

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan di zaman yang serba modern, itu di tandai oleh berbagai macam kegiatan dan kesibukan yang banyak menyita waktu, menguras tenaga dan pikiran. Pola hidup seperti itu yang demikian menyebabkan beberapa orang di zaman modern ini menderita kelelahan fisik maupun mental. Dan tidak mungkin bahwa banyak manusia belakangan ini mengalami stres.

Kehidupan di zaman modern yang sudah tampak jelas kenyataannya adalah munculnya berbagai permasalahan yang tidak mengenal batas umur, kelompok sosial, dan segala rentang usia yang mengganggu kebahagiaan dalam hidupnya.

Manusia akan merasakan kejemukan disaat waktu tertentu, baik di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah (remaja), maupun lingkungan kerja. Sehingga dari hal tersebutlah (kejemukan) menimbulkan kegelisahan dalam dirinya dan mengakibatkan hatinya menjadi terjerembab di dalam goa yang gelap (stres). Maka dari itu perlu adanya solusi yang tepat untuk menghindari dari semua permasalahan yang di deritanya ini, tiada lain yaitu dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT. Agar lebih mendekatkan diri tentunya dengan memperbanyak ibadah dan dzikir kepada-Nya. Di dunia ini tidak ada manusia yang akan memahami hakikat kehidupan pasti akan memahami pula permasalahan hidup, orang yang memahami hakikat kehidupan, pada gilirannya akan mampu menghadapinya dengan penuh kesabaran, ketabahan, dan ketangguhan, berdzikir kepada Allah akan membuat manusia memahami hidupnya, memahami berbagai masalah yang menimpa dirinya, memahami ujian dan cobaan pula, maka dari itu orang seperti ini akan jauh dari rasa stres ketika di hadapkan dengan suatu masalah-masalah kehidupan.

Ibadah dan keimanan kepada Allah memiliki banyak pengaruh baik bagi kesehatan manusia, baik kesehatan fisik maupun kesehatan psikis. Menurut penelitian yang dilakukan, David B Larson dan timnya dari *The American National Health Research Center* (Pusat Penelitian Kesehatan Nasional Amerika), perbandingan orang amerika yang taat dan yang tidak taat ddalam beragama menunjukkan hasil yang sangat mengejutkan. Contoh, orang yang taat beragama menderita penyakit jantung 60 persen lebih sedikit, tingkat bunuh diri 100 persen lebih rendah, menderita tekanan darah tinggi dengan tingkat yang jauh lebih rendah, dan angka perbandingan ini adalah 7:1 diantara para perokok.¹

Dan dari itu semua bahwa sebenarnya tidak ada sesuatu yang lebih besar pengaruhnya dalam jiwa selain menekankan ibadah, berdzikir, dan taat kepada Allah, dengan beribadahlah kita akan mampu menghubungkan hati kepada-Nya, juga akan meneguhkan jiwa dalam menghadapi segala problem permasalahan di kehidupan ini. Ingat kepada Allah SWT adalah kunci ketenangan dan ketentraman, ketentraman dan ketenangan adalah kunci keteguhan dalam menghadapi segala masalah yang menimpa diri.²

Pada dasarnya seseorang itu selalu menginginkan kesempurnaan di dalam kehidupannya. Begitupun orang yang sedang mengalami stres atau gangguan pada pikiran dan hatinya, karena manusia yang mengalami masalah pada kehidupannya itu di sebabkan karena apa yang diinginkan tidak tercapai atau tidak sesuai dengan ekspektasinya. Maka dari itu keimanan memang merupakan senjata yang paling ampuh bagi orang-orang yang beriman dalam memerangi keputus asaan, ketidak tenangan batin, prasangka buruk, dengki, hasud dan kebencian. Karena keimanan mengajarkan kepada kita, bahwa sesuatu berada di tangan dan kekuatan Allah SWT. Maka dengan keimanan dan kaidah yang kuat, jiwa kita akan hidup, akal kita selamat dan jasmani kita akan sehat.

¹ Abu T Segara, *Quantum Dzikir Mengelola Kesehatan & Kekayaan*.(Yogyakarta:Lafal Indonesia, 2008). Hal.33

² Mahfud An, *Petunjuk mengatasi stress*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 1999), hlm 7

Pada dasarnya beragama dan kesadaran yang telah tertanam itu akan meningkatkan bahwa Allah SWT lah yang telah memberikan kasih sayang pada dirinya, sehingga ia akan merasakan kasih sayang-Nya, oleh karena itu dengan memperbanyak dzikir, manusia pada hakikatnya akan mendapatkan ketenangan pada hatinya, dan jauh dari rasa resah dan gelisah. Sifat Maha pengasih dan Maha penyayang yang dimiliki Allah SWT, banyak menimbulkan dan banyak mendorong manusia untuk beribadah, bertaubat, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Al-qur'an pun menjelaskan di dalam surat Al-An'am:162 menyebutkan bahwa sesungguhnya sholatku, ibadahku, hidup dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam. Jelas bahwa ayat di atas menegaskan bahwa segala amal perbuatan yang manusia lakukan hanyalah semata-mata mengharapkan ridho Allah SWT. Maka semua kecemasan datang dari bagaimana hati mereaksi terhadap kenyataan. Problem-problem kehidupan sesungguhnya adalah ujian Allah SWT. Jika hati lemah dan tak dapat menanggung beban kehidupan, suasana gelisahakan muncul bahkan bisa terjadi stres.

Menurut Al-Quran, sebab-sebab utama manusia mengalami stres adalah karena manusia jauh dari Allah SWT, manusia sering kali melupakan Allah dalam hidupnya, Allah SWT berfirman dalam surat thaha: 124

وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا

“Barang siapa yang berpaling dari mengingat Aku (Allah), maka sesungguhnya baginya kehidupan yang sempit.

Dalam penelitian medis saat ini, telah mulai menerima fakta bahwa al-Qur'an mengungkapkan rahasia besar didalam ayat al-Quran surat Ar-Ra'ad ayat 28.

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram. (QS. Ar-Ra'ad:28).

Ada beberapa cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, diantaranya dengan beribadah dan berdzikir kepada-Nya. Salah satu pembiasaan (terapi) yang sering di gunakan oleh mahasiswa yang mengikuti organisasi untuk tetap selalu mengingat-Nya dan menjaga kesehatan mentalnya dari kesibukan dunia adalah dengan mengikuti kegiatan mingguan organisasi yakni yasinan dan diba'an. Kita tahu bahwa ada banyak sekali salafi yang menulis kitab, buku, atau tulisan yang menulis cerita Nabi. Dari kitab, buku, dan tulisan singkat yang berisi bacaan shalawat tersebut ada yang paling terkenal dan sering di baca oleh warga Nahdliyyin, antara lain adalah shalawat Diba'iyah. Diba'an itu sendiri adalah kegiatan membaca kitab yang berisi bacaan shalawat dan riwayat hidup Nabi secara singkat yang ditulis oleh Syaikh Abdurrahman ad-Diba'i. Dan pada biasanya diba'an ini di bacakan setelah membaca surat yasin.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana proses peningkatan dan kestabilan keimanan mahasiswa di tengah kesibukan duniawinya, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul **“Peran Rutinitas Yasinan dan Diba'an Terhadap Ketenangan Suasana Hati Mahasiswa”** (Studi kasus pada mahasiswa yang mengikuti organisasi daerah KEMPAKA (Keluarga Mahasiswa Pelajar Karawang).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, maka munculah pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apa yang di maksud dengan Yasinan dan Diba'an ?

2. Bagaimana kegiatan rutinitas yasinan dan diba'an dapat menumbuhkan ketenangan suasana hati mahasiswa di tengah kesibukkan aktifitas mahasiswa ?
3. Apa perubahan yang terjadi pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan yasinan dan diba'an yang selalu di ikutinya di organisasi ?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang di ajukan sebagaimana yang di rumuskan di atas. Adapun secara rinci, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui proses kegiatan rutinitas yasinan dan diba'an yang sering di lakukan oleh organisasi daerah KEMPAKA (Keluarga Mahasiswa dan Pelajar Karawang)
2. Untuk mengetahui bagaimana kegiatan rutinitas tersebut dapat memberikan ketenangan suasana hati mahasiswa di tengah kesibukan duniawi
3. Untuk mengetahui Perubahan atau hasil yang di rasakan mahasiswa setelah mengikuti kegiatan rutinan Yasinan dan diba'an ini.

D. Manfaat Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Hasil dari penelitian ini dirasa mampu memberikan pengetahuan dan wawasan terhadap mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sering tidak tahu untuk menghabiskan waktu yang bermanfaat di luar jam kuliah dan memberikan pengetahuan tentang manfaat kegiatan rutinitas tersebut, agar mahasiswa bisa tetap terjaga kesehatan mentalnya di dalam menghadapi rutinitas duniawinya. Dan di tujukan untuk mendapatkan gelar Sarjana Agama (S.Ag) bagi peneliti.

2. Kegunaan Praktisi

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi para mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang mengalami kegelisahan, serta memberikan manfaat bagi semua orang agar dapat memahami manfaat dari mengamalkan Yasinan dan Diba'an tersebut. Dan mampu untuk mengikuti rutinitas positif tersebut.

E. Tinjauan Pustaka

Setelah menelaah beberapa literatur yang berkaitan dengan Kegiatan yasinan dan diba'an, juga tentang kesehatan mental, peneliti menemukan beberapa rujukan yang bersangkutan dengan masalah yang akan diteliti oleh peneliti. Dari hasil menelaah beberapa rujukan skripsi, peneliti dapat mengetahui posisi yang diteliti, apa yang diteliti sudah ada yang meneliti atau belum. Sehingga penelitian ini dapat dianggap sebagai masalah baru. Beberapa sumber rujukan yang berkaitan dengan masalah adalah :

1. Skripsi Persepsi Masyarakat Islam Terhadap Yasinan Pada Malam Jum'at karya Sumarni. Pada skripsi tersebut mengenai Yasinan yang telah di jadikan sebuah tradisi dalam upaya melatih dan menanamkan rasa cinta terhadap Al-Qur'an dan sering dijadikan menjadi ajang silaturahmi, di skripsi tersebut pun di jelaskan bahwa memang tidak di temukan dalil yang menkhususkan surat Yasin di baca pada malam jum'at, namun surat Yasin tersebut sangat banyak memiliki keutamaan atau fadhilah.³
2. Lalu skripsi Diba'an di Dusun Pedusan, Desa Argosari Kec. Sedayu Kab. Bantul karya Rohandi Yusuf Batubara (Jurusan Sejarah dan Kebudayaan Islam, Fakultas Adab dan Ilmu Budaya, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta). Di dalam skripsi ini Rohandi mengkaji tentang perkembangan budaya diba'an yang tak pernah luntur dari tahun-ketahun,

³ Sumarni, Skripsi: *Persepsi Masyarakat Islam Terhadap Tradisi Yasinan Pada Malam Jum'at*, Fakultas Ilmu Budaya, Sastra Asia Barat, (Makkasar: Universitas Hasanuddin, 2018)

karena diba'an sudah menjadi sebuah tradisi dan pembiasaan untuk memberikan ketenangan didalam kehidupannya.⁴

3. Skripsi Shalat dan Ketenangan Jiwa karya Irwan Saepul. Di dalam skripsi ini saya mengambil poin dari apa yang di lakukan itu akan memberikan manfaat positif, apabila melakukan hal-hal yang positif pula. Shalat adalah salah satu ibadah mendekatkan diri kita kepada Allah SWT, dan kegiatan itu mampu memberikan ketenangan di dalam jiwanya.⁵
4. Skripsi Dampak Amalan Dzikir terhadap Kesehatan Mental karya Ayu Anggita Lestari. Sama seperti sebelumnya yakni mengeni sebab dan akibat, karena berdzikir itu adalah kegiatan mendekatkan diri kita kepada Allah SWT agar mendapatkan ketenangan mental di dalam menghadapi kerasnya dunia.⁶

Beberapa tinjauan pustaka yang sudah di telaah, dimana letak kesamaanya adalah mengenai kegiatan ibadah dan dampaknya terhadap kesehatan mental, tapi penulis mengangkat judul yang tidak jauh beda garis besarnya tentang kesehatan mental, namun yang membedakannya adalah kegiatan ibadah yang penulis teliti adalah dari rutinitas Ibadah Yasinan dan Diba'an di setiap malam Jum'at terhadap ketenangan suasana hati mahasiswa. Yang mana masalah ini belum diangkat atau di teliti sebagai skripsi.

⁴ Rohandi Yusuf Batubara, Skripsi: *Diba'an di Dusun Pedusan, Desa. Argosari Kec. Sedayu Kab.Bantul*. Fakultas Adab dan Ilmu Budaya, Sejarah dan Kebudayaan Islam, (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016)

⁵ Irwan Saepul, Skripsi: *Shalat dan Ketenangan Jiwa*. Fakultas Ushuluddin, Tsawuf dan Psikoterapi, (Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2019)

⁶ Ayu Anggita Lestari, Skripsi: *Dampak Amalan Dzikir Terhadap Kesehatan Mental*. Fakultas Ushuluddin, Tasawuf dan Psikoterapi, (Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2019)

F. Kerangka Pemikiran

Begitu terbiasa kita di paksa untuk berpikir dari dahulu masa kecil, bahwa orang tua selalu memberikan nasihat yang menuntut kita diharuskan memilih antara melakukan kegiatan yang kita suka, tapi tidak bermanfaat. Atau mengikuti nasihat orang tua yang dimana mungkin tidak sesuai dengan keinginan kita, tapi kegiatan itu bermanfaat. Ketika sudah beranjak dewasa tentunya kita lah yang harus menentukan pilihan yang sering menjebak kita di waktu kecil. Ketika beranjak dewasa rasa-rasanya berpikir itu begitu mudah, karena seringkali kita berdialog dengan diri sendiri, dengan orang lain, membaca, menulis dll, sehingga kebiasaan tersebut membentuk pikiran kita untuk menalar di setiap kegiatan yang kita lakukan. Sebab yang dapat mempengaruhi akibat yang terjadi itu, selalu kita pikirkan terlebih dahulu sebelum bertindak, mana yang berakibat positif dan mana yang negatif. karena kebiasaan kita itu yang selalu di tuntut berpikir sedari kecil membuat kita dapat memfilter kegiatan-kegiatan yang positif.

Salah satu kegiatan yang positif yaitu beribadah atau mendekatkan diri kepada-Nya dan senantiasa mengingat-Nya. Salah satu kegiatan tersebut yaitu tradisi yasinan, yang mana yasinan ini adalah salah satu kegiatan membaca surat yasin, dan tradisi yasinan ini memiliki dua makna, yaitu sosiologis dan ekonomis. Makna sosiologis memandang tradisi yasinan sebagai sebuah acara keagamaan ketika warga berkumpul dan membaaur, dalam bahasa jawnya “*srawung*”, yaitu bersosialisasi dengan warga lain. Jika makna ekonomisnya yaitu, kegiatan rutinitas kerohanian yang terkadang terdapat suguhan makanan berupa snack, makan, dan berkat yang di bawa pulang. Tentunya, bagi warga ini merupakan kesempatan untuk mendapatkan pendapatan bagi keluarganya.⁷

Membaca surat yasin di malam jum'at sudah menjadi tradisi di kalangan umat islam di Indonesia. kegiatan ini sudah menjadi kegiatan yang

⁷Rodin, R (2013). Tradisi Tahlilan dan Yasinan. Jurnal Kajian Islam dan Budaya, 11(1),76-87.

sudah terjadi turun menurun yang sudah diwarisi oleh para orang-orang terdahulu. Yasinan sendiri, itu menjadi ritual masyarakat dalam rangka mengirimkan do'a bagi arwah yang sudah meninggal, hajat bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan maupun untuk kepentingan-kepentingan lainnya.. Surat Yasin ada di dalam al-Qur'an yang diyakini mempunyai nilai pahala tinggi bagi yang membacanya dan mendatangkan keberkahan serta kedamaian di dalam kehidupan masyarakat.⁸

Diba'an adalah tradisi membaca atau melantunkan shalawat kepada Nabi Muhammad yang dilakukan oleh masyarakat Nahdhatul Ulama. Pembacaan shalawat dilakukan bersama secara bergantian⁹

Menjadi salah satu kegiatan yang sering kali di amalkan selepas yasinan bersama. Diba'an itu sendiri adalah kesenian tradisional yang telah lama tumbuh dalam kehidupan masyarakat. Kegiatan yang positif karena menganjurkan kita untuk bershalawat kepada Nabi Muhammad SAW. Tidak hanya bershalawat saja, melainkan memberikan wawasan pula bagi kita dan pendidikan kepada masyarakat mengenai riwayat Nabi Muhammad SAW, lalu mampu membawa hiburan tersendiri kepada masyarakat sekitar.

Lalu kesehatan mental adalah salah satu keharmonisan yang berada di dalam fungsi-fungsi jiwanya, dan memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, lalu dapat menerima sekaligus menghadapi realita yang ada, maupun memecahkan segala kesulitan hidup dengan percaya diri dan keberanian serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.¹⁰

Pikiran yang sehat dan kegiatan yang positif itu menjadikan kita memiliki kesehatan mental dalam menjalani setiap rutinitas kegiatan kita sehari-hari. Mengikuti kegiatan yasinan dan diba'an itu adalah salah satu

⁸ Sumarni, Skripsi: *Persepsi Masyarakat Islam Terhadap Tradisi Yasinan Pada Malam Jum'at*, Fakultas Ilmu Budaya, Sastra Asia Barat, (Makkasar: Universitas Hasanuddin, 2018)

⁹ <https://www.nu.or.id/post/read/40569/dibaacircan>

¹⁰ Kartini Kartono, *Kesehatan Mental Dalam Islam* (Bandung: Mandar Maju, 1989), hal, 4.

kegiatan yang sangat memberikan hal positif bagi diri kita. Dan lagi kegiatan yasinan itu memiliki nilai pahala yang tinggi dan nilai sosial yang bagus.

G. Metodologi Penelitian

1) Metode Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif deskriptif. Metode kualitatif deskriptif merupakan metode penelitian yang diharapkan untuk memahami masalah-masalah oleh subjek penelitian serta menemukan makna dari lingkungan sekitar dan menceritakan tentang gambaran yang ada, meringkas berbagai situasi, kondisi dan berbagai macam realitas sosial yang berada di kalangan mahasiswa, dimana mahasiswa tersebut sebagai objek penelitian dan berusaha untuk mengangkat realitas tersebut keatas permukaan sebagai suatu karakter, tanda, model, ciri, sifat maupun gambaran tentang keadaan, situasi bahkan fenomena tertentu.¹¹

Penelitian ini dilakukan berdasarkan dengan situasi dan kondisi yang sebenarnya bukan dari hasil memanifulasi. Kajian utama dalam penelitian kualitatif adalah kejadian-kejadian yang terjadi dalam realitas sosial, karena metode kualitatif ini menjadikan lingkungan dan alam sebagai sumber datanya.¹² Metode penelitian deskriptif merupakan penelitian yang mempunyai maksud untuk menciptakan pencandraan (deskripsi) berkenaan dengan kondisi dan kejadian-kejadian secara sistematis yang berdasarkan dengan kenyataan serta secara seksama berhubungan dengan sifat-sifat dan fakta-fakta populasi dalam daerah tertentu.¹³

¹¹ Bungin, Burhan, *Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Kencana, 2011), Hlm 68

¹² Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), Hlm 86

¹³ Suryabrata, Sumandi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), Hlm 76

2) Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang akan dilakukan yaitu, di Sekretariat KEMPAKA (Keluarga Mahasiswa dan Pelajar Karawang). Alasan mengapa peneliti memilih lokasi ini adalah karena lokasi ini dianggap dapat menunjang untuk keperluan penelitian tentang Pengaruh Rutinitas Yasinan dan Diba'an Dalam Menjaga Kesehatan Mental Mahasiswa, karena terdapat beberapa obyek yang sesuai untuk diteliti.

3) Jenis Data

Jenis data yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penyelidikan yang digunakan untuk meneliti terhadap kondisi alamiah objek penelitian dan penelitilah yang menjadi instrumen kunci dari penelitian jenis kualitatif ini, data kualitatif juga merupakan data yang berbentuk skema dan data gambar. Kalimat atau uraian adalah bentuk dari data kualitatif.

4) Sumber Data

a. Data primer

Data primer adalah data yang berupa kata dan kalimat hasil wawancara, pengamatan dan kemudian pencatatan, lalu kemudian dituangkan kedalam bentuk tulisan serta dapat juga melalui alat perekam. Data primer juga didapatkan dari hasil penyelidikan berupa hasil dari pengamatan dan observasi kita serta wawancara dengan narasumber serta melalui buku-buku yang berkaitan dengan objek penelitian.

b. Data Sekunder

Data sekunder yaitu merupakan data yang dijadikan sebagai penunjang dari hasil data primer. Data ini diperoleh dari literatur-literatur yang ada hubungannya dengan data primer. Untuk membantu dan memperluas data dari perkara yang akan ditinjau melalui penelitian. Data

sekunder ini juga dapat diperoleh dari buku, jurnal, artikel koran serta majalah yang berkaitan dengan data primer.

5) Tehnik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan tindakan pencatatan dan pengamatan secara sistematis terhadap keadaan yang terlihat dalam objek penelitian. Ada dua jenis observasi yaitu observasi langsung terhadap objek ditempat berlangsungnya kejadian, yaitu dimana peneliti berada bersama dengan objek yang sedang diselidikinya. Sebelum melakukan penelitian lebih lanjut, maka peneliti terlebih dahulu melakukan observasi ke tempat yang di pilih sebagai objek penelitian, disana peneliti memastikan bahwa tempat yang akan dijadikan penelitian ini di rasa sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Yang kedua adalah pengamatan yang dilakukan secara tidak langsung yaitu mengamati tidak pada saat berlangsungnya suatu kejadian yang akan diteliti misalnya melalui film, rangkaian slide, atau foto.¹⁴

b. Wawancara

Wawancara adalah komunikasi secara langsung antara pewawancara dan responden. Wawancara dilakukan supaya dapat memperoleh data secara deskriptif dan juga naratif. Dalam melakukan penelitian ini penulis menggunakan wawancara semi terstruktur, dimana peneliti akan menyiapkan beberapa pertanyaan untuk ditanyakan langsung kepada informan. Namun akan ada beberapa pertanyaan yang akan disampaikan peneliti diluar pedoman yang telah disiapkan tetapi masih berkaitan dengan tema penelitian yang sedang diteliti.¹⁵

¹⁴ Nawawi, Hadari, *Metode Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1998), Hlm 100

¹⁵ Sugiono, *Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan RND*, (Bandung: Alfabeta, 2011), Hlm 17

Menurut Creswell, wawancara memiliki beberapa prosedur untuk dalam tahapannya yaitu:

1. identifikasi informan sesuai dengan langkah-langkah sampling yang dipilih
2. memilih wawancara yang sesuai supaya dapat memudahkan untuk memecahkan masalah dalam penelitian
3. menyiapkan alat perekam yang sesuai dengan kebutuhan penelitian
4. memeriksa keadaan perekam yang nantinya digunakan dalam proses wawancara
5. menentukan tempat wawancara yang baik
6. memberikan informan consent pada informan.

c. Studi Kepustakaan

Studi kepustakaan adalah penyelidikan yang bersumber dari bahan bacaan yang dilakukan melalui penelaahan sebuah karangan yang berhubungan dengan masalah yang diteliti. Metode ini dilakukan agar dapat mengumpulkan keterangan yang benar dan nyata serta bersifat teoritis dan sumber lain yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti.¹⁶

d. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan tehnik dengan metode pengumpulan informasi melalui data-data yang berupa arsip-arsip, peninggalan terluls,

¹⁶ Cik Hasan Bisri, *Petunjuk Penulisan Skripsi, Laporan, Tesis, dan Disertasi*, (Bandung: 2003), Hlm. 66

buku-buku yang didalamnya memuat teori-teori atau pendapat-pendapat serta dalil-dalil hukum yang ada kaitannya dengan masalah yang diteliti.¹⁷

6) Analisis Data

Dari data-data mengenai yasinan, diba'an dan ketenangan suasana hati yang telah terkumpul, kemudian di susun secara sistematis serta dianalisis agar suatu penelitian mempunyai nilai ilmiah. Menurut Lexy J. Moleng proses dari mengurutkan dan mengorganisasikan data kedalam suatu bentuk pola, kategori dan satuan keterangan dasar sampai menemukan satu tema dan juga dapat diringkaskan hipotesis kerja sebagaimana disarankan oleh data yang disebut sebagai analisis data.¹⁸

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini penulis membagi kedalam lima bab secara sistematis yang bertujuan agar dapat mempermudah pembahasan tema yang akan diteliti, sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan yang berisikan tentang latar belakang masalah, dimana bab ini menjelaskan kenapa perlunya dilaksanakan penelitian pengaruh Yasinan da Diba'an terhadap Ketenangan Suasana Hati Mahasiswa, rumusan masalah, tujuan penelitian yang akan dicapai, manfaat penelitian, studi pustaka, kerangka teori dan sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teori, bab ini berisikan tentang teori-teori yang menerangkan tentang masing-masing variabel dalam penelitian mulai dari definisi rutinitas yasinan, sejarah rutinitas yasinan, manfaat rutinitas yasinan, definisi diba'an, sejarah diba'an, manfaat membaca kitab maulid diba',

¹⁷ Nawawi, Hadari, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1998), Hlm. 133

¹⁸ Lexy J. Moleng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda, 2007), Hlm. 280

definisi ketenangan suasana hati, ciri-ciri ketenangan suasana hati, dan metode islam dalam ketenangan suasana hati.

BAB III Metodolgi Penelitian, berisikan pembahasan mengenai proses dan metode penelitian, sumber dan jenis data, tehnik serta pengumpulan data, tempat dan waktu penelitian.

BAB IV Hasil penelitian, bab ini berisikan mengenai hasil penelitian meliputi kondisi obyek yaitu Dampak yang dirasakan atau perubahan yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan Yasinan dan Diba'an tersebut.

BAB V Penutup, yang berisikan kesimpulan dan saran yang menjelaskan rangkuman secara keseluruhan dari isi penelitian.

