

ABSTRAK

Anggita Putri Rahayu. 2021. “Pengaruh Dzikir Terhadap Stres Pada Ibu Rumah Tangga Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di Majelis Ta’lim Al-Istiqomah Desa Purwasari Kecamatan Cicurug Kabupaten Sukabumi)”

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah darurat yang mendunia bernama pandemi Covid-19 yang memberikan dampak luar biasa besar terutama dalam bidang kesehatan, pendidikan, dan ekonomi. Permasalahan dalam dunia kesehatan bukan hanya menyangkut kesehatan fisik saja, namun juga kesehatan psikologis. Pandemi Covid-19 ini banyak mengakibatkan kegelisahan, kecemasan, stres, bahkan depresi yang dialami oleh berbagai kalangan di masyarakat, terutama pada Ibu Rumah Tangga (IRT) yang harus menjalani berbagaimacam peran di masa pandemi ini. Banyaknya persoalan yang diakibatkan oleh pandemi Covid-19 ini juga berdampak buruk pada kesehatan mental individu yang berujung pada adanya gangguan mental atau kejiwaan. Dan dzikir menjadi salah satu strategi untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Pembahasan yang disajikan di dalam penelitian ini adalah tentang Pengaruh Dzikir Terhadap Stres Pada Ibu Rumah Tangga (IRT) di Majelis Ta’lim Al-Istiqomah Desa Purwasari Kecamatan Cicurug Kabupaten Sukabumi. Tujuan utama yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah mengetahui seberapa besar pengaruh dzikir terhadap stres yang dialami oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) di masa Pandemi.

Metode penelitian yang digunakan di dalam penelitian ini adalah *mix methods concurrent embedded design* yakni menggabungkan antara penelitian kualitatif dan kuantitatif secara tidak seimbang. Yang dijadikan metode primer dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dan pendekatan kualitatif sebagai metode sekundernya. Penelitian ini mengambil populasi dari jama’ah Majelis Ta’lim Al-Istiqomah yang terletak di Desa Purwasari kecamatan Cicurug, Kabupaten Sukabumi yang berjumlah 48 orang dengan mengambil sampel 22 orang yang sesuai dengan kriteria. Data dalam penelitian ini didapatkan dengan metode angket/kuesioner ditambah dengan dokumentasi dan wawancara. Data hasil angket tersebut kemudian diolah dengan menggunakan rumus *Rank Spearman* dengan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel 2016 for windows*.

Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian dan analisa data melalui perhitungan skor angket pengaruh dzikir terhadap stres pada Ibu Rumah Tangga (IRT) diperoleh $t_{hitung} = 8,626724$ dan nilai $t_{kritis} = 1,725$. Hasil korelasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari dzikir terhadap stres yang dialami oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) di masa pandemi Covid-19 di Majelis Ta’lim Al-Istiqomah Sukabumi. Ini terbukti dengan besarnya nilai koefisien determinasi yang memperoleh nilai 0,788181 dengan nilai interval yang berada di kategori sangat kuat. Hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh berbagai macam faktor inetrenal dan eksternal dari masing-masing individu.

Kata kunci: *dzikir, stres, pandemi, Covid-19*