Maka

dari itu peneliti menghilangkan jawaban ragu-ragu atau kategori jawaban yang tengah berdasarkan tiga alasan :

- a. Kategori undecided ini mempunyai arti ganda bisa dikatakan belum dapat memutuskan atau memberi jawaban (menurut konsep aslinya) bisa juga diartikan netral, setuju, tidak setuju, bahkan ragu-ragu akan memiliki arti ganda (*multi interpretable*), dan hal ini tentu saja tidak saja tidak diharapkan dalam suatu instrument.
- b. Tersedianya jawaban diatas telah menimbulkan kecenderungan menjawab ketengah (*central tendency effect*), terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas kecenderungan jawabnya ke arah setuju atau tidak setuju.
- c. Maksud kategori jawaban SS, S, R, TS, STS, adalah terutama untuk melihat kecenderungan responden kearah setuju atau kearah tidak setuju. Jika disediakan jawaban netral, akan menghilangkan banyak data penilaian sehingga banyak menghilangkan informasi yang dapat dijarah dari responden.

Skor tertinggi untuk variabel dzikir adalah 75 dan skor terendah 15. Masing-masing pertanyaan diukur dengan skor 1 sampai dengan 5 sehingga diperoleh nilai harapan terendah 15 dan tertinggi 75. Dari skor tersebut dibuat panjang kelas interval yaitu 15.

**Tabel 3.3****Klasifikasi dzikir**

No	Nilai	Klasifikasi
1	15 – 30	Sangat Rendah
2	30 – 45	Rendah
3	45 – 60	Tinggi
4	60 – 75	Sangat Tinggi

Karena dalam instrumen ini terdapat lima belas pernyataan maka skor total terendah adalah 15 (yakni hasil perkalian antara skor 1 dengan banyaknya jumlah pernyataan 15 buah), dan skor total tertinggi adalah 75 (merupakan hasil perkalian antara skor 5 dengan banyaknya jumlah pernyataan 15 buah).

Sedangkan untuk variabel ketenangan jiwa skor tertinggi adalah 75 dan skor terendah 15. Masing-masing pertanyaan diukur dengan skor 1 sampai dengan 5 sehingga diperoleh nilai harapan terendah 15 dan tertinggi 75. Dari skor tersebut dibuat panjang kelas interval yaitu 15.

**Tabel 3.4****Klasifikasi ketenangan jiwa**

No	Nilai	Klasifikasi
1	15 – 30	Sangat Rendah
2	30 – 45	Rendah
3	45 – 60	Tinggi
4	60 – 75	Sangat Tinggi

Karena dalam instrumen ini terdapat tiga puluh pernyataan maka skor total terendah adalah 15 (yakni hasil perkalian antara skor 1 dengan banyaknya jumlah pernyataan 15 buah), dan skor total tertinggi adalah 75 (merupakan hasil perkalian antara skor 5 dengan banyaknya jumlah pernyataan 15 buah).

## E. Analisis Data

### 1. Uji Instrumen

#### a. Uji Validitas

Menurut Arikunto “Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahan suatu instrument. Sebuah instrument dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud”.<sup>19</sup>

Taraf signifikansi yang dipakai adalah sebesar 5%, tingkat kepercayaan 95%. Untuk mencari validitas dapat digunakan rumus product moment berikut :

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{[\sum X^2 - (\sum X)^2][\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}$$

Keterangan :

$r_{XY}$  = Koefisien korelasi antar variabel X dan Y

$\sum XY$  = Jumlah hasil kali X dan Y

---

<sup>19</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 160.

- $\sum X$  = Jumlah X  
 $\sum Y$  = Jumlah Y  
 $\sum X^2$  = Jumlah kuadrat X  
 $\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat Y  
N = Banyaknya sampel<sup>20</sup>

Menurut Santoso, dasar pengambilan keputusan untuk menentukan suatu instrumen dapat dikatakan valid atau tidak adalah dengan melihat r hasil untuk setiap item (variabel) yang dapat dilihat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation*, kemudian membandingkan yaitu :

- 1) Jika r hasil positif, serta  $r_{\text{hasil}} > r_{\text{tabel}}$ , maka butir atau variabel tersebut valid.
- 2) Jika r hasil tidak positif, serta  $r_{\text{hasil}} < r_{\text{tabel}}$ , maka butir atau variabel tersebut tidak valid.<sup>21</sup>

Kriteria untuk penafsiran suatu instrumen itu valid atau tidak dapat dilihat dari indeks korelasinya pada tabel berikut:<sup>22</sup>

**Tabel 3.5**

**Makna Koefisien Korelasi *Product Moment***

Angka Korelasi	Makna
0,91 – 1,00	Sangat tinggi
0,71 – 0,90	Tinggi

<sup>20</sup>*Ibid.*, hlm. 162.

<sup>21</sup>Singgih Santoso dan fandy tjipto, *Riset pemasaran: Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo), Hlm. 210.

<sup>22</sup>Mulyasa, *Analisis, Validitas, Reliabilitas, dan Interpretasi Hasil Tes: Implementasi Kurikulum 2004*, (Bandung; PT Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 59.

0,41 – 0,70	Cukup
0,21 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat Rendah

**Dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas adalah:**

- a) Jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , maka item pertanyaan atau pernyataan dalam angket berkorelasi signifikan terhadap skor total (artinya item angket dinyatakan valid).
- b) Jika nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$ , maka item pertanyaan atau pernyataan dalam angket tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (artinya item angket dinyatakan tidak valid).

Langkah-langkah uji Validitas dengan bantuan SPSS 16 *for window* adalah:

- a) Buka lembar kerja baru program SPSS
- b) Klik Variable View pada SPSS Data Editor
- c) Pada bagian nama tulis dengan item 1 sampai dengan item 4 dan skor total selanjutnya pada bagian Decimals ganti dengan 0.
- d) Klik Data View pada SPSS Data Editor
- e) Masukkan data-datanya, pada kolom item 1 sampai skor total sesuai dengan data angket yang diperoleh.
- f) Dari menu utama SPSS, pilih *Analyze*, kemudian pilih sub menu *Correlate*, lalu pilih *Bivariate*.

- g) Dari kotak dialog *Bivariate Correlation*, masukkan semua item dan skor total ke dalam kotak variabel di sebelah kanan dengan mengklik tanda -->
- h) Pada pilihan *Correlations coefficient*, pilih *Pearson*. Pada bagian *Test Of Significance*, pilih *Two\_tailed*, Centang *Flag significance Correlations*
- i) Klik OK untuk mengakhiri perintah.

Dari hasil perhitungan tersebut nantinya akan terlihat bagian instrumen mana yang mempunyai tingkat korelasi yang tinggi maupun rendah. Jika hasil korelasi antar butirnya rendah, maka hal ini menunjukkan validitas instrumennya kurang baik sehingga diperlukan pengkajian ulang untuk mempertimbangkan butir soal mana yang harus direvisi.

#### b. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto reliabilitas mengandung pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu, reliabel sendiri artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.<sup>23</sup>

Uji signifikansi dilakukan pada taraf  $\alpha = 0,05$ . Untuk mengetahui apakah didalam pengujian instrumen reliabel atau tidak menggunakan *Cronbach's Alpha*. Standar yang dipakai dalam menentukan reliabilitas atau

---

<sup>23</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 154.

tidaknya suatu instrumen penelitian umumnya adalah perbandingan antara  $r$  hitung dengan  $r$  tabel pada taraf kepercayaan 95%. Instrumen dapat dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari  $r$  tabel.

Tingkat reliabilitas dengan metode *Cronbach's Alpha* diukur berdasarkan skala 0 s.d 1. Apabila skala tersebut dikelompokkan dalam 5 kelas dalam range yang sama, maka ukuran kemantapan *Cronbach's Alpha* dapat dilihat pada interpretasi korelasinya ( $r$ ) sebagai berikut:<sup>24</sup>

Antara 0,800 sampai dengan 1,000 : sangat tinggi

Antara 0,600 sampai dengan 0,799 : tinggi

Antara 0,400 sampai dengan 0,599 : cukup tinggi

Antara 0,200 sampai dengan 0,399 : rendah

Antara 0,000 sampai dengan 0,199 : sangat rendah

Reliabilitas yang baik atau memuaskan tergantung pada tujuan atau kegunaan tes. Menurut Nunnaly, Kaplan dan Saccuzo koefisien reliabilitas 0,7 sampai 0,8 cukup tinggi untuk suatu penelitian dasar.<sup>25</sup>

Langkah-langkah uji reliabilitas sebagai berikut:

- 1) Buka lembar kerja baru dalam program SPSS anda.
- 2) Klik *Variable View* pada SPSS Data Editor
- 3) Pada bagian nama tulis dengan item 1 sampai dengan item 30, selanjutnya pada bagian *Decimals* ganti dengan 0.
- 4) Dari menu utama SPSS, pilih menu *Analyze*, kemudian pilih sub menu *Scale - Reliability Analysis*

---

<sup>24</sup>Riduwan, *Metode & Teknik Menyusun Tesis*, (Bandung: Alfabeta, 2006), hlm. 110.

<sup>25</sup>Sumarnan Surapranata, *Analisis, Validitas, Reliabilitas dan Interpretasi Hasil Tes Implementasi Kurikulum 2004*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 114.

- 5) Klik masukkan semua variabel yang valid, tetapi jangan masukkan skor totalnya.
- 6) Klik *Statistics*, pada *Descriptives For* klik *Scale if item deleted*
- 7) Klik *Continue*, kemudian klik OK untuk mengakhiri perintah.

## 2. Uji Asumsi Dasar

### a. Uji Normalitas

Menurut Priyatno uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini biasanya digunakan untuk mengukur data berskala ordinal, interval ataupun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah nominal atau ordinal maka metode yang digunakan adalah statistik nonparametrik.<sup>26</sup> Dalam penelitian ini digunakan uji *One sample Kolmogorov-smirnov* dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05 data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikan lebih besar dari 5% atau 0,05.

Langkah-langkah uji normalitas dengan menggunakan SPSS 16 *for windows*: Klik *Analyze*, selanjutnya *Non Parametric Tests* kemudian *Legacy dialogs*., *2 Independent Samples* selanjutnya masukkan data *Post Test* pada

---

<sup>26</sup>Duwi Priyatno. *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik*. (Yogyakarta: Media Kom. 2008), hlm. 28.

*Test variabel list* dan kelas pada *Grouping variable list* kemudian centang pada *kolmogorov smirnov Z* untuk mengakhiri perintah Klik OK.

Ketentuan pengujian ini adalah: jika probabilitas atau *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari level of *significant* ( $\alpha$ ) maka data berdistribusi normal. Sedangkan Santoso (2006), jika nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas  $> 0,05$  maka distribusi adalah normal (simetris).<sup>27</sup>

b. Uji Homogenitas

Menurut Priyatno homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama.<sup>28</sup>

Begitu juga dengan uji homogenitas juga menggunakan bantuan program SPSS 16 *for windows*. Langkah-langkah uji Homogenitas adalah sebagai berikut: klik *Analyze, compare means* kemudian *One way Anova* masukkan hasil angket pada kolom *Dependent* dan kelas pada *factor* selanjutnya pada option centang *Homogeneity of variance test* tekan *continue* untuk melanjutkan perintah dan akhiri perintah dengan klik OK.

Ketentuan pengujian ini adalah: jika probabilitas atau *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari level of *significant* ( $\alpha$ ) maka data berdistribusi normal. jika nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas  $> 0,05$  maka, data bervariasi sama atau homogen.

---

<sup>27</sup>Agus Eko S, Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0, (Jakarta: PT. Prestasi Pustaka Raya, 2009), hlm. 78.

<sup>28</sup>*Ibid.*, hlm. 31.

### 3. Analisis Regresi Linier Sederhana

Menurut Sugiyono “regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen”. Persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Y' = a + bX$$

Keterangan:

$Y'$  = Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

$X$  = Variabel independen

$a$  = Konstanta (nilai  $Y'$  apabila  $X = 0$ )

$b$  = Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)<sup>29</sup>

Nilai positif menunjukkan pengaruh searah ( $X$  naik maka  $Y$  naik) dan nilai negatif menunjukkan pengaruh terbalik ( $X$  naik maka  $Y$  turun).

Langkah-langkah uji Hipotesis- *Independent Sample t-test* dengan SPSS 16 *for windows*: Langkah 1: Masukkan data dalam SPSS Data Editor  
Langkah 2: Simpan dengan nama “Regresi” ; Langkah 3: Untuk memulai analisis data, Klik Analyze  $\Rightarrow$ Regression  $\Rightarrow$ Linear; Langkah 4: Masukkan dzikir pada kotak *dependent* dan ketenangan jiwa pada kotak *independent.*; Langkah 5: Klik OK untuk menampilkan output analyze Regression.

---

<sup>29</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabet, 2010), hal. 261-262.

Kriteria pengujian. Adapun kriteria pengujiannya yaitu jika  $f_{hitung} > f_{tabel}$ , maka data tersebut terdapat pengaruh yang signifikan dan sebaliknya, jika  $f_{hitung} < f_{tabel}$  maka tidak ada pengaruh yang signifikan.

Adapun langkah-langkah analisis *Independent Sample t-test* adalah:

1) Menentukan formulasi hipotesis

$H_0$  = Tidak ada pengaruh yang signifikan Dzikir terhadap ketenangan jiwa jamaah majlisul Dzakirin.

$H_1$  = Ada pengaruh yang signifikan Dzikir terhadap ketenangan jiwa jamaah majlisul Dzakirin

2) Menentukan derajat kebebasan ( $db$ ) dengan rumus<sup>30</sup>:

$$db = n_1 + n_2 - 2$$

3) Menentukan  $t_{tabel}$

4) Membuat Kesimpulan

Jika  $sig \leq 0,05$  atau  $f_{hitung} \geq f_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan sesuai hipotesis penelitian yaitu; "terdapat pengaruh yang signifikan Dzikir terhadap ketenangan jiwa jamaah majlis al-Dzakirin".

Jika  $sig \geq 0,05$  atau  $f_{hitung} < f_{tabel}$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan sesuai hipotesis penelitian yaitu: "tidak terdapat pengaruh yang signifikan Dzikir terhadap ketenangan jiwa jamaah Majelisul Dzakirin."

---

<sup>30</sup>Subana, et., all. *Statistik Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005), hlm. 172.

#### 4. Uji Koefisien Determinan ( $r^2$ )

Untuk menyatakan besar kecilnya sumbangan variabel X dan variabel Y dapat ditentukan dengan rumus korelasi determinan sebagai berikut:

$$KP = r^2 \times 100\%$$

KP = Nilai koefisien determinan

r = Nilai koefisien

Untuk memperoleh hasil analisis yang lebih teliti dan terpercaya, dalam penelitian ini menggunakan analisis data dengan menggunakan program komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 16.0 for windows.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Data

Penyajian gambaran data dari masing - masing variabel yang diperoleh dari hasil penelitian di lapangan. Adapun variabel dalam penelitian ini variabel bebas (X) adalah dzikir dan variabel terikat (Y) adalah ketenangan jiwa. Data sebenarnya dalam penelitian ini disajikan dahulu kemudian dilanjutkan penyajian data distribusi frekuensi.

##### a. Diskripsi variabel bebas (X) Dzikir.

Data tentang istighosah diperoleh dari hasil angket yang telah disebar peneliti kepada jamaah majlis Dzakhirin Durenan Trenggalek.

**Tabel 4.1**

**Berikut adalah hasil angket Dzikir:**

<b>No.</b>	<b>Responden</b>	<b>Jumlah Skor</b>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
1	RD-01	67
2	RD-02	71
3	RD-03	66
4	RD-04	61
5	RD-05	62
6	RD-06	64
7	RD-07	68
8	RD-08	70
9	RD-09	66
10	RD-10	69
11	RD-11	63
12	RD-12	63
13	RD-13	67
14	RD-14	69

15	RD-15	70
16	RD-16	65
17	RD-17	66
18	RD-18	66
19	RD-19	59
20	RD-20	62
21	RD-21	60
22	RD-22	69
23	RD-23	67
24	RD-24	68
25	RD-25	71
26	RD-26	71
27	RD-27	69
28	RD-28	66
29	RD-29	67
30	RD-30	61
31	RD-31	64
32	RD-32	64
33	RD-33	66
34	RD-34	68
35	RD-35	66
36	RD-36	65
37	RD-37	63
38	RD-38	65
39	RD-39	62
40	RD-40	65
41	RD-41	67
42	RD-42	69
43	RD-43	67
44	RD-44	67
45	RD-45	63
46	RD-46	69
47	RD-47	70
48	RD-48	70
49	RD-49	70
50	RD-50	68
51	RD-51	68
52	RD-52	69
53	RD-53	59
54	RD-54	68
55	RD-55	67
56	RD-56	66
57	RD-57	67
58	RD-58	66

59	RD-59	72
60	RD-60	71

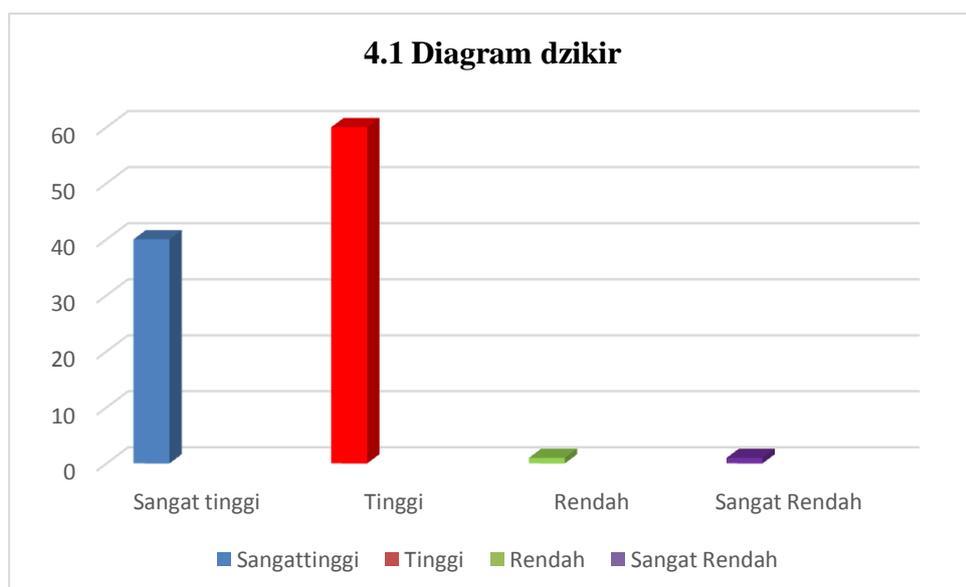
Dari data yang telah telah diperoleh maka dapat dibuat distribusi frekuensi Dzikir (X) sebagai berikut:

**Tabel 4.2**

**Distribusi Frekuensi Dzikir**

NO	Klasifikasi	Jumlah	Presentase
1	Sangat tinggi	24	40%
2	Tinggi	36	60%
3	Rendah	-	-
4	Sangat rendah	-	-
	Jumlah	60	100%

Dari 60 responden, ada 24 siswa atau responden yang mendapatkan kriteria sangat tinggi. 36 responden mendapatkan kriteria tinggi, namun tidak ada responden mendapat kriteria rendah dan sangat rendah.



b. Diskripsi Variabel Terikat (Y) Percaya Di Ketenangan Jiwa

Data tentang istighosah diperoleh dari hasil angket yang telah disebar peneliti kepada jamaah majlis Dzakirin Durenan Trenggalek.

**Tabel 4.3**

**Hasil Angket Ketenangan Jiwa**

<b>No.</b>	<b>Responden</b>	<b>Jumlah Skor</b>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
1	RD-01	70
2	RD-02	71
3	RD-03	72
4	RD-04	69
5	RD-05	66
6	RD-06	67
7	RD-07	61
8	RD-08	64
9	RD-09	64
10	RD-10	66
11	RD-11	68
12	RD-12	66
13	RD-13	65
14	RD-14	66
15	RD-15	65
16	RD-16	67
17	RD-17	67
18	RD-18	67
19	RD-19	73
20	RD-20	66
21	RD-21	71
22	RD-22	67
23	RD-23	70
24	RD-24	63
25	RD-25	67
26	RD-26	66
27	RD-27	70
28	RD-28	70
29	RD-29	66
30	RD-30	67
31	RD-31	62
32	RD-32	66
33	RD-33	66

34	RD-34	65
35	RD-35	70
36	RD-36	70
37	RD-37	64
38	RD-38	70
39	RD-39	63
40	RD-40	67
41	RD-41	68
42	RD-42	68
43	RD-43	70
44	RD-44	67
45	RD-45	65
46	RD-46	73
47	RD-47	70
48	RD-48	67
49	RD-49	72
50	RD-50	68
51	RD-51	69
52	RD-52	72
53	RD-53	70
54	RD-54	70
55	RD-55	71
56	RD-56	70
57	RD-57	73
58	RD-58	70
59	RD-59	73
60	RD-60	72

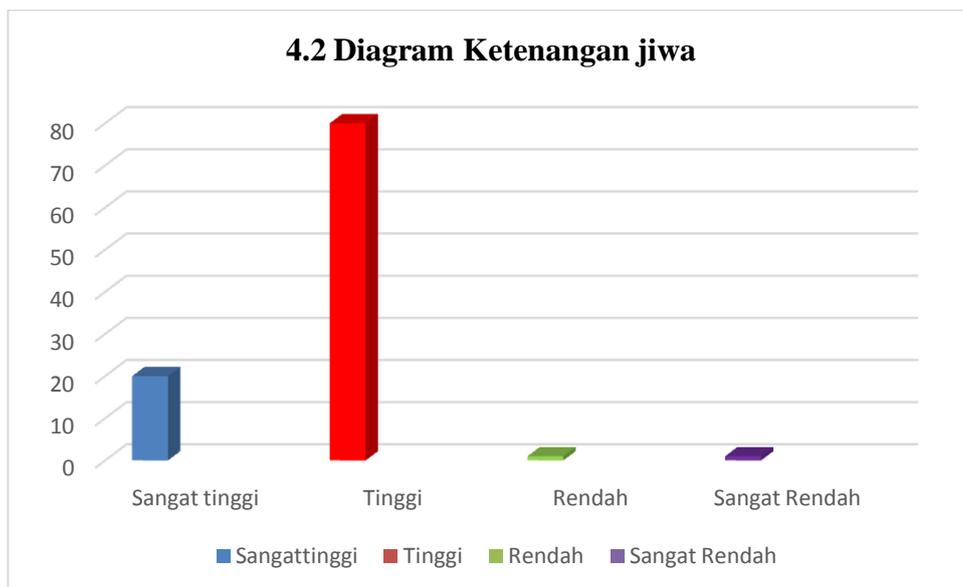
Dari data yang telah telah diperoleh maka dapat dibuat distribusi frekuensi ketenangan jiwa (Y) sebagai berikut :

**Tabel 4.4**

**Distribusi Frekuensi Ketenangan Jiwa**

<b>NO</b>	<b>Klasifikasi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
1	Sangat tinggi	12	20%
2	Tinggi	48	80%
3	Rendah	-	-
4	Sangat rendah	-	-
	Jumlah	60	100%

Dari 60 responden, ada 12 siswa atau responden yang mendapatkan kriteria sangat tinggi. 48 responden mendapatkan kriteria tinggi, namun tidak ada responden mendapat kriteria rendah dan sangat rendah.



## 2. Uji Instrumen

### a. Uji validitas

Sebelum instrumen dipergunakan untuk melaksanakan penelitian maka instrumen tersebut harus diujicobakan terlebih dahulu kepada sejumlah responden yang telah ditetapkan untuk menguji validitasnya. Jika instrumen sudah valid maka peneliti siap mempergunakan angketnya untuk penelitian. Dalam sub bab ini akan dijelaskan proses pengujian validitas instrumen.

Instrumen dalam penelitian ini diujicobakan kepada 10 responden dari jamaah majlis Dzakirin Kamulan.

Tabulasi data asli dari ujicoba angket ini dapat dilihat pada lampiran. Untuk menguji validitas instrumen ini peneliti menggunakan

bantuan program SPSS 16.0 for windows. Berikut ini adalah hasil dari uji validitas instrumen ini yang dapat dilihat pada tabel :

Tabel 4.5

## Hasil uji Validitas

Correlations																	
	Item_1	Item_2	Item_3	Item_4	Item_5	Item_6	Item_7	Item_8	Item_9	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15	Skor_Total	
Item_1	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 .263 10	.488 .153 10	.802* .005 10	.532 .113 10	.327 .256 10	-.429 .217 10	-.145 .898 10	-.218 .545 10	-.089 .307 10	.524 .120 10	.218 .545 10	.218 .545 10	.048 .896 10	.048 .896 10	.845 .044 10	
Item_2	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.263 .463 10	1 .193 10	.449 .610 10	.185 .274 10	-.384 .395 10	-.302 .397 10	-.263 .463 10	-.050 .890 10	.000 .242 10	.185 .645 10	-.518 .312 10	-.592 .779 10	-.075 .447 10	.302 .779 10	-.263 .807 10	-.144 .500 10
Item_3	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.488 .153 10	.449 .193 10	1 .062 10	.609 .259 10	.395 .806 10	.186 .653 10	.497 .144 10	.149 .681 10	.304 .393 10	-.116 .749 10	-.163 .653 10	.373 .289 10	.373 .488 10	.248 .653 10	.163 .016 10	.735* .016 10
Item_4	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.802* .005 10	.185 .610 10	.609 .062 10	1 .303 10	.395 .873 10	.153 .673 10	.088 .111 10	-.408 .242 10	.167 .645 10	.064 .861 10	.356 .312 10	.102 .779 10	.272 .447 10	-.089 .807 10	.500 .141 10	.500 .141 10
Item_5	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.532 .113 10	-.384 .274 10	.395 .259 10	.303 .395 10	1 .001 10	.874* .001 10	-.162 .655 10	-.389 .267 10	.106 .771 10	-.346 .327 10	.069 .849 10	.583 .077 10	-.035 .923 10	.763* .010 10	.814* .004 10	
Item_6	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.327 .356 10	-.302 .397 10	.186 .606 10	.153 .673 10	.874* .001 10	1 .001 10	-.218 .545 10	-.375 .286 10	.000 .1000 10	-.357 .311 10	.429 .215 10	.055 .681 10	.250 .486 10	.250 .486 10	.600 .067 10	.627 .052 10
Item_7	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.429 .217 10	-.263 .463 10	-.163 .653 10	-.535 .111 10	-.218 .655 10	1 .000 10	.509 .040 10	.655 .312 10	.356 .389 10	.307 .896 10	.048 .545 10	.218 .133 10	-.509 .133 10	.048 .896 10	.059 .872 10	
Item_8	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.145 .688 10	-.050 .890 10	.497 .144 10	.068 .852 10	.389 .267 10	.375 .286 10	1 .133 10	.333 .347 10	.408 .242 10	.156 .667 10	.145 .688 10	.250 .486 10	.111 .760 10	.145 .688 10	.727* .017 10	
Item_9	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.218 .545 10	.000 .1000 10	.149 .681 10	-.408 .242 10	.106 .771 10	.000 .1000 10	.855* .333 10	.333 .040 10	1 .000 10	-.156 .867 10	-.218 .545 10	.500 .141 10	-.333 .347 10	.218 .545 10	.269 .453 10	
Item_10	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.089 .007 10	.185 .610 10	.304 .393 10	.167 .845 10	-.346 .327 10	-.357 .311 10	.356 .312 10	.408 .242 10	.000 .1000 10	1 .275 10	.383 .312 10	.356 .242 10	-.408 .447 10	.272 .447 10	-.535 .111 10	.073 .841 10
Item_11	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.307 .389 10	-.518 .125 10	-.116 .749 10	.064 .861 10	-.215 .550 10	-.429 .215 10	.307 .389 10	.156 .667 10	-.156 .667 10	.383 .275 10	1 .043 10	.648* .667 10	-.156 .667 10	-.156 .286 10	-.375 .990 10	.005 .990 10
Item_12	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.524 .120 10	-.592 .071 10	-.163 .653 10	.356 .312 10	.069 .849 10	.055 .881 10	.048 .896 10	.145 .545 10	-.218 .312 10	.356 .648 10	.648* .043 10	1 .356 10	-.327 .545 10	.218 .545 10	-.429 .601 10	.189 .601 10
Item_13	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.218 .545 10	-.075 .836 10	.373 .289 10	.102 .779 10	.583 .077 10	.250 .486 10	.218 .545 10	.250 .486 10	.500 .141 10	-.408 .242 10	-.156 .667 10	-.327 .356 10	1 .035 10	-.667* .010 10	.764* .087 10	.567 .087 10
Item_14	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.218 .545 10	.302 .397 10	.248 .489 10	.272 .447 10	-.035 .923 10	.250 .486 10	-.509 .133 10	.111 .760 10	-.333 .347 10	.272 .447 10	-.156 .667 10	.218 .545 10	-.667* .035 10	1 .133 10	-.509 .848 10	.070 .848 10
Item_15	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.048 .896 10	-.263 .463 10	.163 .653 10	-.089 .807 10	.763* .010 10	.600 .067 10	.048 .896 10	.145 .545 10	.218 .111 10	-.535 .286 10	-.375 .217 10	-.429 .010 10	.764* .133 10	-.509 .133 10	1 .192 10	.450 .192 10
Skor_Total	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.645* .844 10	-.144 .691 10	.735* .016 10	.500 .141 10	.814* .004 10	.627 .052 10	.059 .872 10	.727* .017 10	.269 .453 10	.073 .841 10	.005 .990 10	.189 .601 10	.567 .087 10	.070 .848 10	.450 .192 10	1 .192 10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

		Correlations															
		Item_1	Item_2	Item_3	Item_4	Item_5	Item_6	Item_7	Item_8	Item_9	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15	Skor_Total
Item_1	Pearson Correlation	1	.667*	.250	.218	.764*	.304	.408	.102	.250	-.250	-.606	-.323	-.739*	.612	-.583	.575
	Sig. (2-tailed)		.035	.486	.545	.010	.393	.242	.779	.486	.486	.063	.363	.015	.060	.077	.082
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_2	Pearson Correlation	.667*	1	-.250	.600	.600	.000	.408	.408	.167	-.167	-.152	-.645*	-.800**	.408	-.667*	.420
	Sig. (2-tailed)	.035		.486	.067	.067	1.000	.242	.242	.645	.645	.676	.044	.005	.242	.035	.227
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_3	Pearson Correlation	.250	-.250	1	-.764*	.055	.809	.000	-.102	.167	-.167	-.152	.323	-.185	.408	.167	.310
	Sig. (2-tailed)	.486	.486		.010	.881	.062	1.000	.779	.645	.645	.676	.363	.610	.242	.645	.384
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_4	Pearson Correlation	.218	.600	-.764*	1	.286	-.598	.267	-.200	-.218	-.055	-.298	-.423	-.161	-.200	-.491	-.188
	Sig. (2-tailed)	.545	.067	.010		.424	.068	.455	.579	.545	.881	.403	.224	.656	.579	.150	.603
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_5	Pearson Correlation	.764*	.600	.055	.286	1	.398	.535	.134	-.218	-.327	-.546	-.423	-.564	.468	-.764*	.463
	Sig. (2-tailed)	.010	.067	.881	.424		.254	.111	.713	.545	.356	.103	.224	.089	.173	.010	.178
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_6	Pearson Correlation	.304	.000	.609	-.598	.398	1	.447	.373	.000	-.304	-.138	.236	-.225	.373	.000	.686*
	Sig. (2-tailed)	.393	1.000	.062	.068	.254		.195	.289	1.000	.393	.703	.512	.532	.299	1.000	.028
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_7	Pearson Correlation	.408	.408	.000	.267	.535	.447	1	.000	-.408	-.816**	-.557	.000	-.302	.000	-.408	.271
	Sig. (2-tailed)	.242	.242	1.000	.455	.111	.195		1.000	.242	.004	.094	1.000	.397	1.000	.242	.449
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_8	Pearson Correlation	.102	.408	-.102	-.200	.134	.373	.000	1	.408	.102	.557	-.395	-.452	.375	-.102	.487
	Sig. (2-tailed)	.779	.242	.779	.579	.713	.289	1.000		.242	.779	.094	.258	.189	.286	.779	.153
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_9	Pearson Correlation	.250	.167	.167	-.218	-.218	.000	-.408	.408	1	.250	.227	.000	-.185	.408	.167	.420
	Sig. (2-tailed)	.486	.645	.645	.545	.545	1.000	.242	.242		.486	.527	1.000	.610	.242	.645	.227
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_10	Pearson Correlation	-.250	-.167	-.167	-.055	-.327	-.304	-.816**	-.102	.250	1	.531	.000	.185	.102	.250	.022
	Sig. (2-tailed)	.486	.645	.645	.881	.356	.393	.004	.779	.486		.115	1.000	.610	.779	.486	.952
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_11	Pearson Correlation	-.606	-.152	-.152	-.298	-.546	-.138	-.557	.557	.227	.531	1	.000	.168	.093	.227	-.030
	Sig. (2-tailed)	.063	.676	.676	.403	.103	.703	.094	.094	.527	.115		1.000	.643	.799	.527	.934
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_12	Pearson Correlation	-.323	-.645*	.323	-.423	-.423	.236	.000	-.395	.000	.000	.000	1	.715*	.000	.323	.171
	Sig. (2-tailed)	.363	.044	.363	.224	.224	.512	1.000	.258	1.000	1.000	1.000		.020	1.000	.363	.636
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_13	Pearson Correlation	-.739*	-.800**	-.185	-.161	-.564	-.225	-.302	-.452	-.185	.185	.168	.715*	1	-.452	.431	-.343
	Sig. (2-tailed)	.015	.005	.610	.656	.089	.532	.397	.189	.610	.610	.643	.020		.189	.214	.332
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_14	Pearson Correlation	.612	.408	.408	-.200	.468	.373	.000	.375	.408	.102	.093	.000	-.452	1	-.612	.758*
	Sig. (2-tailed)	.060	.242	.242	.579	.173	.289	1.000	.286	.242	.779	.799	1.000	.189		.060	.011
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_15	Pearson Correlation	-.593	-.667*	.167	-.491	-.764*	.000	-.408	-.102	.167	.250	.227	.323	.431	-.612	1	-.354
	Sig. (2-tailed)	.077	.035	.645	.150	.010	1.000	.242	.779	.645	.486	.527	.363	.214	.060		.316
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Skor_Total	Pearson Correlation	.575	.420	.310	-.188	.463	.686*	.271	.487	.420	.022	-.030	.171	-.343	.758*	-.354	1
	Sig. (2-tailed)	.082	.227	.384	.603	.178	.029	.449	.153	.227	.952	.934	.636	.332	.011	.216	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel di atas terlihat bahwa semua butir soal variabel (X)

Dzikir dari soal nomor 1 sampai dengan 30 valid. Karena semua indikator pada tabel di atas mempunyai nilai  $r$  hitung (*pearson correlation*) lebih besar dari  $r$  tabel didapat dari 10 responden dengan taraf signifikansi 5 % diperoleh nilai 0,632. Jadi dapat disimpulkan bahwa semua instrumen variabel (X) dzikir adalah valid, dan semua instrumen variabel (Y) ketenangan jiwa adalah valid.

#### b. Uji Reabilitas

Secara umum reliabilitas diartikan sebagai sesuatu hal yang dapat dipercaya atau keadaan dapat dipercaya. Dalam statistik SPSS Uji Reliabilitas berfungsi untuk mengetahui tingkat kekonsistensian angket

yang digunakan oleh peneliti sehingga angket tersebut dapat diandalkan, walaupun penelitian dilakukan berulang kali dengan angket yang sama.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas adalah jika nilai Alpha lebih besar dari rtabel maka item-item angket yang digunakan dinyatakan reliabel atau konsisten, sebaliknya jika nilai Alpha lebih kecil dari r-tabel maka item-item angket yang digunakan dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.671	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	91.50	121.167	-.797	.729
Item_2	92.20	107.067	-.160	.690
Item_3	92.00	105.111	-.062	.678
Item_4	91.90	94.989	.543	.642
Item_5	92.40	98.044	.371	.654
Item_6	91.80	109.067	-.332	.691
Item_7	92.50	104.722	-.049	.681
Item_8	91.10	95.433	.287	.656
Item_9	91.50	96.722	.160	.671
Item_10	91.00	96.444	.222	.662
Item_11	91.70	101.789	.054	.677
Item_12	91.40	99.822	.259	.661
Item_13	91.10	109.878	-.248	.705
Item_14	91.40	86.933	.598	.621
Item_15	91.80	89.511	.622	.626
Item_16	91.20	103.289	.006	.679
Item_17	91.70	89.789	.518	.632
Item_18	90.90	94.544	.488	.643
Item_19	90.20	99.067	.417	.655
Item_20	91.30	94.900	.359	.649
Item_21	90.50	89.167	.690	.622
Item_22	90.40	91.378	.690	.628
Item_23	89.90	98.544	.404	.654
Item_24	91.10	94.100	.233	.662
Item_25	90.50	105.611	-.093	.682
Item_26	90.10	98.767	.268	.659
Item_27	90.10	98.767	.409	.654
Item_28	90.50	81.833	.847	.593
Item_29	92.10	102.100	.116	.669
Item_30	91.80	110.178	-.278	.703

Dari gambar output di atas, diketahui bahwa nilai Alpha sebesar 0,671, kemudian nilai ini dibandingkan dengan nilai r-tabel dengan nilai N=10 dicari pada distribusi nilai r-tabel signifikansi 5% diperoleh nilai r-tabel sebesar 0,632. Kesimpulannya  $\text{Alpha} = 0,671 > \text{r-tabel} = 0,632$  artinya item-item angket dzikir terhadap ketenangan jiwa dapat dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

### 3. Uji Asumsi Dasar

#### 1. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah dalam sebuah model mempunyai distribusi normal atau tidak. Model yang baik adalah yang berdistribusi normal atau mendekati normal. Dari data tersebut, maka akan dihitung menggunakan rumus *regresi linear* sebagaimana diuraikan dalam Bab III. Jika data berdistribusi normal, maka langkah uji regresi lenear dapat dilakukan. Namun jika sebaliknya, maka data harus dimodifikasi terlebih dahulu sehingga data berdistribusi normal.

Penelitian ini dalam mendeteksi normalitas data menggunakan pendekatan Kolmogorov-Smirnov yang dipadukan dengan kurva normal Q-Q Plots. Ketentuan pengujian ini adalah: jika probabilitas atau Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari level of significant ( $\alpha$ ) maka data berdistribusi normal. Sedangkan Santoso(2006), jika nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas  $> 0,05$  distribusi adalah normal (simetris).

Dari tabel One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test diperoleh angka probabilitas atau Asym. Sig. (2-tailed). Nilai ini dibandingkan dengan 0,05 (dalam kasus ini menggunakan taraf signifikansi atau  $\alpha = 5\%$ ) untuk pengambilan keputusan dengan pedoman:

Nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas  $< 0,05$ , distribusi data adalah tidak normal. Nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas  $> 0,05$ , distribusi data adalah normal. Dalam penelitian ini digunakan uji

One sample Kolmogrov-smirnov dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05 data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikan lebih besar dari 5% atau 0,05.

**Tabel 4.6**  
**Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		DZIKIR_X	Ketenangan_JIWA_Y
N		60	60
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	65.72	66.90
	Std. Deviation	3.365	2.984
Most Extreme Differences	Absolute	.134	.113
	Positive	.068	.068
	Negative	-.134	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		1.034	.878
Asymp. Sig. (2-tailed)		.235	.424

a. Test distribution is Normal.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah:

- a) Jika Sig. (Signifikansi) atau nilai probabilitas  $< 0,05$ , maka data berdistribusi tidak normal.
- b) Jika Sig. (Signifikansi) atau nilai probabilitas  $> 0,05$ , maka data berdistribusi normal.

Berdasarkan perhitungan uji homogenitas diperoleh Keputusan:

<b>Nama Variabel</b>	<b>Nilai Asymp. Sig. (2-tailed)</b>	<b>Taraf signifikansi</b>	<b>Keputusan</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Dzikir	0,235	0,05	Normal
Ketenangan Jiwa	0,424	0,05	Normal

Setelah dinyatakan data berdistribusi normal, maka langkah selanjutnya yaitu dengan menggunakan uji *regresi linier*.

#### 4. Regresi Linier Sederhana

Untuk melaksanakan analisis regresi linier sederhana ini peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16.0 for windows. Hasil analisis regresi sederhana dapat dilihat pada tabel berikut :

Uji *regresi linear* Regresi sederhana bertujuan mempelajari hubungan antara dua variabel. Dua variabel ini dibedakan menjadi variabel bebas (X) dan variabel tak bebas (Y). Variabel bebas adalah variabel yang bisa dikontrol sedangkan variabel tak bebas adalah variabel yang mencerminkan respon dari variabel bebas.

Adapun uji hipotesis tersebut jika disajikan secara komputersasi dengan berbantuan SPSS adalah sebagai berikut:

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.254 <sup>a</sup>	.065	.049	3.283

a. Predictors: (Constant), Ketenangan\_JIWA\_Y

Koefisien korelasi *Pearson* ( $r$ ) didapat sebesar 0,254 menyatakan besarnya derajat keeratan hubungan antara dzikir dan ketenangan jiwa. Nilai sebesar 0,065 pada tabel di atas menunjukkan bahwa besarnya pengaruh perilaku keagamaan yang disebabkan oleh mengikuti dzikir adalah 6,5% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Setelah diadakan uji korelasi dengan rumus korelasi momen tangkar dari Pearson, maka hasil yang diperoleh dikonsultasikan dengan rtabel pada taraf signifikansi 5% :

$r_{xy} = 0,254 > r_t = 0,05$  (0,244) Dengan demikian hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh antara dzikir terhadap ketenangan diterima.

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	43.225	1	43.225	4.012	.050 <sup>a</sup>
	Residual	624.958	58	10.775		
	Total	668.183	59			

a. Predictors: (Constant), Ketenangan\_JIWA\_Y

b. Dependent Variable: DZIKIR\_X

Keterangan :

Nilai  $F = 4,012$ , berarti besarnya Freg adalah 4,012 yang nantinya akan diuji signifikansinya dengan menggunakan Ftabel. Hal ini akan menentukan diterima atau tidaknya suatu hipotesis yang diajukan.

Langkah selanjutnya dalam analisis data dari penelitian ini adalah menguji nilai hasil analisis hipotesis (Freg) dengan nilai pada tabel (Ftabel) pada taraf signifikansi 5%. Jika f reg lebih besar dari ftabel berarti signifikan, dan jika lebih kecil dari Ftabel berarti tidak signifikan.

Dari hasil analisis uji hipotesis, diperoleh  $f_{reg} = 4,012$ . Sedangkan nilai  $f_{tabel} 0,05 = 3,15$ , kemudian dikemukakan hipotesis berikut:

$H_0$  = Tidak ada hubungan yang linear antara dzikir dengan ketenangan jiwa.

$H_1$  = Ada hubungan yang linear antara dzikir dengan ketenangan jiwa.

Pedoman yang digunakan: jika  $\text{Sig.} < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak yang artinya ada hubungan yang linear antara dzikir dengan ketenangan jiwa. Cara lainnya dengan membandingkan nilai  $F_{hitung}$  dengan  $F_{tabel}$ . Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka disimpulkan menolak  $H_0$ , yang berarti antara dzikir dengan ketenangan jiwa ada hubungan yang linear.

Berdasarkan keterangan di atas maka dapat diketahui bahwa  $f_{hitung}$  lebih besar dari  $f_{tabel}$ . Dengan demikian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, yakni variable X (dzikir) dan variabel Y (ketenangan jiwa di majlis dzakirin), maka hipotesis yang diajukan diterima (ada pengaruh positif antara dzikir dan ketenangan jiwa), karena dalam analisis ini hasil yang diperoleh  $r_{xy}$  sebesar 4,012 (lihat di tabel uji korelasi). Dalam hal ini berarti bahwa jamaah majlis dzikir yang memiliki frekuensi tinggi dalam mengikuti dzikir maka akan mendapatkan ketenangan jiwa.

**Coefficients<sup>a</sup>**

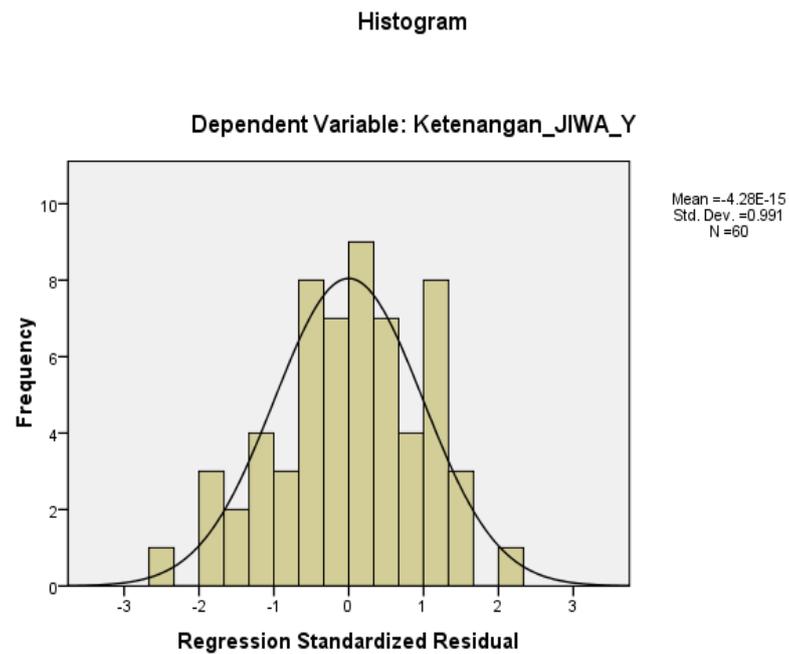
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	84.906	9.590		8.854	.000
	Ketenangan_JIWA_Y	-.287	.143	-.254	-2.003	.050

a. Dependent Variable: DZIKIR\_X

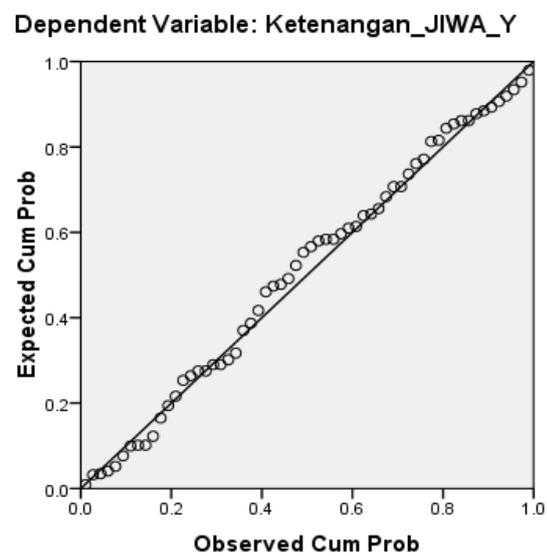
Keterangan di atas menunjukkan nilai koefisien determinasi sebesar 6,5% yang didapat melalui rumus sebagai berikut :

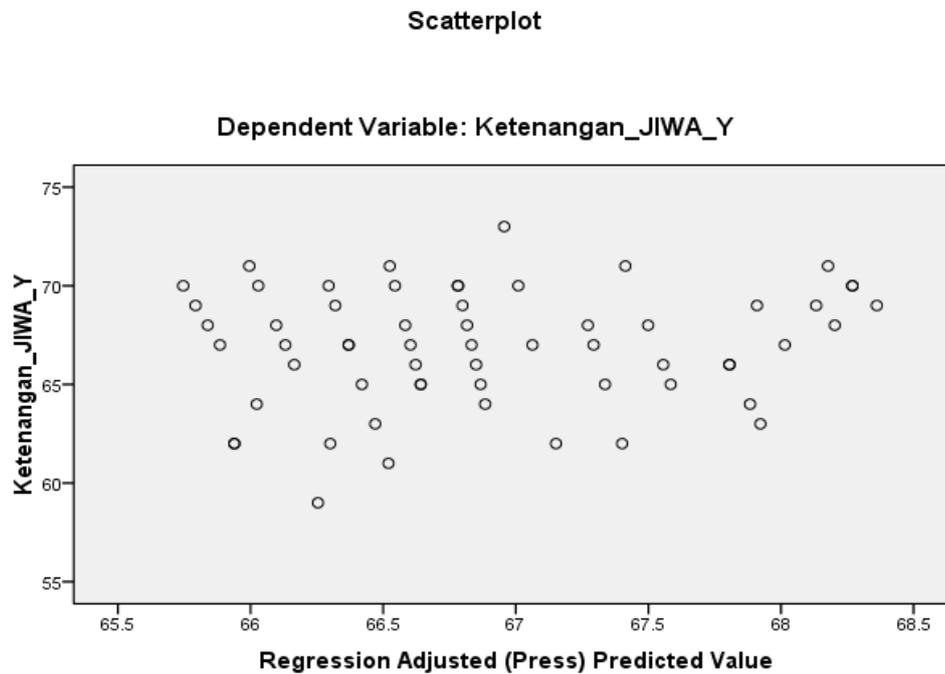
$$\begin{aligned}
 KP &= r^2 \times 100 \% \\
 &= (0,254)^2 \times 100 \% \\
 &= 0,065 \times 100\% \\
 &= 6,5\%
 \end{aligned}$$

Hal tersebut menginformasikan bahwa dzikir mampu memberikan pengaruh terhadap ketenangan jiwa tergantung tingkat frekwensi pengamalannya.



**Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual**





## B. Rekapitulasi dan Pembahasan Hasil Penelitian

### 1. Rekapitulasi Hasil Penelitian

Setelah hasil analisis data penelitian, selanjutnya adalah mendeskripsikan hasil penelitian tersebut dalam bentuk tabel yang menggambarkan pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlis dzakirin.

**Tabel 4.7 Rekapitulasi Hasil Penelitian**

<b>Hipotesis Penelitian</b>	<b>Hasil Penelitian</b>	<b>Kriteria Penelitian</b>	<b>Interpretasi</b>	<b>Kesimpulan</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlis	1. $F_{hitung}$ (4,012)	1. $F_{tabel} = 3,15$ (taraf sig. 5%) berarti signifikan $f_{hitung} > f_{tabel}$	Hipotesis diterima	Dzikir berpengaruh terhadap ketenangan jiwa di majlis

dzakirin	<p>2. r-hitung 2,544</p> <p>3. Hasil penghitungan nilai koefisien determinasi sebesar 6,5%</p>	<p>2. r-tabel 2,44 <math>r_{hitung} &gt; r_{tabel}</math></p> <p>3. prosentase tersebut dipandang telah menunjukkan pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa.</p>		dzakirin
----------	--	---	--	----------

## 2. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan penulis, menunjukkan bahwa tingkat frekwensi/intensitas dzikir di majlis dzakirin berpengaruh secara signifikan terhadap ketenangan jiwa pengamalnya.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa dzikir mampu dijadikan strategi dalam mengurangi stress atau dalam pengertian yang lain tingkat frekwensi dzikir yang bagus mampu memberikan ketenangan jiwa secara signifikan.

Bagaimana dzikir dapat membawa pengaruh pada ketenangan jiwa, dalam perspektif psikologi dapat dijelaskan dengan beberapa teori, antara lain teori hipnosis. Subandi dalam Bukhori, menyatakan bahwa dalam pandangan teori hipnosis, dzikir dapat dipandang sebagai bentuk *self-hypnosis*, karena pada saat dzikir perhatian seseorang dipusatkan pada objek dzikir, sehingga semakin lama dia makin tidak merasakan rangsangan yang

ada di sekitarnya. Dengan demikian, dalam kondisi sebagaimana tersebut, seseorang akan memperoleh ketenangan.

Prinsip pokok dalam dzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan dzakirin akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada dzat Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun.

Jadi dengan berdzikir seorang akan ingat kepada Allah dan merasa setiap langkahnya akan selalu ditemani oleh Allah, sehingga seorang jiwanya akan merasa tenang.

Berdasarkan penyajian data dan analisis data di atas, hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara  $f_{hitung}$  dengan  $f_{tabel}$ . Dimana  $f_{hitung}$  diperoleh melalui perhitungan sebesar 4,012. Sedangkan  $f_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% adalah 3,15. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dzikir terhadap ketengan jiwa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dzikir berpengaruh terhadap ketenangan jiwa di majlis dzakirin.

Dari hasil paparan data tersebut dengan nilai persentase tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu seperti faktor internal, faktor

eksternal, dan faktor lain seperti yang diuraikan di bab sebelumnya. Misalnya dipengaruhi oleh faktor faktor lingkungan hidup dan tata tertib yang diterapkan di majlis dzakirin.

Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul Kamulan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian dan analisa data melalui penghitungan skor angket pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa diperoleh  $f_{hitung}$  diperoleh melalui perhitungan sebesar 4,012. Sedangkan  $f_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% adalah 3,15.
2. Hasil korelasi penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul dzakirin Kamulan. terbukti dari besarnya prosentase ketenangan jiwa sebesar 6,5%, hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan hidup dan tata tertib yang diterapkan di majlisul dzakirin kamulan.

#### **B. Saran-Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan berbagai saran kepada berbagai pihak di antaranya sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan dan pengalaman dalam menghadapi perannya di masa mendatang, terutama yang berhubungan pemberian bantuan kepada klien terkait ketenangan jiwa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

1. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa mengembangkan pengetahuan tentang penelitian yang berhubungan dengan dzikir dan ketenangan jiwa agar penelitian ini bisa dikembangkan dikemudian hari.
2. Menambah data dengan melakukan serangkaian observasi dan wawancara yang intensif dengan pihak – pihak yang berkaitan dengan penelitian.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anshori, Afif. *Dzikir dan Kedamaian Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qolbi* Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. Jakarta: Tirta Mas. 1984.
- Al-Islam. *Muamalah dan Akhlak*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1987.
- Amin, Samsul Munir. *Energi Dzikir*. Jakarta: Bumiaksara, 2008.
- Anshori, Afif. *Dzikir dan Kedamaian Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Ardhana, I Wayan. et. all, *Penelitian Pendidikan*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP, 1998.
- Arikunto, Suhasimi. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Asmaran As, *Pengantar Studi Akhlak*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), hlm. 228.
- Bahjah. *Dzikir Kolektif sebagai Metode Dakwah serta Pengaruh Terhadap Pengikutnya (Studi Kasus Kegiatan Dzikir di Majelis Zikir Asmawiyah Menurut Sistem Thariqat Qadariyah Naqsyabandiyah)*, (Semarang: LABDA Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2001)
- Bakran Adz-Dzaky, HM. Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: PT. Fajar Pustaka Baru, 2006.
- Bastaman, Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. III, 2001.
- Chodjim, Ahmad. *Alfatihah, Membuka Matahari Dengan Surat Pembuka*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2003.
- Daradjat, Zakiah. *Kebahagiaan*. Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhama, 1990.
- \_\_\_\_\_. *Kesehatan Mental*, cet. 9., Jakarta: Gunung Agung, 1982.
- \_\_\_\_\_. *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. cet. IV. Jakarta: Bulan Bintang, 1982.
- Departemen Agama RI, *Mushaf Al-Qur'an Terjemahan*. Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2002.
- Djamir, Mohammad. *Tauhid Dan Ma'rifat, Titian Menuju Surga Firdaus*. Jogjakarta: Mida Pustaka, 2011.

- Dorothy C. Finkelhor. *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda, Kebencian, Kecintaan Dan Ketakutan Kita*. Yogyakarta: Zenit Publister, 2004.
- Eko, Agus S. *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0*. Jakarta: PT. Prestasi Pustaka Raya, 2009.
- Haryanto. S. *Psikologi Shalat : Kajian Aspek-aspek Psikologis Ibadah Shalat*. Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2002.
- Ibn Umar al jawi. *Nasho-ihul 'ibad (Nasehat Bagi Sang Hamba)*, ter. Abu Mujadidul Islam Mafa. Surabaya: Gita Media Press,2008.
- Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*. (Jakarta: PT Grafindo Pustaka Utama, 1991), hlm. 3.
- Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), hlm 4.
- Kerlinger. *Azaz-azaz Penelitian Behavioral*, terj. Ansong R Simatupang. Yogyakarta: UGM Press, 1990.
- Millatina. *Dzikir dan pengendalian stres Jama'ah Pengajian Ma'rifatullah Lembkota Semarang, Analisis Bimbingan dan Konseling Islam*. Semarang: IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2008.
- Mulyasa. *Analisis, Validitas, Reliabilitas, dan Interpretasi Hasil Tes: Implementasi Kurikulum 2004*. Bandung; PT Remaja Rosdakarya, 2009.
- Priyatno, Duwi. *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik..* Yogyakarta: Media Kom. 2008.
- Rahmadaniah, Puput. *Instrumen Konseling I (Non-Test) "Angket"*, dalam [www.daniaactivity.blogspot.com](http://www.daniaactivity.blogspot.com), diakses 27 Juli 2015
- Riduwan. *Metode & Teknik Menyusun Tesis*. Bandung: Alfabeta, 2006.
- Riyadi, Agus. *Konsep Dzikir Menurut Al-Qur'an Sebagai Terapi Mental Penderita Psikoneurotik*. Studi Analisis Bimbingan Konseling Islam. LABDA Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2005.
- Santoso, Singgih dan fandy tjipto, *Riset pemasaran: Konsep damn Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

- Sholeh, Moh. *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Soewanto, Westy. *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988.
- Solihin dan Rosihon Anwar, *Kamus Tasawuf*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2002.
- Subana, et., all. *Statistik Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia, 2005.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta, 2010.
- \_\_\_\_\_. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet, 2010.
- Surapranata, Sumarnan. *Analisis, Validitas, Reliabilitas dan Interpretasi Hasil Tes Impelementasi Kurikulum 2004*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009.
- Syukur, Amin dan Utsman, Fathimah. *Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*. Semarang: CV. Bima Sakti, 2006.
- Tanzeh, Ahmad. *Metodologi Penelitian Praktis*. Yogyakarta: Teras, 2011.
- \_\_\_\_\_. *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Sukses Offset, 2009.
- Taufikin, Mohammad. *Pengaruh Dzikir Al Asmaa Ul-Husna terhadap perilaku keagamaan siswa-siswi Panti Asuhan Wira Adi Karya Ungaran*. Semarang: IAIN Walisongo, Skripsi tidak diterbitkan, 2010.
- Umary, Barmawie. *Materi Akhlak*. Solo: Ramadhani, 1995.
- Wahab. *Menjadi Kekasih Tuhan*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 1997.
- Wardah. Abu. *Wasiat Dzikir dan Doa Rasulullah SAW*. Yogyakarta: Kreasi Wacana. 2000.
- Winarsunu, Tulus. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: Universitas Muhamadiyah Malang, 2006.
- Ya'kub, Hamzah. *Etika Islam*. Bandung: CV Diponegoro, 1996.

# Kartu Bimbingan Skripsi



NAMA : .....

NIM : .....

JURUSAN : .....

PROGRAM STUDI : .....

DOSEN PEMBIMBING : 1. ....  
2. ....

JUDUL SKRIPSI : .....

.....

.....

.....

NO	TANGGAL	MATERI / MASALAH	TTD
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			

*Catatan : Kartu agar dibawa waktu bimbingan untuk diisi oleh Pembimbing.*

Ketua Jurusan

Dosen Pembimbing

\_\_\_\_\_  
NIP.

\_\_\_\_\_  
NIP.



## Lampiran 2

No.	Responden	butir angket															skor atotal
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	RD-01	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	67
2	RD-02	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	71
3	RD-03	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	66
4	RD-04	5	5	4	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	61
5	RD-05	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	62
6	RD-06	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	64
7	RD-07	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	68
8	RD-08	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	70
9	RD-09	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	66
10	RD-10	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	69
11	RD-11	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	3	3	63
12	RD-12	4	5	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	3	4	5	63
13	RD-13	3	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	67
14	RD-14	3	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	69
15	RD-15	4	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	70
16	RD-16	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	65
17	RD-17	5	4	4	5	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	66
18	RD-18	4	3	4	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	66
19	RD-19	3	3	4	4	3	3	5	4	5	5	5	5	3	3	4	59
20	RD-20	3	3	5	4	2	3	5	3	4	5	5	5	5	5	5	62
21	RD-21	4	4	5	4	1	3	5	3	5	5	5	3	3	5	5	60
22	RD-22	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	69
23	RD-23	5	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	5	5	4	5	67
24	RD-24	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	68
25	RD-25	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	71
26	RD-26	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	71
27	RD-27	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	69
28	RD-28	4	4	5	3	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	66
29	RD-29	3	4	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	67
30	RD-30	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	61
31	RD-31	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	64
32	RD-32	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	64
33	RD-33	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	66
34	RD-34	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	68
35	RD-35	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	5	4	66
36	RD-36	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	3	3	5	4	65
37	RD-37	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	3	5	3	3	5	63
38	RD-38	5	4	5	4	4	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	65
39	RD-39	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	62
40	RD-40	5	5	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	65
41	RD-41	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	67
42	RD-42	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	69
43	RD-43	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	67
44	RD-44	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	3	4	67
45	RD-45	3	4	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	5	4	5	63
46	RD-46	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	69
47	RD-47	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	70
48	RD-48	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	70
49	RD-49	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	70
50	RD-50	4	4	5	5	3	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	68
51	RD-51	5	5	5	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	68
52	RD-52	5	3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	69
53	RD-53	4	4	3	4	2	3	5	3	4	5	5	5	4	4	4	59
54	RD-54	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	68
55	RD-55	5	4	4	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	4	5	67
56	RD-56	5	5	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	4	5	66
57	RD-57	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	67
58	RD-58	4	5	4	4	4	5	5	4	5	5	3	4	5	4	5	66
59	RD-59	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	72
60	RD-60	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	71

Lampiran 3

NO.	responden	Butir Angket															Skor Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	RK-01	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	70
2	RK-02	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	71
3	RK-03	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	72
4	RK-04	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	69
5	RK-05	4	4	5	3	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	66
6	RK-06	3	4	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	67
7	RK-07	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	61
8	RK-08	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	64
9	RK-09	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	64
10	RK-10	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	66
11	RK-11	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	68
12	RK-12	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	5	4	66
13	RK-13	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	3	3	5	4	65
14	RK-14	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	4	66
15	RK-15	3	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	65
16	RK-16	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	67
17	RK-17	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	67
18	RK-18	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	67
19	RK-19	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	73
20	RK-20	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	66
21	RK-21	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	71
22	RK-22	4	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	67
23	RK-23	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	3	5	5	5	5	70
24	RK-24	5	4	5	5	5	4	4	4	3	5	3	3	4	4	5	63
25	RK-25	3	4	5	5	3	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	67
26	RK-26	3	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	66
27	RK-27	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	70
28	RK-28	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	70
29	RK-29	4	5	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	66
30	RK-30	4	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	67
31	RK-31	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	62
32	RK-32	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	66
33	RK-33	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	66
34	RK-34	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	3	4	65
35	RK-35	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	70
36	RK-36	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	70
37	RK-37	3	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	4	64
38	RK-38	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	70
39	RK-39	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	63
40	RK-040	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	67
41	RK-041	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	68
42	RK-042	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	68
43	RK-043	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	70
44	RK-044	5	5	4	4	4	5	5	5	4	3	4	5	4	4	5	67
45	RK-045	4	5	5	5	5	4	4	4	3	3	5	4	5	4	5	65
46	RK-046	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	73
47	RK-047	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	70
48	RK-048	5	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	3	67
49	RK-049	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	72
50	RK-050	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	68
51	RK-051	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	69
52	RK-052	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	72
53	RK-053	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	70
54	RK-054	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	70
55	RK-055	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	71
56	RK-056	5	5	5	4	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	70
57	RK-057	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	73
58	RK-058	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	70
59	RK-059	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	73
60	RK-060	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	72

Lampiran 4

No.	Nama Responden	No. butir Angket																														Skor Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	UC-01	5	4	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	4	2	1	3	2	3	3	1	2	2	3	3	4	2	4	1	3	3	81
2	UC-02	4	2	2	1	1	3	1	4	1	2	4	2	3	2	2	3	1	2	4	2	2	3	4	2	3	5	3	2	1	4	75
3	UC-03	3	2	1	2	1	4	1	2	4	5	1	4	5	2	2	2	2	3	5	4	5	5	5	1	5	4	5	4	1	2	92
4	UC-04	3	2	2	4	1	2	2	5	2	2	4	3	2	4	5	4	3	3	4	3	5	4	5	5	3	4	5	5	2	5	103
5	UC-05	2	3	2	3	3	3	1	3	5	3	2	4	4	5	3	2	4	3	4	2	4	4	5	5	4	4	5	5	2	3	102
6	UC-06	2	3	3	2	2	2	3	5	1	4	4	2	1	2	2	3	3	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	3	2	98
7	UC-07	2	3	3	2	3	3	1	4	5	5	3	3	3	5	3	5	4	4	5	3	4	5	4	4	3	5	4	5	2	2	107
8	UC-08	3	1	2	3	2	2	2	4	2	5	4	3	5	3	4	2	2	5	4	5	4	5	5	2	5	5	4	4	3	2	102
9	UC-09	2	1	3	3	3	2	4	3	4	1	2	4	2	4	2	3	5	5	4	3	4	4	5	1	3	5	4	4	3	1	94
10	UC-10	3	1	3	3	2	2	2	1	1	4	1	2	4	1	2	5	1	3	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	3	2	90

Lampiran 5

Output SPSS Uji Validitas

Correlations																
	Item_1	Item_2	Item_3	Item_4	Item_5	Item_6	Item_7	Item_8	Item_9	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15	Skor Total
Item_1	1															
Pearson Correlation		-.263	.488	.802**	.532	.327	-.429	.145	-.218	-.089	.307	.524	.218	-.218	.048	.645*
Sig. (2-tailed)		.463	.153	.005	.113	.356	.217	.688	.545	.807	.389	.120	.545	.545	.896	.044
N		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_2		1														
Pearson Correlation			.449	.185	-.384	-.302	-.283	-.050	.000	.185	-.518	-.592	-.075	.302	-.263	-.144
Sig. (2-tailed)			.193	.610	.274	.397	.463	.890	1.000	.610	.125	.071	.836	.397	.463	.691
N			10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_3			1													
Pearson Correlation				.609	.395	.186	-.163	.497	.149	.304	-.116	-.163	.373	.248	.163	.735*
Sig. (2-tailed)				.062	.259	.606	.653	.144	.681	.393	.749	.653	.289	.489	.653	.016
N				10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_4				1												
Pearson Correlation					.609	.395	.186	-.163	.497	.149	.304	-.116	.373	.248	.163	.735*
Sig. (2-tailed)					.062	.259	.606	.653	.144	.681	.393	.749	.653	.289	.489	.653
N					10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_5					1											
Pearson Correlation						.802**	.185	.005	.610	.125	.071	.836	.397	.463	.691	.500
Sig. (2-tailed)						.005	.610	.125	.071	.836	.397	.463	.691	.500	.141	.141
N						10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_6						1										
Pearson Correlation							.532	-.384	.395	.303	1	.874**	.162	.389	.106	.346
Sig. (2-tailed)							.001	.655	.267	.771	.327	.550	.077	.923	.010	.004
N							10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_7							1									
Pearson Correlation								.327	-.302	.186	.153	.874**	1	-.218	.375	.000
Sig. (2-tailed)								.356	.397	.606	.673	.001	.545	.286	1.000	.311
N								10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item_8								1								
Pearson Correlation									.429	-.263	-.163	-.535	-.162	-.218	.375	.000
Sig. (2-tailed)									.217	.463	.653	.111	.655	.545	.133	.896
N									10	10	10	10	10	10	10	10
Item_9									1							
Pearson Correlation										.688	.890	.144	.852	.287	.286	.133
Sig. (2-tailed)										.10	.10	.10	.10	.10	.10	.10
N										10	10	10	10	10	10	10
Item_10										1						
Pearson Correlation											.145	-.050	.497	.068	.389	.375
Sig. (2-tailed)											.145	.145	.250	.111	.145	.727*
N											10	10	10	10	10	10
Item_11											1					
Pearson Correlation												.218	.000	.149	-.408	.106
Sig. (2-tailed)												.218	.000	.149	-.408	.106
N												10	10	10	10	10
Item_12												1				
Pearson Correlation													.545	1.000	.681	.242
Sig. (2-tailed)													.545	1.000	.681	.242
N													10	10	10	10
Item_13													1			
Pearson Correlation														.089	.185	.304
Sig. (2-tailed)														.089	.185	.304
N														10	10	10
Item_14														1		
Pearson Correlation															.307	-.518
Sig. (2-tailed)															.307	-.518
N															10	10
Item_15															1	
Pearson Correlation																.524
Sig. (2-tailed)																.524
N																10
Skor_Total																
Pearson Correlation																.645*
Sig. (2-tailed)																.044
N																10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**Correlations**

	Item_1	Item_2	Item_3	Item_4	Item_5	Item_6	Item_7	Item_8	Item_9	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15	Skor_Total
Item_1	1	.667*	.250	.218	.764*	.304	.408	-.102	.250	-.250	-.606	-.323	-.739*	.612	-.583	.575
Item_2		1	.486	.545	.010	.393	.242	.779	.486	.486	.063	.363	.015	.060	.077	.082
Item_3			1	.250	.600	.000	.408	.408	.167	-.167	-.152	-.645*	-.800**	.408	-.667*	.420
Item_4				1	.764*	.055	.609	.000	.167	-.167	-.152	.323	-.185	.408	.167	.310
Item_5					1	.062	.881	.062	.779	.645	.676	.363	.610	.242	.645	.384
Item_6						1	.286	-.598	.267	-.200	-.218	-.423	-.161	-.200	-.491	-.188
Item_7							1	.447	.373	.000	-.304	.236	-.225	.373	.000	.686*
Item_8								1	.195	.289	1.000	.393	.703	.512	.532	.289
Item_9									1	.000	-.408	-.816*	-.557	.000	-.302	.000
Item_10										1	.250	.227	.000	-.185	.408	.167
Item_11											1	.531	.000	.185	.102	.022
Item_12												1	.000	.188	.093	.227
Item_13													1	.000	.643	.799
Item_14														1	.715*	.000
Item_15															1	-.354
Skor_Total																1

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).  
 \*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari data di atas di dapat output nilai korelasi antara skor item dengan skor total. Nilai ini kemudian kita bandingkan dengan nilai rtabel, rtabel dicari pada signifikansi 0,05 dengan (n) 10 (angka 10 karena jumlah responden kita adalah 10 orang), maka di dapat rtabel sebesar 0,632 (lihat rtabel Distribusi Nilai rtabel Signifikansi 5%).

Uji signifikansi dilakukan pada taraf  $\alpha = 0,05$ . Instrumen dapat dikatakan valid jika nilai *pearson correlation* pada skor total lebih besar dari r table yakni 0,632.

Lampiran 6

**Output SPSS Uji Reliabilitas**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.671	30

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	91.50	121.167	-.797	.729
Item_2	92.20	107.067	-.160	.690
Item_3	92.00	105.111	-.062	.678
Item_4	91.90	94.989	.543	.642
Item_5	92.40	98.044	.371	.654
Item_6	91.80	109.067	-.332	.691
Item_7	92.50	104.722	-.049	.681
Item_8	91.10	95.433	.287	.656
Item_9	91.50	96.722	.160	.671
Item_10	91.00	96.444	.222	.662
Item_11	91.70	101.789	.054	.677
Item_12	91.40	99.822	.259	.661
Item_13	91.10	109.878	-.248	.705
Item_14	91.40	86.933	.598	.621
Item_15	91.80	89.511	.622	.626
Item_16	91.20	103.289	.006	.679
Item_17	91.70	89.789	.518	.632
Item_18	90.90	94.544	.488	.643
Item_19	90.20	99.067	.417	.655
Item_20	91.30	94.900	.359	.649
Item_21	90.50	89.167	.690	.622
Item_22	90.40	91.378	.690	.628
Item_23	89.90	98.544	.404	.654
Item_24	91.10	94.100	.233	.662
Item_25	90.50	105.611	-.093	.682
Item_26	90.10	98.767	.268	.659
Item_27	90.10	98.767	.409	.654
Item_28	90.50	81.833	.847	.593
Item_29	92.10	102.100	.116	.669
Item_30	91.80	110.178	-.278	.703

Uji signifikansi dilakukan pada taraf  $\alpha = 0,05$ . Instrumen dapat dikatakan reliabel bila nilai Alpha lebih besar dari r tabel. Dari hasil output di atas di dapat nilai Alpha sebesar 0,671, nilai ini kemudian kita bandingkan dengan nilai r tabel, r tabel di cari pada signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi dan jumlah data (n) = 10, maka di dapat r tabel sebesar 0,632. Oleh karena nilai  $r = 0,671 > r \text{ tabel} = 0,632$  maka dapat disimpulkan bahwa item-item tersebut reliabel.

Lampiran 7

TABEL NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT

N	Taraf Signifikansi		N	Taraf Signifikansi		N	Taraf Signifikansi	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
<b>3</b>	0.997	0.999	<b>26</b>	0.388	0.496	<b>55</b>	0.266	0.345
<b>4</b>	0.850	0.990	<b>27</b>	0.381	0.487	<b>60</b>	0.254	0.330
<b>5</b>	0.878	0.959	<b>28</b>	0.374	0.478	<b>65</b>	0.244	0.317
			<b>29</b>	0.367	0.470	<b>70</b>	0.235	0.306
<b>6</b>	0.811	0.917	<b>30</b>	0.361	0.463	<b>75</b>	0.227	0.296
<b>7</b>	0.754	0.874						
<b>8</b>	0.707	0.834	<b>31</b>	0.355	0.456	<b>80</b>	0.220	0.286
<b>9</b>	0.666	0.798	<b>32</b>	0.349	0.449	<b>85</b>	0.213	0.278
<b>10</b>	0.632	0.765	<b>33</b>	0.344	0.442	<b>90</b>	0.207	0.270
			<b>34</b>	0.339	0.436	<b>95</b>	0.202	0.263
<b>11</b>	0.602	0.735	<b>35</b>	0.344	0.430	<b>100</b>	0.195	0.256
<b>12</b>	0.576	0.708						
<b>13</b>	0.553	0.684	<b>36</b>	0.329	0.424	<b>125</b>	0.176	0.230
<b>14</b>	0.532	0.661	<b>37</b>	0.325	0.418	<b>150</b>	0.159	0.210
<b>15</b>	0.514	0.641	<b>38</b>	0.320	0.413	<b>175</b>	0.148	0.194
			<b>39</b>	0.316	0.408	<b>200</b>	0.138	0.181
<b>16</b>	0.497	0.623	<b>40</b>	0.312	0.403	<b>300</b>	0.113	0.148
<b>17</b>	0.482	0.606						
<b>18</b>	0.468	0.590	<b>41</b>	0.308	0.398	<b>400</b>	0.098	0.128
<b>19</b>	0.456	0.575	<b>42</b>	0.304	0.393	<b>500</b>	0.088	0.115
<b>20</b>	0.444	0.561	<b>43</b>	0.301	0.389			
			<b>44</b>	0.297	0.384	<b>600</b>	0.080	0.105
<b>21</b>	0.433	0.549	<b>45</b>	0.294	0.380	<b>700</b>	0.074	0.097
<b>22</b>	0.432	0.537						
<b>23</b>	0.413	0.526	<b>46</b>	0.291	0.376	<b>800</b>	0.070	0.091
<b>24</b>	0.404	0.515	<b>47</b>	0.288	0.372	<b>900</b>	0.065	0.086
<b>25</b>	0.396	0.505	<b>48</b>	0.284	0.368			
			<b>49</b>	0.281	0.364	<b>1000</b>	0.062	0.081
			<b>50</b>	0.279	0.61			

Lampiran 8

Tabel Distribusi F

Titik Persentase Distribusi F untuk Probabilita = 0,05

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
46	4.05	3.20	2.81	2.57	2.42	2.30	2.22	2.15	2.09	2.04	2.00	1.97	1.94	1.91	1.89
47	4.05	3.20	2.80	2.57	2.41	2.30	2.21	2.14	2.09	2.04	2.00	1.96	1.93	1.91	1.88
48	4.04	3.19	2.80	2.57	2.41	2.29	2.21	2.14	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
49	4.04	3.19	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.08	2.03	1.99	1.96	1.93	1.90	1.88
50	4.03	3.18	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.07	2.03	1.99	1.95	1.92	1.89	1.87
51	4.03	3.18	2.79	2.55	2.40	2.28	2.20	2.13	2.07	2.02	1.98	1.95	1.92	1.89	1.87
52	4.03	3.18	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.07	2.02	1.98	1.94	1.91	1.89	1.86
53	4.02	3.17	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
54	4.02	3.17	2.78	2.54	2.39	2.27	2.18	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
55	4.02	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.06	2.01	1.97	1.93	1.90	1.88	1.85
56	4.01	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
57	4.01	3.16	2.77	2.53	2.38	2.26	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
58	4.01	3.16	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.05	2.00	1.96	1.92	1.89	1.87	1.84
59	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.04	2.00	1.96	1.92	1.89	1.86	1.84
60	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.25	2.17	2.10	2.04	1.99	1.95	1.92	1.89	1.86	1.84
61	4.00	3.15	2.76	2.52	2.37	2.25	2.16	2.09	2.04	1.99	1.95	1.91	1.88	1.86	1.83
62	4.00	3.15	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.99	1.95	1.91	1.88	1.85	1.83
63	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
64	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.24	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
65	3.99	3.14	2.75	2.51	2.36	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.85	1.82
66	3.99	3.14	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.84	1.82
67	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.98	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
68	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
69	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.86	1.84	1.81
70	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.14	2.07	2.02	1.97	1.93	1.89	1.86	1.84	1.81
71	3.98	3.13	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.97	1.93	1.89	1.86	1.83	1.81
72	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
73	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
74	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.22	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.85	1.83	1.80
75	3.97	3.12	2.73	2.49	2.34	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.83	1.80
76	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
77	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
78	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.80
79	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.79
80	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.21	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.84	1.82	1.79
81	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.82	1.79
82	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
83	3.96	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
84	3.95	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
85	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
86	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.78
87	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.83	1.81	1.78
88	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.20	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.81	1.78
89	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78
90	3.95	3.10	2.71	2.47	2.32	2.20	2.11	2.04	1.99	1.94	1.90	1.86	1.83	1.80	1.78

## Lampiran 9

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

**Nama** : Ayu Efitasari

**Tempat Tgl Lahir** : Trenggalek, 19 Agustus 1993

**Agama** : Islam

**Jenis Kelamin** : Perempuan

**Alamat Rumah** : RT. 09 RW. 02 Desa Kamulan Kecamatan Durenan  
Kabupaten Trenggalek Jawa Timur

#### **Nama Orang Tua**

**Bapak** : Karmanu

**Ibu** : Mujiati

#### **Pendidikan Formal**

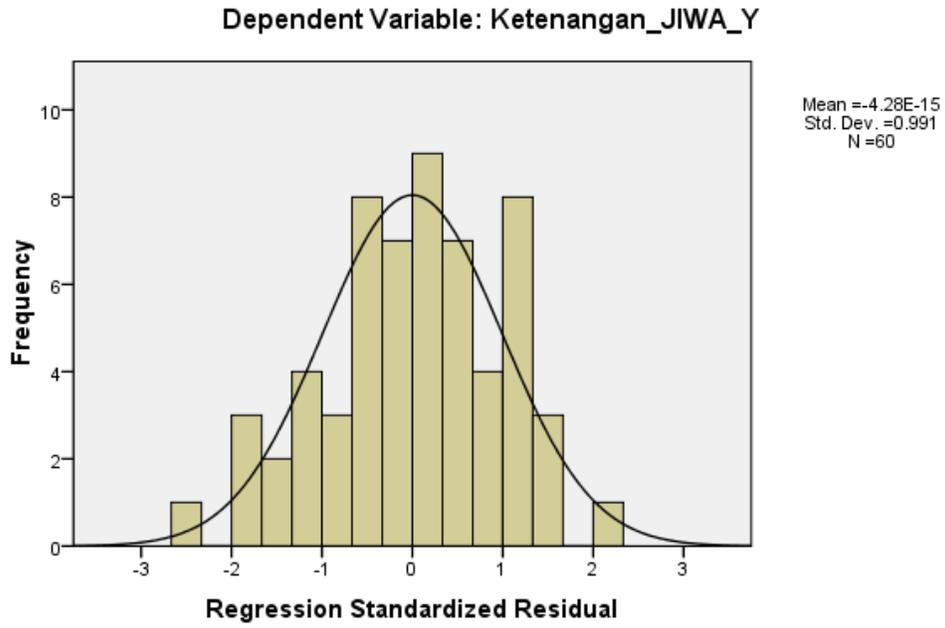
SD/MI : MIWB Hidayatut Thullab (Lulus 2006)

SMP/MTS : SMPN 2 Durenan (Lulus 2008)

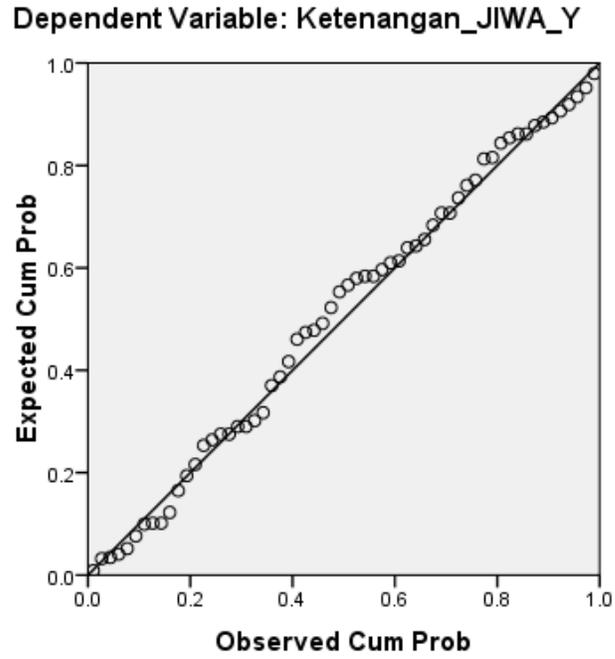
SMK/SMA/MA : SMK 1 Islam Durenan (Lulus 2011)

IAIN Tulungagung, Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Adab dan  
Dakwah

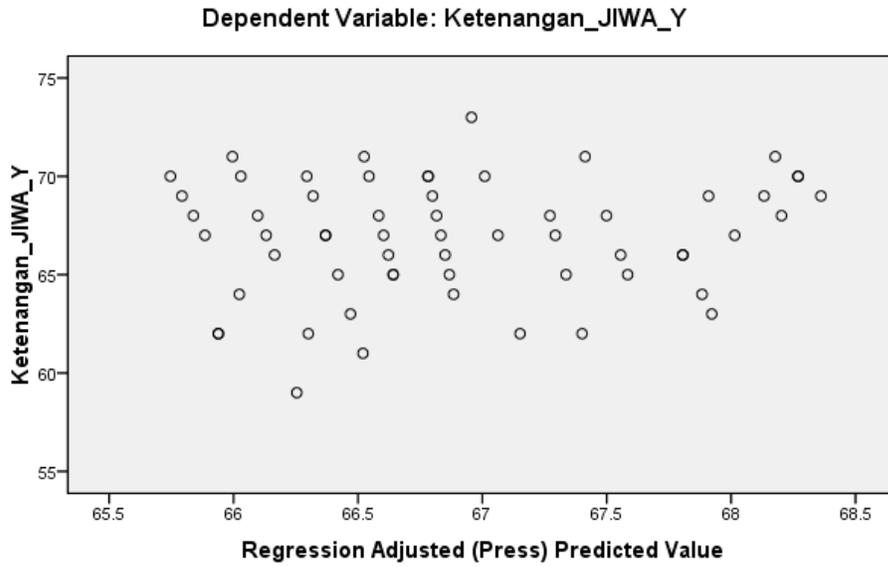
### Histogram



### Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Scatterplot



# JAMA'AH ISTIQOSAH PADANG ATI



## MAJLIZUN DZIKIRIN

Kamulan - Durenan - Trenggalek

16 November 2014



