BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu pasti pernah merasakan Jiwa yang tidak tenang. Jiwa yang tidak tenang merupakan fenomena psikologis yang normal, namun tidak jarang jiwa yang tidak tenang dapat mengacaukan kehidupan individu. Bahkan tidak sedikit manusia yang akhirnya tidak bisa mengontrol emosinya dengan baik sehingga melakukan tindakan-tindakan yang semula dianggap tidak mungkin melakukannya, baik melakukan kejahatan terhadap orang lain maupun melakukan lejahatan terhadap diri sendiri.

Jiwa yang tidak tenang merupakan salah satu kondisi komorbitas paling umum diantara yang lain dengan tingkat prevalensi 3,6% menjadi 5,1% selama seumur hidup dan 3,1% selama 1 tahun (Pincus, Newman, Borkovec, & Lytle, 2002). Tidak menutup kemungkinan, jiwa yang tidak tenang dapat dialami oleh individu-individu yang berada dalam ruang lingkup pendidikan keagamaan seperti pondok pesantren.

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan agama Islam berupa asrama yang terpisah antara santri putra dan santri putri. Di pondok pesantren, santri diajarkan pendidikan agama Islam dibawah asuhan *Ustad* dan *Ustadzah* serta dibawah kepemimpinan seorang *Kiai*. Kebanyakan orang tua yang menginginkan anaknya tumbuh dan berkembang dengan moral serta agama yang

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

tinggi memilih untuk menyekolahkan anaknya di pendidikan agama pondok pesantren. Di pondok pesantren, santri dituntut untuk bisa aktif dan berani, seperti bertanya pada ustad atau ustadzah, mendapat giliran untuk ceramah dan tes/ujian penghafalan beberapa ayat Al-Quran, Hadist-hadist serta Do'a-do'a di depan kelas (mesjid atau aula).

Kegiatan tersebut merupakan bentuk kegiatan santri di dalam kelas. Namun pada kenyataannya, tidak jarang santri baru merasa terganggu jiwanya, baik pada saat bertanya pada ustad/ustadzah maupun ketika mendapat giliran untuk ceramah dan pada saat tes menghafal di depan kelas. Dari 120 Santri baru yang terdapat di Pondok pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir bandung. *Pertama,* saya merasa tidak tenang ketika mendapatkan giliran membaca Al-Qur'an. *Kedua,* saya merasa tidak tenang ketika mendapatkan giliran mengahapal Qitab. *Ketiga,* saya merasa tidak tenang ketika akan tampil di depan kelas dalam acara *Muhadoroh. Keempat.* Saya merasa tidak tenang ketika akan bertanya kepada Ustadz/Ustadzah. *Kelima.* Saya merasa tidak tenang ketika mendapatkan ujian (cobaan) selama tinggal di Pondok Pesantren. *Keenam.* Saya merasa tidak tenang ketika disuruh menjadi imam shalat. *Ketujuh,* saya merasa tidak tenang ketika mendapatkan giliran untuk menghapal hadits-hadits dan doa'-do'a di depan kelas.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Berdasarkan hasil wawancara penulis kepada 7 menurut Aceng Millkillah (Mahasiswa UIN bandung Jurusan Bahasa dan Sastra Arab) dan Irwansyah (Mahasiswa UIN Bandung Jurusan Hukum Pidana islam) santri baru pada tanggal 25 Mei 2015 di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung, dapat disimpulkan bahwa mereka sering merasakan jiwa yang tidak tenang pada saat

akan giliran maju ke depan kelas untuk tes penghafalan ayat-ayat Al-Quran dan Hadist-hadist maupun Do'a-do'a. Mereka berfikir, ketika akan maju ke depan kelas untuk menunjukkan hasil dari hafalan ayat-ayat Al-Quran, hadist-hadist maupun doa-doa yang sudah mereka hafalkan, akan ada peristiswa-peristiwa yang akan membuat mereka tidak ternilai di hadapan teman-temannya, hilangnya konsentrasi dan sebagian juga menyatakan mereka cepat merasakan putus asa dan merasakan ketegangan pada saat giliran akan maju ke depan kelas. Sebagian santri juga menyatakan merasa tidak tenang jiwanya pada saat mendapat giliran ceramah di depan kelas sehingga terkadang hal tersebut membuatnya takut dan ingin menghindar dari situasi tersebut, panik dan memiliki bayang-bayang negatif tentang apa yang akan terjadi nanti. Beberapa santri juga menyatakan ketika mereka merasa tidak tenang jiwanya, tidak yakin akan kemampuannya untuk tampil di depan kelas, terlebih pada saat akan mendapat giliran berceramah, mereka berusaha memaksimalkan kemampuan mereka agar bisa sempurna, namun yang mereka rasakan lebih besar dari keyakinannya, sehingga hal tersebut membuatnya merasa tidak berdaya dan lemah sehingga menyebabkan mereka tidak tenang jiwanya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Problem yang sering terjadi pada santri Al-Ihsan yaitu ketidak tenangan jiwa yang dialami oleh santri baru dalam menghadapi semua tuntutan pondok pesantren yang menjadi kewajibanya. Santri baru yang berangkat dari rumah untuk belajar di pondok pesantren akan menghadapi berbagai macam tantangan. Perpindahan dari lingkungan lama, yaitu rumah, menuju lingkungan baru, yaitu pondok pesantren, tentunya membutuhkan penyesuaian diri (adaptasi). Dalam

proses adaptasi ini, ada banyak stres yang muncul, dan akan menentukan apakah seorang santri baru bisa terus bertahan di pesantren atau tidak. Apabila ia mampu menghadapi stres dengan baik, maka ia akan mampu bertahan dan terus menimba ilmu di pondok pesantren. Begitu pula sebaliknya, jika ia tidak mampu menghadapi stess dengan baik, maka ia takkan mampu bertahan, bahkan mungkin ia memilih untuk keluar dari pondok pesantren.

Semua orang yang hidup di dunia ini sudah dapat dipastikan ingin menikmati hidupnya dengan ketenangan dan kebahagiaan, khususnya Santri baru yang sedang menghadapi kesulitan dan semua orang akan berusaha mencarinya meskipun tidak semuanya dapat mencapai apa yang diinginkannya itu. Bermacam-macam sebab dan rintangan yang mungkin terjadi sehingga banyak orang mengalami kegelisahan dan ketidakpuasan (Daradjat, 1990: 15). Shalat memiliki pengaruh yang efektif untuk mengobati rasa sedih dan gundah yang menghimpit manusia. Ketika manusia menjalankan ibadah shalat dengan penuh khusyu' dan ikhlas serta membebaskan dirinya dari segala urusan duniawi, maka jiwanya akan merasa damai dan tenang serta terhindar dari segala himpitan dan problematika hidup. Dalam hal ini Allah SWT memerintahkan untuk menjalankan ibadah shalat untuk mengingat-Nya ketika dihadapkan berbagai macam problematika hidup dan dalam keadaan bagaimanapun juga hendaknya ketenangan jiwa tetap dijaga karena Allah menjanjikan pahala surga. Allah SWT. Berfirman:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

وَٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ ﴿٤٥﴾

Artinya : "*Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu*". (Al-baqarah : 45) (Depag 2002:8).

Dengan uraian diatas untuk dapat mencapai kebahagiaan dan ketenangan hidup serta ketenangan jiwa, seseorang perlu membentengi diri dengan mental yang sehat dan metode yang tepat untuk mendapatkan ketenangan jiwa, agar terhindar dari bermacam-macam gangguan dan penyakit kejiwaan yang salah satu cara untuk mencapainya adalah dengan shalat Khusyu.

Berangkat dari paparan di atas, menjadi penting untuk memahami manfaat dari shalat yang khusyu terhadap ketenangan jiwa. Sehingga Masalah inilah yang menarik untuk diteliti dan dituangkan dalam judul penelitian skripsi *"PENGARUH SHALAT KHUSYU TERHADAP KETENANGAN JIWA SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN AL-IHSAN CIBIRU HILIR BANDUNG*"

B. Rumusan Masalah

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Dari latar belakang yang telah di uraikan tadi maka permasalahan yang akan diteliti adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Pelaksanaan Shalat Khusyu para Santri Baru di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung ?
2. Bagaimana ketenangan jiwa para Santri Baru di Pondok pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung ?
3. Seberapa Besar Pengaruh Shalat Khusyu Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Baru Di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung ?

C. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara penelitian, patokan duga, atau dalil sementara, yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut. Setelah memulai pembuktian dari hasil penelitian, maka hipotesis ini dapat benar atau salah, dapat diterima atau ditolak (Notoatmodjo, 2002: 72).

Adapun hipotesis yang peneliti ajukan adalah "Ada Pengaruh Baik Shalat Khusyu Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Baru Di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung".

Ha : Ada (terdapat) pengaruh positif yang signifikan antara shalat khusyu dengan ketenangan jiwa santri baru.

Ho : Tidak ada (terdapat) pengaruh positif yang signifikan antara shalat khusyu dengan ketenangan jiwa santri baru.

Untuk menunjukkan kebenaran hipotesis yang peneliti ajukan, langkah selanjutnya adalah perhitungan nilai dari data yang diperoleh dengan mengunakan rumus analisis regresi dengan skor kasar atau satu prediktor sebagai berikut (Hadi, 2001: 14).

$$\text{Freg} = \frac{Rkreg}{Rkres}$$

Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

a. Mencari Korelasi Antara Kekhusyu'an Shalat Fardlu Degan Ketenangan Jiwa

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

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

Mencari Persamaan Garis Regresi

Y = ax+k

Untuk mencari a dan k dengan cara

$\sum xy = a\sum x^2$+k$\sum x$

$\sum Y = a\Sigma x + \mathrm{NK}$

Dengan membagi persamaan 1 dengan persamaan 2 (Hadi, 2001:8)

b. Menentukan nilai F dengan mencari jumlah kuadrat (JK) dengan rentang rata-rata kuadrat (RK) regresi dan residu dengan langkah-langkah sebagai berikut (Hadi, 2001: 18).

$Jkreg = a\Sigma x^2 + k\Sigma y - \frac{(\Sigma y)^2}{N}$

$Jkreg = \Sigma y^2 - a\Sigma xy - \Sigma xy$

Rkreg = $\frac{\mathrm{Jkreg}}{dbres}$ Freg = $\frac{\mathrm{Rkreg}}{Rkres}$

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Keterangan:

a = Koefisien prediktor

K = Bilangan konstanta

N = Jumlah sampel yang diteliti

ΣX = Nilai dari variable X

ΣY = Nilai dari variable Y

2 ΣX = Nilai kuadrat dari variable X

2 ΣY = Nilai kuadrat dari variable Y

ΣY = Hasil kali dari variable X dan Y

JKreg = Jumlah kuadrat regresi

JK res = Jumlah kuadrat residu

RKreg = Rata-rata kuadrat regresi

RKres = Rata-rata kuadrat residu

Db = Derajat kebebasan (N-1)

db reg = Derajat kebebasan regresi

db res = Derajat keabsahan (N-2).

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian
   a. Mengetahui Pelaksanaan Shalat Khusyu para Santri Baru di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung.
   b. Mengetahui ketenangan jiwa para Santri Baru di Pondok pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung.
   c. Mengetahui seberapa besar Pengaruh Shalat Khusyu Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Baru Di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung.
2. Manfaat penelitian
   a. Manfaat Teoritis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Menambah khasaanah keilmuan di Bidang Bimbingan dan Konseling Islam dan Dakwah di Fakultas Dakwah UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

b. Manfaat Praktis

1) Memberi sumbangan pemikiran kepada kemajuan Pondok pesantren Al-ihsan Cibiru Hilir Bandung dalam memberikan arahan kepada masyarakat untuk lebih meningkatkan ketaatan Ibadah shalat dengan penuh Khusyu' dan Ikhlas serta membebaskan dirinya dari segala urusan duniawi, maka jiwanya akan merasa damai dan tenang serta terhindar dari segala himpitan dan problmatika hidup.

2) Menambah wawasan tentang hal-hal yang dapat membantu shalat khusyu dan ketenangan jiwa santri Baru, bagi peneliti khususnya dan mahasiswa Fakultas UIN Sunan Gunung Djati Bandung pada umumnya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

E. Kerangka Berfikir

Khusyu' merupakan kondisi mental dalam bentuk pemusatan pikiran dan perhatian kepada Allah SWT. Ketika melakukan shalat, Kondisi demikian mempengaruhi kondisi jasmani. Pengaruh kondisi mental yang demikian tercermin dari beberapa cerita tentang khusyu orang-orang shaleh pada zaman dahulu ketika melaksanakan shalat. Diceritakan oleh Imam Al-Ghazali, bahwa Muslim bin Yasar suatu kali melakukan shalat di Masjid Jami Basra. Ketika ia

sedang khusyu' melakukan shalat, salah satu sudut Masjid tiba-tiba runtuh sehingga orang banyak berkrumunan. Tetapi Muslim tidak mengetahui hal itu sama sekali sampai ia selesai melakukan shalat. Diceritakan pula ketika Ali bin Abi Thalib terkena anak panah, ia meminta agar anak panah tersebut dicabut ketika ia sedang shalat agar ia tidak merasakan sakit (Al-Ghazali, 1989: 42).

Di samping itu, khusyu hati juga dipengaruhi oleh kondisi jasmani. Jasmani yang segar dan bersih akan memberikan pengaruh pada khusyu hati dan kondisi jasmani saling mempengaruhi yang berlangsung sebagai berikut:

1. Ucapan yang dibaca oleh bibir diartikan oleh pikiran dan dihayati oleh hati.
2. Perbuatan yang dilakukan oleh anggota badan dalam menghormati dan mengagungkan Allah SWT. merendahkan hati kepada-Nya, khidmat, dan memuliakan-Nya diartikan oleh pikiran dan dihayati oleh hati.
3. Penghayatan hati terhadap segala ucapan dan sikap perbuatan tadi menimbulkan khusyu'.
4. Setelah khusyu' terwujud, ia mempengaruhi anggota tubuh, sehingga gerak dan sikap jasmani serasi dengan yang dibaca dan yang dihayati (Dahlan, 1996: 939).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Ibadah secara lughawi berarti mematuhi, tunduk dan berdoa. Sedangkan secara istilah ibadah ialah kepatuhan atau ketundukan kepada Dzat yang memiliki puncak keagungan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Ibadah mencakup segala

bentuk kegiatan (perbuatan dan perkataan) yang dilakukan oleh setiap mukmin atau muslim dengan tujuan untuk mencari keridhaan Allah (Nasution, 1993: 385).

Apabila shalat dilaksanakan sesuai dengan tuntunan yang diberikan Nabi SAW. Urgensi shalat akan dapat dirasakan baik dari aspek rohani dan jasmani. Shalat dilakukan dan dipenuhi syarat dan rukunnya serta dilakukan dengan hati yang khusyu', pikiran yang terpusatkan, bacaan yang dimengerti esensinya, dan gerak anggota badan yang mencerminkan ketenangan (Faqih & Mu'alim, 1998: 37).

Hati yang khusyu' dalam mengerjakan shalat yaitu dapat menghayati apa yang dilakukan dalam shalat, merasakan isi bacaan, hati benar-benar hadir dan merasa sedang menghadap Allah SWT. Dan anggota badan tenang, tidak mengadakan gerak-gerakan di luar tuntunan shalat serta melakukan gerakan-gerakan yang dituntunkan dengan sempurna (Faqih & Mu'alim, 1998: 37).

Menurut Dr. Moh. Sholeh, shalat yang dijalankan dengan khusyu' dan thuma'ninah, insya Allah akan membawa ketenangan baik fisik maupun psikis, sehingga jantung dapat bekerja untuk memompa darah keseluruh tubuh sesuai dengan fungsinya untuk kebutuhan tubuh, sehingga akan mencapai sehat lahir batin (Sholeh & Musbikin, 2005: 191).

Khusyu' merupakan bagian dari identitas keberimanan seorang muslim. Seperti difirmankan Allah yang artinya, *"Telah selamat orang-orang beriman, yakni orang-orang yang khusyu' di dalam shalatnya,"* (QS. Al-Mukminin: 2).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Khusyu' ini merupakan syarat mutlak untuk menghadap kepada Allah SWT. baik dalam shalat maupun dalam ibadah yang lainnya (Shihab, 2002: 201).

Menurut Ali (2004: 265) ada empat cara untuk mendapatkan shalat khusyu. *Pertama,* melupakan segala urusan di luar shalat sejak *takbiratul ihram* hingga *salam. Kedua,* memilih tempat shalat jauh dari keramain. *Ketiga,* menguasai bacaan shalat dengan lancar. *Keempat,* memahami makna yang terkandung dalam setiap bacaan shalat.

Khusyu' mempunyai pengaruh yang besar dan kuat bagi jiwa seseorang, karena khusyu' dapat mengantarkan seseorang kepada hal-hal sebagai berikut:

1. Menumbuhkan kemampuan untuk berkonsentrasi;
2. Khusyu' dapat mempengaruhi jiwa seseorang di kala ruhnya berhubungan dengan Tuhan dan menjadi khusyu' kepadanya, sekalipun dalam waktu sebentar;
3. Khusyu' membuat seseorang memiliki sifat rendah hati dan tawadhu';
4. Khusyu' akan menjauhkan seseorang dari ucapan dan perbuatan yang tidak berguna dan sesuatu yang dapat membuat hati mereka berpaling dari zikir kepada Allah Swt. (Abdu, 2006: 21-28).
5. Tubuh menjadi sehat karena gerakan shalat adalah sebaik-baik olah raga;
6. Dengan jiwa yang pasrah dan tenang stress menjadi hilang;
7. Dengan ketenangan maka akan menjadi imun (pencegah terhadap penyakit).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

8. Jiwa menjadi tenang dan bahagia karena banyak mengigat Allah Swt, serta mengantarkan menjadi warga masyarakat yang berguna, produktif, bermanfaat bagi sesama manusia dan lingkungannya (Mahalli, 2002: 177).

Menurut Husain (2009 : 10), manfaat atau faedah shalat khusyu' adalah menjadikan pelakunya lebih dekat dengan Allah Swt, penghapusan dosa, mencegah pelakunya dari perbuatan keji dan munkar, bertambahnya petunjuk, dan mendapatkan ketenangan hati (Husain, 2006: 139).

Ahmad (2008: 14), mengungkapkan manfaat shalat dengan khusyu' adalah shalat merupakan sarana paling utama untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt, menjauhkan penyakit dari tubuh, shalat membuat jiwa dan raga aktif, mendapatkan asupan gizi bagi ruh dan hati, meredamkan nafsu syahwat, menerangi hati, melapangkan dada, dan membuat jiwa bahagia.

Ketenangan yaitu sebuah kondisi jiwa yang tenang dan nyaman yang Allah Swt. turunkan dalam hati seorang hamba saat mengalami goncangan dahsyat akibat ketakutan yang amat sangat. Kemudian Allah Swt. tidak akan memintanya kembali, malah akan menambah kualitas keimanan, keyakinan, dan ketegarannya (Salim, 2008: 83).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Ketenangan jiwa merupakan sesuatu yang sangat pokok dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu kehadirannya akan sangat didambakan oleh setiap orang. Di dalam kehidupan sehari-hari, ada orang yang hidup kaya raya dengan segala kebutuhan terpenuhi, tetapi berantakan, jauh dari kasih sayang dan gersang dari nilai-nilai keagamaan. Sebaliknya ada santri baru yang hidup pas-pasan,

sederhana dan tidak melimpah secara materi, tetapi hidupnya tentram, bahagia dan penuh kasih sayang, keluarganya terbina dengan rapi dan taat dalam menjalankan perintah agama (Daradjat, 1982: 15). Dari fenomena ini dapat diketahui bahwa ada aspek psikologi yang sangat berperan dalam kehidupan manusia yaitu kondisi ketenangan jiwa.

Untuk mengetahui seseorang tenang jiwanya tidaklah mudah, karena tidak dapat diukur, diperiksa, atau dilihat dengan alat-alat seperti halnya kesehatan badan. Biasanya yang dijadikan bahan penyelidikan atau tanda-tanda ketenangan jiwa adalah tindakan, pikiran, tingkah laku atau perasaan, karena seseorang dikatakan tidak tenang jiwanya apabila terjadi kegoncangan emosi atau terdapat kelainan pada tingkah laku atau tindakannya. Namun demikian ada beberapa pendapat yang mengemukakan tentang kriteria yang menjadi syarat bagi ketenangan jiwa.

Menurut Abdul Mujid, ada beberapa ciri yang menjadi tolak ukur ketenangan jiwa yaitu: Kondisi jiwa yang tenang dan tenteram dapat digambarkan tiga bentuk, yaitu:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

1. Adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman. Misalnya, jika ia terkena musibah maka musibah itu diserahkan dan dikembalikan kepada Allah Swt. Dan bersikap bersahaja dalam menghadapi sesuatu, sebab sesuatu yang dibenci terkadang memiliki nilai baik, sementara sesuatu yang disenangi memiliki nilai buruk.

2. Kemampuan individu dalam bersabar menghadapi persoalanpersoalan hidup yang berat, misalnya cobaan akan ketakutan dan kemiskinan.
3. Kemampuan individu untuk optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan, sebab setiap ada kesulitan pasti akan datang kemudahan (Mujid, 2001: 139).

Sedangkan menurut Hakim, karakteristik ketenangan jiwa adalah:

1. Jiwanya tidak berontak (rileks)
2. Dapat menerima kenyataan sebagaimana adanya (pasrah)
3. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi setiap masalah
4. Mampu menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan, masyarakat, dan norma-norma yang berlaku di masyarakat
5. Memahani kelebihan dan kelemahan diri pribadi maupu menjalani kehidupan sesuai dengan batas-batas kemampuan diri
6. Hidup harus sesuai dengan ajaran agama (Hakim, 2002: 35).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Dari pendapat tersebut di atas dapat disimpulan bahwa karakteristik ketenangan jiwa adalah adanya kemampuan seseorang dalam menghadapi problem, dapat menerima kenyataan sebagaimana adanya (pasrah kepada Allah Swt), tawakal, sabar, selalu ingat kepada Allah Swt sehingga hati akan merasakan ketentraman, dan kedamaian. Ketentraman ini akan menimbulkan sikap hidup yang tenang dan akan hilang kegelisahan, keraguan, ketakutan dan rasa putus asa. Firman Allah Swt dalam surat Ar-Ra’d:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ

وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ طُوبَىٰ لَهُمۡ وَحُسۡنُ مَـَٔابٖ ٢٩

Artinya *:(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik".* (Q.S Ar-Ra'd 28-29).

Faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa itu secara garis besar ada dua yaitu *faktor internal* dan *faktor eksternal*. Faktor internal ini antara lain meliputi: kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagamaan, sikap menghadapi program hidup, kebermaknaan hidup, dan keseimbangan dalam berfikir. Adapun yang termasuk *faktor eksternal* antara lain: keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya (Daradjat, 2001: 9).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Menurut Daradjat (2001: 9) kedua faktor di atas, yang paling dominan adalah faktor eksternal. Ia mengungkapkan bahwa ketenangan jiwa itu tidak banyak tergantung pada faktor-faktor luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya. Akan tetapi lebih tergantung pada cara dan sikap menghadapi faktor tersebut. Meskipun demikian, menurut hemat peneliti keduanya sama-sama penting dan sangat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa sehingga perlu sekali untuk diperhatikan. Dengan memperhatikan kedua hal

tersebut maka akan terjadi keseimbangan yang pada akhirnya ketenangan jiwa yang baik dapat dicapai.

Shalat menurut pandangan Islam merupakan bentuk komunikasi manusia dengan Tuhan-Nya. Komunikasi ini dimaksudkan untuk menghadap sungguh-sungguh dan ikhlas kepada Allah Swt. Shalat juga dimaksudkan untuk meneguhkan keesaan Allah, tunduk dan patuh terhadap perintah-perintah dan larangan-Nya.

Menurut Dr. Muhammad Usman Najati bahwa shalat khusyu memiliki pengaruh yang besar dan efektif dalam terapi individu atas kegelisahan dan kecemasannya. Di saat individu melakukan shalat dengan khusyu dan memusatkan seluruh konsentrasinya dengan menyingkirkan kesibukan duniawi dan problematikannya, maka pada saat itulah akan mendapatkan ketenangan dan ketentraman yang semua itu menjadi pereda kecemasan dan ketegangan saraf yang ditimbulkan oleh tekanan kehidupan dan problematika (An-Najar, 2002: 82).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Ditinjau dari metode ketenangan jiwa, shalat dapat berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Dalam suatu terapi kejiwaan, biasanya terjadi dialog antara penderita dan konsultan. Penderita mengungkapkan perasaan, keluhan, dan permasalahan dirinya kepada konsultan. Konsultan mendengarkan, memahami, memperhatikan perasaannya serta menerimanya. Dengan cara demikian, penderita merasa lega karena perasaan, keluhan, dan permasalahannya didengar, dipahami, diperhatikan, dan diterima. Dengan pertemuan beberapa kali penderita akan sembuh. Dari segi pembinaan jiwa, pelaksanaan shalat yang

khusyu' serta gerakannya dilakukan dengan penuh ketenangan dan penghayatan akan membentuk jiwa yang tenang. Penghayatan terhadap makna dan doa dalam setiap bacaan shalat yang berisi pengagungan terhadap Allah Swt, permohonan ampunan dari segala dosa, serta permohonan rahmat dan kebaikan akan membentuk jiwa yang suci. Pelaksanaan shalat yang tepat waktu dan sesuai dengan jadwal waktu shalat yang telah ditetapkan lima kali sehari akan membentuk jiwa disiplin dan waspada (Jaelani, 2001: 102).

F. Langkah-langkah Penelitian

1. Waktu dan Lokasi Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru hilir Bandung. Alasan memilih tempat ini karena di tempat tersebut diketahui terdapat beberapa masalah-masalah santri yang memiliki gangguan-gangguan mental di Pesantren. Semua subyek Penelitian 34 Orang. Dan dapat mengikuti jalannya penelitian sampai selesai.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

2. Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian *Kuantitatif*, karena data yang diperoleh nantinya berupa jumlah atau angka yang dapat dihitung secara matematik. Dan dalam penelitian ini dipakai rumus Statistika (Nawawi, 1996: 53) dengan menggunakan aplikasi *SPSS v17 For Window 8*. Sedangkan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *metode Survei* dengan menggunakan Teknik *Regresi Sederhana*.

3. Populasi dan Sampel

Populasi, Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang akan diteliti (Arikunto, 2006: 130). Jumlah Populasi di Pondok pesantren Al-Ihsan 120 orang, dalam hal ini populasi yang dimaksud adalah santri baru yang baru masuk ke pondok pesantren tahun ajaran 2014-2015 yang berusia antara 17 tahun sampai 20 tahun.

Sampel, adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2006: 131). Pengambilan sample didasarkan pada pertimbangan dan acuan umum dari pemgambilan sample Suharsimi Arikunto, sample yaitu apabila jumlah subyek lebih dari 100 orang maka sampel yang diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih dari populasi yang ada (Arikunto, 2006: 134). Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 10% dari jumlah populasi yaitu 34 responden. Adapun teknik pengambilan sample penelitian ini adalah teknik *Non Probability* dengan menggunakan *teknik purposive sampling* atau sample bertujuan. Sample penelitian yang dimaksud adalah santri yang baru masuk Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung Tahun Ajaran 2014-2015 yang berusia antara 17 tahun sampai 20 tahun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

4. Sumber dan Jenis Data

Sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh (Arikunto, 1997: 107). Dalam hal ini, penulis akan mengambil data dari berbagai sumber seperti buku-buku, maupun karya tulis lainnya yang mendukung dan sangat relevan dengan penelitian.

Menurut sumbernya, data penelitian dibagi dua yaitu data primer dan data sekunder. Data Primer, atau data tangan pertama, adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan mengenakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari. Data sekunder, atau data tangan kedua adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Data sekunder biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia (Azwar, 2007: 91).

a. *Data Primer* Adapun dalam penelitian ini data primernya adalah shalat khusyu dan ketenangan jiwa santri yang berada di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung. Sedangkan sumber primernya adalah santri baru yang berada di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung.
b. *Data Sekunder* Sedangkan data sekundernya adalah Ustad dan Ustazah Pondok Pesantren Cibiru Hilir sebagai penunjang dari sumber primer disertai buku-buku tentang shalat khusyu dan ketenangan jiwa serta karya-karya yang sesuai dengan judul penelitian. Selain itu dokumen-dokumen yang berkaitan dengan judul penelitian juga diperlukan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

5. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data-data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode:

a. *Angket*, yaitu suatu daftar pertanyaan untuk memperoleh data berupa jawaban-jawaban dari responden (Koentjoroningrat, 1989: 173). Teknik ini

penulis gunakan untuk memperoleh data tentang shalat khusyu dan ketenangan jiwa santri baru pondok pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung dengan cara memberikan pertanyaan untuk dijawab atau dikerjakan responden secara tertulis.

b. *Observasi*, merupakan metode atau cara-cara menganalisis mengenai tingkah laku dengan melihat atau mengamati individu atau kelompok secara langsung (Purwanto, 2002: 191). Metode ini penulis gunakan untuk memperoleh data tentang perilaku santri baru di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Bandung.

c. *Wawancara*, Merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengadakan Tanya jawab, baik secara langsung maupun tidak langsung secara bertatap muka dengan sumber data sebenarnya (Maman. A, 2011: 89). Metode ini digunakan untuk memperoleh informasi dari ustadz maupun ustadzah dan Santri baru Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir Bandung.

6. Teknik Analisis Data

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Analisis pendahuluan untuk memberikan skor pada masing-masing item; 2) Analisis uji hipotesis untuk menguji kebenaran hipotesis; 3) Analisis lanjut untuk mengambil interpretasi lebih lanjut dengan membandingkan harga Ftable dengan Freg hasil penelitian; 4) Analisis akhir