

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Penerapan metode takrir yang digunakan dalam meningkatkan Al Quran siswa di MAN 3 Tulungagung.

Takrir adalah suatu metode yang dilakukan dengan cara seseorang membaca berulang kali surat yang ingin dihafalkannya dan setiap surat yang ingin dihafalkan bisa dibaca berulang kali sampai 10 kali pengulangan sampai ia benar-benar merasa hafal dan yakin bahwa surat yang ingin dihafalkan sudah dikuasai dan tidak terjadi kekhawatiran hafalannya terdapat kesalahan.

Takrir sendiri merupakan suatu metode salah satu cara agar informasi – informasi yang masuk ke memori jangka pendek dapat langsung ke memori jangka panjang dengan pengulangan (*rehearsal* atau *takrir*). Hal tersebut telah dicontohkan oleh para ulama' terdahulu mereka telah mempraktikkan metode dengan cara sering membaca Al-Qur'an ini sampai bisa hafal sendiri.

Metode ini pun diyakini mampu membantu orang-orang yang mungkin memiliki ingatan yang agak lemah, dan yang paling terpenting dalam penggunaan metode ini seseorang harus benar-benar mempunyai waktu yang longgar karena prosesnya yang mungkin membutuhkan waktu dan kesabaran yang lebih.

Tahapan pada metode ini adalah mereka menentukan batasan materi yang akan mereka hafalkan kemudian mereka membaca berulang kali dengan teliti sampai menganggap bahwa telah sempurna lalu, mereka menghafal ayat perayat sampai batas materi yang telah mereka tentukan yang kemudian pada tahap terakhir mereka mengulang hafalan sampai benar-benar lancar dan siap untuk di setorkan kepada ibu guru.

Penerapan metode *takrir* sendiri adalah dengan cara mereka menentukan batasan materi yang akan mereka hafalkan kemudian mereka membaca berulang kali dengan teliti sampai menganggap bahwa telah sempurna lalu, mereka menghafal ayat perayat sampai batas materi yang telah mereka tentukan yang kemudian pada tahap terakhir mereka mengulang hafalan sampai benar-benar lancar dan siap untuk di setorkan kepada ibu guru.

Faktor pendukung dalam pelaksanaan metode *takrir* sendiri adalah motivasi yang diberikan oleh orang tua, bapak dan ibu guru, target hafalan yang dimiliki oleh para peserta didik, berdo'a sebelum dimulainya kegiatan tahfidz, dan adanya buku prestasi.

Semua anak yang ingin atau hendak menghafalkan Al Quran dianjurkan untuk terlebih dahulu meminta izin kepada orang tuanya, dan dukungan dari seorang guru yang mendampinginya untuk menghafal Al- Al Quran, sebab hal itu menjadi hal yang mampu menentukan suatu keberhasilan dalam meraih harapan yang ingin dicapai, motivasi serta dukungan dari kedua belah pihak diatas diharapkan mampu memupuk rasa

semangat anak apabila mengalami suatu masalah ketika dalam proses menghafal.

Target dalam menghafal sangatlah menjadi hal penting , seorang yang sedang menempuh menghafal Al Quran dianjurkan untuk memiliki target dalam hafalannya misalnya satu hari satu ada dua lembar saja. Jangan terlalu banyak menambah hafalan baru, bahkan tidak boleh lebih dari seperelapan juz supaya ketika akan mengulanginya kembali tidak kesulitan dan bisa menjaga hafalan yang sebelumnya. Sebab jika menambah hafalan terlalu banyak di khawatirkan hafalan yang lama akan terlupakan begitu saja dan hafalan menjadi rancuh.

Berdo'a adalah suatu permohonan seorang hamba kepada tuhan, oleh sebab itu seorang penghafal Al Quran haruslah memohon kelancaran dan kemudahan kepada Allah. Seberapa besar usaha seseorang dalam menghafalkan Al Quran tanpa di iringi sebuah permintaan do'a kepada Allah SWT maka hal itu akan percuma, karena sesungguhnya suatu ikhtiar haruslah di iringi dengan do'a agar semua berjalan dengan lancar dan penuh barakah, sehingga semuanya mampu membawa kemanfaatan bagi diri sendiri maupun orang lain.

Hasil evaluasi sangatlah penting dilaksanakan bagi setiap pendidik, dimana hal ini untuk mengetahui tingkat suatu keberhasilan belajar para siswa. Diantara bentuk evaluasi yang ada di MAN 3 Tulungagung adalah mengadakan setoran hafalan satu minggu sekali dan hasil belajar akhir

semester yang nantinya para peserta didik akan diberikah hasil raport hafalannya.

Faktor penghambat dalam pelaksanaan metode *takrir* sendiri adalah hilangnya hafalan lama, rasa malas untuk *mentaqrir* hafalan baru ada juga yang merasa telah di sibukkan dengan rutinitas sehari-hari, ketika menjumpai ayat-ayat yang sulit .

Menghilangnya atau buyarnya hafalan yang lama yang telah dimiliki dikarenakan jarang nya seorang menghafal Al Quran dalam *memuroja'ah* hafalan lama yang telah ia miliki, karena terlalu sering men *takrir* hafalan baru maka hafalan lama pun tertumpuk dengan yang baru dalam ingatan yang kemudian mengakibatkan rentangnya kehilangan data hafalannya yang lama.

Rasa malas pasti akan menghampiri setiap orang karena sejatinya seseorang juga memiliki suatu titik dimana ia lelah, kesal, dan banyak masalah yang kemudian menumbuhkan rasa malas dan hal ini terkadang juga menghinggapi para menghafal Al Quran yang kemudian membuat mereka tidak melakukan *taqrir* pada hafalannya, disisi lain selain rasa malas yang menghampiri ada yang namanya suatu kesibukan yang menanti seseorang karena di MAN 3 Tulungagung anak-anak tidak hanya diberikan beban untuk menghafal saja, tapi ia juga diberikan beban dengan mata pelajaran yang lain yang menanti untuk dikerjakan dan bukan itu saja mereka juga memiliki tanggungan untuk membantu orang tua ketika telah pulang sekolah, dari banyak nya rutinitas yang mereka laksanakan maka hal

itu menjadi penghambat yang sangat berarti bagi siswa di MAN 3 Tulungagung. Seorang calon penghafal Al Quran ketika menjumpai ayat yang sulit terkadang cenderung kesulitan dalam melafalkan sehingga hambatan yang sering terjadi adalah kesalahan pelafalan, kesalahan pengulangan dan kesalahan peletakan urutan ayat.

Solusi dalam mengatasi hambatan pelaksanaan metode *takrir* sendiri adalah menyisipkan hafalan pada saat jam-jam kosong di sekolah dan setelah sholat magrib di rumah. memaksakan diri untuk selalu *muroja'ah* pada setiap ba'da magrib, membaca berulang kali sampai puluhan kali ayat yang dianggap sulit.

Untuk *mentaqrir* hafalan karena kurangnya manajemen waktu cara yang ditawarkan adalah dengan cara menyisipkan hafalan pada setiap jam kosong di sekolah, dengan anggapan dari pada waktu disiasikan untuk membicarakan orang lain atau bermain maka alangkah baiknya melakukan hafalan Al-Qur'an dan cara kedua yakni menjadwalkan diri ba'da Magrib untuk meluangkan waktu menghafalkan Al-Qur'an yang di sekiranya menjadi waktu yang efektif untuk beristirahat dan menunggu waktu sholat isya'.

Ketika rasa malas menghampiri seseorang harus memiliki motivasi tersendiri yang mampu meningkatkan semangatnya yakni, salah satunya mampu memaksakan diri untuk melaksanakan jadwal yang telah dibuat sendiri untuk melakukan suatu hafalan pada waktu yang telah dijadwalkan sendiri.

Salah satu cara untuk menghadapi ayat yang sulit adalah dengan cara membaca berulang kali tanpa beranjak ke ayat berikutnya sebelum ayat awal yang di hafalkan belum benar-benar betul tertanam dalam ingatan memorinya dan diyakini tidak terdapat kesalahan dalam pelafalanya.

Menurut Wiwi Alwiyah Wahid tujuan dari Metode *taqrir* ialah

supaya hafalan yang sudah di hafalkan tetap terjaga dengan baik, kuat, dan lancar sehingga harus diulang berulang kali agar tertanam dan kuat dalam ingatan dan tidak mudah terlupakan ketika seorang calon penghafal Al Quran beranjak menghafalkan surat selanjutnya.¹

2. Penerapan metode *muroja'ah* yang digunakan dalam meningkatkan hafalan Al Quran siswa di 3 Tulungagung

Secara bahasa *muroja'ah* berasal dari bahasa arab *roja'a yarji'u* yang berarti kembali. Sedangkan secara istilah ialah mengulang kembali atau mengingat kembali sesuatu yang telah dihafalkannya.² Metode *muroja'ah* suatu metode mengulang kembali atau mengingat kembali sesuatu yang telah dihafalkannya. *Muroja'ah* juga bisa disebut sebagai metode pengulangan berkala. Ada beberapa materi pelajaran yang perlu untuk dihafalkan. Setelah dihafalkan pun masih perlu untuk diulang atau di *muroja'ah*. Hal yang perlu dilakukan dalam metode pengulangan berkala ialah mencatat dan membaca ulang catatan. Tahapan dari metode ini adalah Persiapan (*Isti'dad*) . Kewajiban utama penghafal Al Quran adalah ia harus menghafalkan setiap harinya minimal satu halaman dengan tepat dan benar dengan memilih waktu yang tepat untuk menghafal, pengesahan

¹Wiwi Alwiyah Wahid, *Cara Cepat...*, hal 99

²Alpiyanto, *Menjadi Juara...*, hal. 184

(*Tashih*/setor) setelah dilakukan persiapan secara matang dengan selalu mengingat-ingat satu halaman tersebut, berikutnya *tashihkan* (setorkan) hafalan kepada *ustadz/ustadzah*, dan pengulangan (*Muraja'ah*/Penjagaan) setelah setor jangan meninggalkan tempat (majlis) untuk pulang sebelum hafalan yang telah disetorkan diulang beberapa kali terlebih dahulu (sesuai dengan anjuran *ustad/ustadzah*) sampai ustad benar-benar mengijinkannya.

Hafalan yang sudah diperdengarkan dihadapan guru atau kyai yang semula sudah dihafal dengan baik dan lancar, kadangkala masih terjadi kelupaan lagi bahkan kadang-kadang menjadi hilang sama sekali. Oleh karena itu perlu diadakan *Muraja'ah* atau mengulang kembali hafalan yang telah diperdengarkan dihadapan guru atau kyai.

Faktor pendukung dalam pelaksanaan metode *muroja'ah* sendiri adalah seorang *ustadzah* yang selalu mengingatkan anak-anak untuk *memuroja'ah* hafalan siswa dirumah dan tidak adanya paksaan untuk selalu menyetorkan hafalan baru

Dalam masa- masa perjuangan seseorang pasti akan menemukan yang namanya suatu masa dimana ia merasa amat bersemangat meraih tujuannya dan ada lagi masa dimana seseorang merasa malas dan letih untuk mencapai tujuannya dan pada saat inilah seseorang harus didampingi oleh orang yang mampu mendukung dalam berbagai keadaanya, sehingga apabila motivasi seseorang telah turun maka akan ada dukungan dari luar yang mampu membangkitkan semangat yang ada pada dalam dirinya untuk mencapai tujuan yang ingin diharapkan.

Terkadang ketika seseorang tidak dalam tekanan maka ia akan mudah untuk melakukan sesuatu karena ia merasa dihargai dan dipercaya dengan apa yang ia lakukan, beda lagi apabila seseorang ditekan maka disana terkadang akan terjadi interaksi penolakan dalam diri seseorang, maka dengan hal tersebut, di MAN 3 Tulungagung, anak tidak di tuntut harus setoran hafalan sekian ayat, tetapi anak diberikan kebebasan untuk memilih berapa ayat kah yang akan ia setorkan kepada bapak/ ibu guru.

Faktor penghambat dalam pelaksanaan metode *muroja'ah* sendiri adalah terlalu asyik menghafalkan hafalan baru, kurangnya waktu akibat tugas sekolah, ekstra sekolah, dan tugas dirumah, godaan bermain dengan teman dan asyik main *Handphone*

Seseorang yang sedang dalam proses menghafalkan Al Quran yang sering terjai adalah ke asyikkan menambah hafalan dan jarangny melukan *muroja'ah* pada hafalan yang lama yang kemudian tanpa disadari hafalan yang lam telah gugur sedikit demi sedikit dan terkadang terjadi kerancuan dari ayat satu keayat selanjutnya.

Bagi anak yang kurang bisa mengatur waktu, maka ia akan kesulitan untuk melaksanakan tugas-tugasnya dengan seimbang sehingga tugas yang seharusnya ia laksanakan bisa terlupakan begitu saja dengan tugas yang lain. Hal tersebut bagi seorang penghafal Al Quran yang cenderung tidak mampu memenejemen waktunya dengan baik maka ia akan sangat sulit untuk bisa mencapai tujuannya, karena ia cenderung lebih mementingkan salah satu tugas dan meninggalkan tugas yang lain..

Hal ini lah yang menjadi factor utamanya terlambatnya anak untuk menghafalkan Al Quran karena lebih senang bergaul dengan teman yang hobinya main saja dan tidak memperhatikan tugasnya maka tanpa ia sadari iahanya membuang waktunya dengan sia-sia dan pada saat ia harus menyetorkan hafalannya maka ia akan menyadari bahwa dirinya telah terlambat karena asyik bermain dan disisi lain kadang anak juga sangat tergantung dengan yang namanya *handphone* dimana jika anak yang tidak bijak dalam penggunaanya bisa saja malah memperburuk jam belajarnya, karena keasyikan main *handphone* bisa membuat siapa saja lupa akan waktu dan tugas-tugasnya.

Solusi dalam mengatasi hambatan pelaksanaan metode *muroja'ah* sendiri adalah: pembagian waktu antara *muroja'ah* dan *mentaqrir* hafalan, menjadwalkan waktu *muroja'ah* pada pagi hari yakni waktu sebelum dan sesudah subuh, dan berteman dengan teman yang mampu membawa kearah yang lebih baik dan mampu memebrikan motivasi penyemangat.

Pembagian waktu itu sangat lah penting bagi calon penghafal Al Quran agar mampu memperoleh target yang ia harapkan, Oleh karena itu, motede yang paling baik dan tepat dalam menghafal Al Quran ialah dengan menggabungkan antara mengulang dan menambah hafalan baru. Jika dalam sehari mampu menghafal satu halaman dengan lancar dan kuat, maka jarang lupa untuk mengulang hafalan lama, hafalan tersebut harus diulang secara terus- menerus hingga dapat menyelesaikan sesuai target yang ingin dicapai.

Dengan memenejemen waktu yang baik dan tepat maka seseorang akan lebih mudah untuk mencapai tujuan yang diharapkan, salah satunya yakni pembiasaan *muroja'ah* pada saat sebelum dan sesudah sholat subuh yang dirutinkan agar mempermudah proses dalam menghafal Al Quran.

Menjaga pertemanan itu juga sangat penting, berteman dengan orang yang sholeh serta sholehah juga akan mengantarkan diri kita ke arah yang lebih baik dan begitu sebaliknya. Jadi apabila seorang calon menghafal Al Quran ingin diperlancar hafalannya maka bertemanlah dan jagalah pergaulan yang ia miliki karena hal ini bisa menjadi pemicu dari berhasil atau tidaknya seseorang mencapai suatu tujuan.

Sebagai penghafal Al Quran maka harus bersungguh-sungguh dan bertekad bulat sebagaimana yang dikatakan oleh Fudhoil yang dikutip oleh Roghib dan Adurrahman

Penghafal Al Quran adalah pembawa bendera islam. Sangat tidak layak baginya larut dalam senda gurau sebagaimana orang-orang yang bersenda gurau, dan tidak layak baginya larut dalam kealpaan seperti orang yang alpa. Tidak layak juga baginya larut dalam kelalaian dan permainan bersama orang lalai.³

3. Penerapan metode *tasmi'* (sema'an) yang digunakan dalam meningkatkan hafalan Al Quran siswa di MAN 3 Tulungagung

Metode *tasmi'* adalah suatu metode yang terdiri dari dua orang yang didalamnya berisi kegiatan saling sima' menyimak hafalan Al Quran yang dimana tujuannya utamanya untuk memperlancar dan mengetahui letak

³Roghib As Sirjahi dan Abdurrahman bin Khaliq, *Cara Cerdas Menghafal Al-Qur'an*, (Solo: Serikat Penerbit Islam), hal 47

kesalahan yang ia miliki. Karena dengan disimakkan oleh orang lain maka akan mempercepat pengetahuan kesalahan oleh seorang calon penghafal Al Quran dan ia akan mampu segera untuk membenahinya. Tahapan dari metode *tasmi'* adalah Bersama-sama baca keras bergantian membaca ayat dengan jahri. Ketika partnernya membaca jahri dia harus membaca khafi (pelan) begitulah seterusnya dengan gantian. Sistem ini dalam satu majelis diikuti minimal 2 peserta.

Metode *tasmi'* (*Sema'an*) merupakan suatu metode yang dilakukan oleh 2 orang atau lebih dimana ada yang menghafal dan ada yang menyimak terhadap bacaan yang dibaca dan menurut Wiwi Alwiyah Wahid *tasmi'* adalah memperdengarkan hafalan orang lain, misalnya kepada sesama teman tahfidz atau kepada senior yang lebih lancar.

Kegiatan *sema'an* adalah suatu kegiatan untuk memperlancar hafalan dan menambah hafalan baru dan menjaga hafalan yang telah dimiliki. Penerapan dari metode *tasmi'* sendiri adalah bersama-sama baca keras bergantian membaca ayat dengan jahri. Ketika partnernya membaca *jahri* dia harus membaca khafi (pelan) begitulah seterusnya dengan gantian. Kemudian maju kedepan menyemakkan ke ustadzah, menurut Wiwi Alwiyah Wahid biasanya seorang guru memerintahkan anak didiknya supaya mengulang hafalan setiap selesai mengaji atau setoran bersama teman pasangannya semaannya.

Faktor pendukung dalam pelaksanaan metode *tasmi'* (*sema'an*) menurut Wiwi Alwiyah Wahid adalah:

Pertama, Adanya teman yang menyimak yakni dengan cara memerdengarkan hafalan kepada orang lain agar mengetahui tentang letak letak ayat yang keliru ketika di bacakan, *kedua* adanya teman yang selalu mendukung, dengan teman seaman yang saling mengisi maka akan terjadi saling mengoreksi antar satu teman lain agar letak kesalahan yang terjadi bisa terdeteksi.⁴

Dengan adanya teman yang menyimak maka akan memudahkan seorang calon penghafal Al Quran untuk mengetahui letak kesalahan yang terjadi pada saat proses menghafal suatu surat dan secara cepat mampu mendeteksi kesalahannya dan langsung bisa memeperbaikinya sebelum tertanam kedalam pikiran secara permanen.

Dengan adanya team yang saling melengkapi, akan meningkatkan semangat dan motivasi tersendiri bagi calon penghafal Al Quran. Agar ia selalu menambah hafalan yang baru dengan cara, bergantian saling simak-menyimak yang akhirnya tidak akan menimbulkan rasa bosan pada saat melaksanakan hafalan, karena merasa ada seseorang yang ikut berjuang bersamanya.

Ketika teman yang biasanya menjadi *team* tidak masuk, hal ini akan menyulitkan bagi penghafal karena teman yang biasanya ia ajak untuk saling mengoreksi hafalan menjadi tidak ada dan pada akhirnya anak harus melakukan hafalan sendiri sebelum menyetorkan hafalan kepada seorang guru atau sudah menyetorkan hafalannya.

Faktor penghambat dalam pelaksanaan metode *tasmi*(*sema'an*)

- 1) Rasa malas

⁴Wiwi Alwiyah Wahid, *Cara CepaT...*, hal. 99

Rasa malas secara luas yakni suatu perasaan dimana seseorang akan enggan melakukan sesuatu karena dalam pikirannya sudah mulai pudar untuk melakukan hal tersebut dan cenderung memiliki rasa ingin menunda-nunda yang pada akhirnya akan semakin memperlambat kerjanya .⁵

Pada hakikatnya saat para siswa maupun siswi MAN 3 Tulungagung dalam proses penerapan metode *tasmi*' ini mereka telah memberikan tanggapan bahwa rasa malas sering menghantui proses menghafal mereka karena rasa malas yang muncul itu telah didukung oleh fasilitas yang dianggap lebih canggih, lebih memudahkan dan mampu memeberikan hiburan yakni alat canggih tersebut adalah *Handphone* . jadi dapat disimpulkan bahwa factor yang mendukung rasa malas yang paling mendomisili mereka adalah *handphone* yang memiliki fasilitas hiburan dianggap lebih menyenangkan dan tidak memberatkan mereka.

2) Ketika teman sebangku tidak masuk

Teman adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama yang saling berinteraksi dengan kawan-kawan sebaya yang berusia sama dan memiliki peran yang unik dalam budaya atau kebiasaanya.⁶

⁵Dwi jo, *Pengertian Malas*, dalam <http://dwi-jo.blogspot.com/2011/03/pengertian-malas.html>. diakses 8 Januari 2018

⁶Jhon W. Santrock, *Remaja*, (Jakarta: Erlangga,2002), hal.55

Dalam proses hafalan menggunakan metode *tasmi'* teman se *team* sangatlah dibutuhkan karena dengan metode ini dianjurkan untuk memiliki *team* yang tetap, dengan *team* yang sama dalam jangka waktu tertentu itu akan membuat satu dengan yang lainnya mampu memahami karakter masing-masing, sehingga akan mempermudah proses pelaksanaan hafalan yang mereka laksanakan, dan apabila salah satu diantara mereka tidak dapat hadir hal itu berpengaruh terhadap hafalan yang akan ia laksanakan.

Solusi dalam mengatasi hambatan pelaksanaan metode *muroja'ah* sendiri adalah:

- 1) Memberikan motivasi antar teman

Motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif-motif menjadi perbuatan atau tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan, atau keadaan dan kesiapan dalam diri individu yang mendorong tingkah lakunya untuk berbuat sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu.⁷

Saling memotivasi diri antar teman adalah suatu hal yang sangat positif, pada hakikatnya memang yang paling penting itu adalah motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri tapi dukungan dari pihak lain sangatlah diperlukan ketika dalam diri seseorang itu telah merasa lemah dan rapuh. Pada saat inilah motivasi dari luar menjadi

⁷Moh. Uzer Usman, *Menjadi GGuru Profesional*, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2011), hal, 1

pembangkit motivasi yang ada pada diri sendiri dan teman *se-team* lah yang harus ikut andil besar untuk meningkatkan semangat teman *se-team* nya. Agar mampu mencapai harapan yang telah ditargetkan bersama.

2. Ikhlas dalam menghafal Al Quran

Ikhlas adalah niat mengharapkan ridha Allah saja dalam beramal tanpa menyekutukan- Nya dengan yang lain, memurnikan niatnya dari kotoran yang mampu merusak. Dan para ulama' telah sepakat bawa niat dalam setiap amal itu merupakan satu kemestian bagi diperolehnya pahala dari amal itu. Ikhlas karena Allah dalam berbuat merupakan salah satu syarat diterimanya perbuatan amal seperti halnya hafalan Al Quran.⁸

Keikhlasan haruslah kita tanamkan pada diri sendiri baik dalam segala hal ibadah maupun menghafalkan Al Quran, sifat yang mampu mengotori hati seperti Riya' nifaq dan bentuk syirik lainnya harus kita hindari. Cara kita untk dapat mencapai rasa keikhlasan adalah dengan mengosongkan pikiran disaat kita sedang beribadah kepada Allah SWT. Kita harus terfokus memikirkan Allah. Rasakanlah Allah berada dihadapan kita dan sedang menyaksikan kita. Insya Allah dengan cara diatas anda dapat mencapai ikhlas. Dan jangan lupa untuk selalu

⁸Ayat Dimiyati, *I Hadits Arba'in, Masalah Aqidah, Syari'at, dan Akhlaq*, (Bandung: Marja;, 2001), hal. 2.

berdo'a memohon kepada Allah agar kita dapat melaksanakan hafala Al-Qur'an dengan lancar walau teman se- *team* tidak masuk.

Dengan keikhlasan yang telah menempel pada diri seseorang hal itu akan mampu menerjang segala halangan dan rintangan yang ada dihadapan mata, dengan rasa keikhlasan yang telah mendalam maka seseorang akan merasa segala sesuatu yang ia jalani akan terasa lebih ringan dan tidak merasa dibebani oleh apapun.