

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman saat ini sangatlah pesat, dimana sebagian orang terlena karena adanya kemajuan teknologi seperti adanya media sosial, yang dimana sebagian orang terlalu mementingkan aktivitas di media sosialnya. Sehingga lupa akan kewajiban untuk membaca pedoman hidup yaitu al-Qur'an, perkembangan teknologi informasi membawa perubahan bagi masyarakat sehingga membuat orang menjadi kecanduan terhadap internet, membuat seseorang menjadi lalai akan kewajibannya. Al-Qur'an sudah jarang dijadikan pedoman umat Islam. Penomena itu dapat kita lihat melalui media sosial, media cetak, dan media elektronik seperti televisi. Banyak kejahatan seperti pencurian, pembunuhan, perjudian dan mengingkari al-Qur'an itu sendiri seperti sirik, di karenakan mereka tidak paham Al-Qur'an itu sendiri dengan baik sehingga menifestasi perilakunya menjadi buruk. Begitu banyak dari orang-orang yang fasih melantunkan Al-Qur'an, indah dalam melantunkan setiap ayatnya, namun mereka tidak mengetahui dan memahami aktualisasi dan realisasi nilai dari ayat-ayat yang mereka baca.¹

Allah SWT menurunkan wahyu kepada nabi Muhammad Saw berupa al-Qur'an, dan juga berupa pedoman bagi umat muslim. Wahyu yang diturunkan kepada nabi Muhammad itu sebagai penjelas dan pelengkap setelah kitab-kitab terdahulu serta Al-Qur'an pun bias menjawab semua permasalahan yang ada di alam semesta ini, selain itu al-qur'an dijadikan fungsi sebagai obat bagi umat manusia. Membaca al-Qur'an sudah menjadi kewajiban umat Islam sejak diturunkannya ke dunia. Seseorang dapat merasakan ketenangan hati dengan membaca Al-Qur'an, Allah Swt berfirman: “ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang” (QS. Ar-Ra'd:13:28).

¹ Asep Seful Muhtadi and Agus Ahmad Safei, *Al-Quran Kitab Kehidupan* (Bandung: Lembaga Pengembangan Tilawah Quran, 2004). Hlm. 69.

Al-Qur'an merupakan pedoman hidup bagi umat manusia dalam kehidupan di dunia, tidak ada keraguan di dalamnya, obat dari segala penyakit hati. Al-Qur'an adalah mujizat yang tidak ada tandingannya dalam *al-bayan* (pejelasan), *balaghah* (gaya bahasa), *itqan* (keutuhan), kekuatan dan kekokohan gaya ekspresinya, kefasihan perkataannya, keindahan keserasiannya, susunan topik-topiknya, keteguhan manhajnya, keindahan susunan penyampainnya, keragaman kosa katanya, mujizat yang didalamnya bersifat ilmiah, ilmu kedokteran, keterangan hal-hal gaib, hitungan, dan penetaan hukum (kodifikasi hukum). Dengan membaca dan merenungkan al-qur'an hati menjadi tentram.²

Ketika membicarakan ketenangan jiwa bahwasannya al-qur'an adalah obat yang paling mujarab dan al-qur'an juga merupakan terapi yang luar biasa bagi hati, pikiran, maupun ketenangan jiwa setiap manusia. Al-qur'an didalamnya terdapat ayat-ayat yang tidak bisa dirubah dan diakui kekonsistennya yang berbeda dengan kitab lainnya. Dibuktikan dengan penelitian Abdel Daem Al-Kaheel, di dalam bukunya tentang "pengobatan Qur'ani manjurnya berobat dengan al-qur'an bahwasannya Allah telah mengorganisir kata-kata dan setiap hurufnya dengan begitu sempurna.³

Ketenangan jiwa merupakan rahmat Allah yang Allah berikan untuk setiap umat-umatNya dalam menempuh hidup. Untuk mendapatkan ketenangan jiwa memerlukan jalan untuk mencapai sasaran yang di inginkan oleh seseorang. Membaca Al-Qur'an mempunyai manfaat yang begitu luar biasa baik terhadap kesehatan fisik maupun psikis, tidak hanya sekedar meningkatkan IQ saja tetapi manfaat yang diperoleh orang yang Al-Qur'an dapat merasakan ketentraman hati dan ketenangan jiwanya.

Pondok pesantren merupakan sarana ilmu pendidikan Islam yang berbeda dengan pendidikan lainnya, baik dari sistem pendidikannya maupun unsur pendidikan yang dimilikinya, hal tersebut dapat terlihat dari metode belajar mengajar yang sederhana dan tradisional. Pondok pesantren

² Ahmad Husain Salim, *Menyembuhkan Penyakit Jiwa Dan Psik* (Jakarta: Gema Insani, 2006). Hal 147.

³ Abdeel Daem Al-Kaheel, *Pengobatan Qur'ani Manjurnya Berobat Dengan Al-Qur'an*, ed. Muhammad Misbah (Jakarta: Amzah, 2013). Hlm. 23.

mempunyai kedudukan yang sangat esensial bagi santri karena didalamnya santri tinggal dan belajar dengan dikontrol oleh wali santri (ketua asrama) atau *kiyai* yang memimpin di pesantren itu. Dengan demikian *kiyai* dapat dengan secara mudah mendidik dan mengajarkan serta mengawasi santri-santrinya untuk menerima segala bentuk ilmu yang telah ditetapkan sebagai kurikulum di Pesantren. Dengan demikian melalui pondok pesantren, santri dapat melatih diri sekaligus memperdalam ilmu-ilmu praktis seperti kepandaian dalam menghafal dan keterampilan yang lain.⁴

Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Falah 2 seperti halnya di pondok pesantren lain, salah satu kegiatannya adalah membaca Al-Qur'an secara rutin dilakukan setiap setelah shalat subuh, shalat ashar dan shalat magrib. Selain itu santriwati juga dibiasakan membaca Al-Qur'an secara mandiri diluar jadwal yang telah ditentukan oleh pondok pesantren. Kegiatan mengaji Al-Qur'an di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Falah menggunakan cara setoran kepada pengasuh. Pengasuh menyimak santriwati yang sedang membaca Al-Qur'an dengan seksama, apabila terdapat bacaan yang salah, pengasuh langsung membenarkan bacaan tersebut. Selain mengikuti kegiatan-kegiatan yang wajib diikuti oleh santriwati yang salah satunya mengaji Al-Qur'an, banyak santriwati yang membiasakan diri membaca Al-Qur'an diluar jadwal mengaji yang telah di tentukan.

Dari hasil observasi peneliti melakukan wawancara dengan wali santri (pengasuh asrama) di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Falah 2 khususnya tingkatan pengajian al-Qur'an itu dibagi menjadi 4 marhalah (kelas) yaitu: Tahajji, Muallam, Murottal dan Mujawwad. Dari setiap santri kelas 1,2, dan 3 itu masuk berdasarkan kemampuan individu santri. Menurut Ustad Arry selaku wali santri perubahan yang signifikan dari perilaku santri dengan mereka yang belajar al-Qur'an itu pasti, karena bacaan al-Qur'an itu memberikan pengaruh ketenangan jiwa, bahkan ada riset pengetahuan orang yang hafal al-Qur'an itu berpengaruh kepada IQ santri tersebut. Ustad Arry juga mengatakan

⁴ Bahri Ghazali, *Pendidikan Pesantren Berwawasan Lingkungan* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 2001). Hlm.20.

bahwasannya contoh nyata siswa yang masuk pesantren ketika dia lulus, banyak dari alumni memberikan pernyataan bahwasannya ilmu-ilmu yang ada di pesantren itu bermanfaat di masyarakat, ada yang menjadi ustad, ada yang menjadi pengurus pemerintah, dan lain sebagainya.

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “PENGARUH KEGIATAN MEMBACA AL-QUR’AN TERHADAP KETENANGAN JIWA”. Studi penelitian di Pondok Pesantren Al-Qur’an Al-Falah 2.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana ketenangan jiwa santriwati Pondok Pesantren Al-Qur’an Al-Falah 2?
2. Adakah pengaruh kegiatan membaca Al-Qur’an terhadap ketenangan jiwa santriwati Pondok Pesantren Al-Qur’an Al-Falah 2?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui ketenangan jiwa santriwati Pondok Pesantren Al-Qur’an Al-Falah 2.
2. Untuk mengetahui pengaruh kegiatan membaca Al-Qur’an terhadap ketenangan jiwa santri Pondok Pesantren Al-Qur’an Al-Falah 2.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan terhadap masyarakat mengenai keistimewaan membaca Al-Qur’an untuk menenangkan jiwa.
2. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya yang ingin meneliti lebih dalam dimensi-dimensi psikoterapi tentang membaca al-Qur’an sebagai metode untuk menenangkan jiwa sehingga mendapatkan perbandingan keilmuan untuk memperluas temuan penelitian dengan focus yang berbeda.

3. Manfaat penelitian ini secara teoritis diharapkan bisa memberi sumbangsih pemikiran mengenai wacana keilmuan terutama dalam pengembangan jurusan Tasawuf dan Psikoterapi mengenai pengaruh membaca Al-Qur'an terhadap ketenangan jiwa.

E. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan pada latar belakang permasalahan diatas, maka pada kajian penelitian ini penulisan menggunakan metode deskriptif dan literature sebagai acuan referensi yang berkaitan dengan penulisan pada penelitian ini, hal tersebut bertujuan untuk menghindari kesamaan antara penelitian yang akan dilaksanakan dengan penelitian yang telah dilaksanakan.

Ayu Efitasari, mahasiswi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung yang berjudul "*Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek*". Hasil akhir dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa di tempat penelitian tersebut (Majlisul Dzakirin Kamulan) signifikan dengan persentase ketenangan jiwa 6,5%. Dari hasil tersebut maka penulis mengambil kesimpulan terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi ketenangan jiwa yang salah satunya lingkungan dan tata tertib di majlisul dzakirin kamulan. Persamaan penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan adalah membahas mengenai ketenangan jiwa sedangkan perbedaannya adalah metode dan objek pada penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai pengaruh kegiatan membaca Al-Qur'an terhadap ketenangan jiwa di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Falah 2⁵.

Fatih Alviani Amana, mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjudul "*Pengaruh Kebiasaan Membaca Al-Qur'an Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Madiun*". Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh kebiasaan membaca al-Qur'an terhadap prestasi belajar PAI, dengan diperoleh

⁵ Ayu Efitasari, "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek." (*Institute Agama Islam Negeri Tulungagung*, 2015).

nilai signifikansi 0.002 dan $0.025 < 0.05$. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah metode yang di gunakan untuk mengetahui tingkat ketenangan jiwa yaitu membaca al-Qur'an. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian sebelumnya meneliti mengenai kebiasaan membaca al-Quran terhadap prestasi belajar siswa aliyah sedangkan yang diteliti oleh peneliti pengaruh kegiatan membaca al-Quran terhadap ketenangan jiwa⁶.

Ketiga, skripsi dari Fitroh Siti Maesaroh, mahasiswi Fakultas Ushuluddin Universitas Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang berjudul "*Pengaruh kebiasaan Membaca Al-Qur'an Terhadap Ketenangan Jiwa Lansia*". Pada penelitian ini mendapatkan kesimpulan bahwa kebiasaan membaca al-Qur'an lansia di Majelis Taklim Taufiqqurahman memiliki hasil yang sedang dan tinggi dengan persentasi sebesar 50%. Sedangkan untuk ketenangan jiwa lansia di Majelis Taklim Taufiqqurahman sangat tinggi yaitu dengan persentasi 70% dan persentase sedang 30%. Untuk hubungan kebiasaan membaca al-Qur'an dengan ketenangan jiwa terdapat hubungan tetapi sangat kecil dan bisa diabaikan sedangkan dari pengaruh dari kebiasaan membaca al-Qur'an terhadap ketenangan jiwa tidak memiliki pengaruh dengan demikian hipotesis yang diajukan ditolak, karena ada faktor lain yang mempengaruhi ketenangan jiwa diantaranya agama, keterpenuhinya kebutuhan manusia. Maksud dari terpenuhi kebutuhan pokok, terciptanya kepuasan, posisi, status social, terpenuhinya kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa sukses, dan rasa ingin tahu⁷.

Artikel jurnal oleh Suherman 2017 dengan judul "*Pengaruh Kemampuan Membaca Al-Qur'an Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Politeknik Medan*". Pada penelitian ini penulis menjelaskan adanya pengaruh kemampuan membaca Al-Qur'an terhadap hasil belajar mahasiswa.

⁶ Fattich Alviyani Amana, "Pengaruh Kebiasaan Membaca Al-Qur'an Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Kelas X Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Madiun" (*Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*, Malang, 2015). Diakses 10 januari 2021

⁷ Fitroh Siti Maesaroh, "Pengaruh Kebiasaan Membaca Alquran Terhadap Ketenangan Jiwa Lansia: Studi Kasus Pada Lansia Di Majelis Taklim Taufiqqurahman Sukagalih Cikoneng Ciparay Bandung" (*UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 2018). Diakses 10 Januari 2021

Ditunjukkan dengan hasil $F_{hitung} > F_{tabel} = (106.726 > 4.06)$. Yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara kemampuan membaca al-Qur'an terhadap hasil belajar mahasiswa. Persentasi peningkatan hasil belajar mahasiswa yang dipengaruhi oleh kemampuan membaca al-Qur'an adalah 70,1% sedangkan factor-faktor lain yang tidak teramati dalam penelitian yaitu 29,9%. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian sebelumnya meneliti mengenai kemampuan membaca al-Qur'an terhadap hasil belajar mahasiswa politeknik medan, sedangkan yang diteliti oleh peneliti pengaruh kegiatan membaca al-Qur'an terhadap ketenangan jiwa di pondok pesantren⁸.

F. Kerangka Pemikiran

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari, manusia banyak melakukan kegiatan. Kegiatan disebut juga dengan aktivitas, sedangkan menurut Nasution aktivitas merupakan keaktifan jasmani dan rohani dan kedua-duanya harus di hubungkan⁹. Sedangkan didalam Kamus Besar Bahasa Indonesia definisi kegiatan atau keaktifan adalah perubahan dari tidak melakukan apa-apa menjadi melakukan sesuatu. Seseorang dapat dikatakan melakukan keaktifan dalam suatu pekerjaan dapat dilihat dari intensitasnya. Intensitas berarti keadaan tingkatan atau ukuran intensnya.¹⁰

Maka santri dapat dikatakan aktif melakukan kegiatan membaca al-Qur'an di Pesantren dilihat dari intensitas membacanya. Santri yang memiliki dorongan motivasi intrinsik (dorongan dari dalam) ketika menjalankan aktivitas membaca al-Qur'an akan mendapatkan hasil yang lebih baik dari santri yang memiliki motivasi ekstrinsik (dorongan dari luar) dalam melaksanakan aktivitas membacanya di Pesantren.

⁸ Suherman, "Pengaruh Kemampuan Membaca Alqur'an Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Politeknik Negeri Medan," *ANSIRU PAI: Pengembangan Profesi Guru Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (2017): 1–7. Diakses !0 Januari 2021

⁹ Sorimuda Nasution, *Didaktik Asas-Asas Mengajar* (Jakarta: Bumi Aksara, 2010). Hlm. 89.

¹⁰ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2000). Hlm. 23.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mendefinisikan kata membaca diantaranya adalah: “1) Melihat dan memahami isi dari apa yang tertulis (melinsankan atau dalam hati), 2) Mengeja atau melafalkan apa yang tertulis, 3) Mengucapkan, 4) Mengetahui, meramalkan, 5) Memahami, memperhitungkan.”¹¹

Menurut Mulyono Abdurrahman mengutip pendapat Kirk Kliebhan dan Lerner, ada 8 faktor yang mempengaruhi kemampuan membaca Al-Qur’an, yaitu: “1) Kematangan mental, 2) Kemampuan visual, 3) Kemampuan mendengarkan, 4) Perkembangan wicara dan bahasa, 5) Perkembangan motoric, 6) Keterampilan berpikir, 7) Kematangan social dan emosional, 8) Moivasi dan minat.”¹²

Factor yang mempengaruhi membaca Al-Qur’an antara lain: adanya motivasi, perasaan, emosi, sikap, proses berpikir, dan intelegensi, merupakan factor yang berasal dari luar atau yang ada pada santri. Agar berhasil sesuai dengan tujuan yang harus dicapai, perlu memerhatikan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi membaca Al-Qur’an, sehingga santri dapat membaca Al-Qur’an dengan baik dan benar.

Allah SWT memberikan wahyu ke Nabi Muhammad SAW yang pertama disampaikan adalah perintah membaca dikarenakan dengan membaca Al-Qur’an Allah mengajarkan suatu pengetahuan yang tidak diketahuinya. Dengan membaca manusia akan mendapatka wawasan tentang suatu ilmu pengetahuan yang akan berguna bagi dirinya kelak.

Al-Qur’an merupakan petunjuk bagi manusia untuk merealisasikan dirinya, agar menjadi hamba Allah yang senantiasa mendapatkna ketenangan, kedamaian, dan ketentraman bagi dirinya baik di dunia maupun di akhirat.¹³ Al-Qur’an adalah kalamullah yang menjadi pedoman untuk kehidupan manusia yang bisa mengatasi berbagai gangguan penyakit, baik penyakit mental

¹¹ Qonita Alya, *Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pendidikan Dasar* (Jakarta: PT. Indah Jaya Adipratama, 2009). Hlm. 45.

¹² Mulyono Abburrahman, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Angkasa, 1993). Hlm. 105.

¹³ Utsman Najati, *Al-Qur’an Dan Ilmu Jiwa* (Bandung: Pustaka, 1997). Hlm. 1.

maupun kejiwaan. Sebagaimana yang dikutip didalam (Qs. Ar-Ra'd 13:28) agar manusia dapat mencapai ketenangan hidup.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.

Salah satu cara agar kita terus mengingat Allah yaitu dengan membaca Al-Qur'an, karena al-Qur'an didalamnya tidak hanya perintah dan larangan, tetapi juga menjadi referensi atau jawaban dari semua persoalan manusia di dunia. Menurut Prof. Dr. Abdussabur Syahin dalam bukunya yang diterjemahkan oleh Prof. Dr. Ahmad Bachmid, Lc bahwasanya hal-hal yang sudah tidak diperdebatkan dalam membaca Al-Qur'an harus disesuaikan dengan sejumlah aturan yaitu:¹⁴

1. Dengan bacaan perlahan
2. Dengan bacaan tartil
3. Dengan bacaan tilawah
4. Dengan bacaan tabyin (menenagkan)
5. Dengan cara tabligh (benar)

Membaca Al-Qur'an dengan bacaan tartil merupakan yang paling utama dalam membaca Al-Qur'an yang harus diperhatikan, membaca dengan tartil adalah membaca Al-Qur'an yang disesuaikan dengan kaidah ilmu tajwid dan pelafalan makharijul hurufnya. Dengan uraian diatas dapat disimpulkan bahwasanya membaca Al-Qur'an harus bersungguh-sungguh, harus jelas, teliti, hati-hati dalam membacanya, sesuai dengan kaidah-kaidah tajwid yang tepat dan pelafalan mekharijul hurufnya yang benar.

Sedangkan menurut Irdawati membaca adalah proses memperoleh makna dari sebuah tulisan, kegiatan membaca bukan hanya sekedar aktifitas yang bersifat pasif dan respektif saja, melainkan menghendaki pembaca untuk

¹⁴ Abdussabur Syahin, *Sejarah Al-Qur'an*, 1st ed. (Jakarta: PT Rehal Publika, 2008). Hlm. 30

memperoleh makna teks, dan mengkomunikasikan lambing-lambang huruf kedalam suatu bentuk ucapan.¹⁵

Ketenangan jiwa, kedamaian, dan ketentraman merupakan suatu hal yang diinginkan oleh manusia. Yang dimaksud dengan jiwa adalah yang menitik beratkan aspek kesehatan dan kekuatan badan,¹⁶ Jiwa yang sehat adalah jiwa yang tenang. Karena orang yang jiwanya tenang dan tentram adalah yang mengalami keseimbangan didalam fungsi-fungsi jiwa sehingga menghasilkan pikiran yang positif, dapat menyesuaikan diri terhadap situasi yang dihadapi, dapat menyikapi masalah serta mampu merasakan kebahagiaan hidup bijak dalam menyikapi masalah.

Sebagaimana menurut Zakiah Daradjat bahwa “kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara factor jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi masalah-masalah yang biasa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya”.¹⁷

Ada beberapa elemen dalam *Tafsir Mafatih Al-Ghayb* solusi dalam menciptakan jiwa yang tenang yaitu, al-Qur’an, iman, zikir, ikhlas, tawakal dan do’a. Hal tersebutlah yang menjadi sebuah cara agar terciptanya jiwa yang tenang, sehingga segala permasalahan hidup tidak akan mampu membuatnya cemas, gelisah dan sedih. Permasalah jiwa yang dihadapi manusia, akan diatasi berdasarkan elemen-elemen yang dibutuhkan. Dalam keadaan cemas, gelisah, maka elemen yang semestinya dihadirkan dalam dirinya adalah al-Qur’an. Al-Qur’an dapat mengobati dan membersihkan segala kotoran rohani dan jasmani manusia sebagaimana yang terdapat dalam Qur’an surat Al-Baqarah; 129 (*Liyutahhirakum*) dan Al-Anfal: 11(*Yuzakkikum*).¹⁸

Nama lain Al-Qur’an salah satunya adalah *Shifa*, ada dua pendapat yang mengartikan kata *Shifa*, “*pertama*, terapi bagi jiwa yang dapat menghilangkan

¹⁵ Irdawati, Darmawan, and Yunidar, “Meningkatkan Kemampuan Membaca Permulaan Dengan Menggunakan Media Gambar Kelas 1 Di Min Buol,” *Jurnal Kreatif Online* 5, no. 4 (2014). Hlm. 1-14

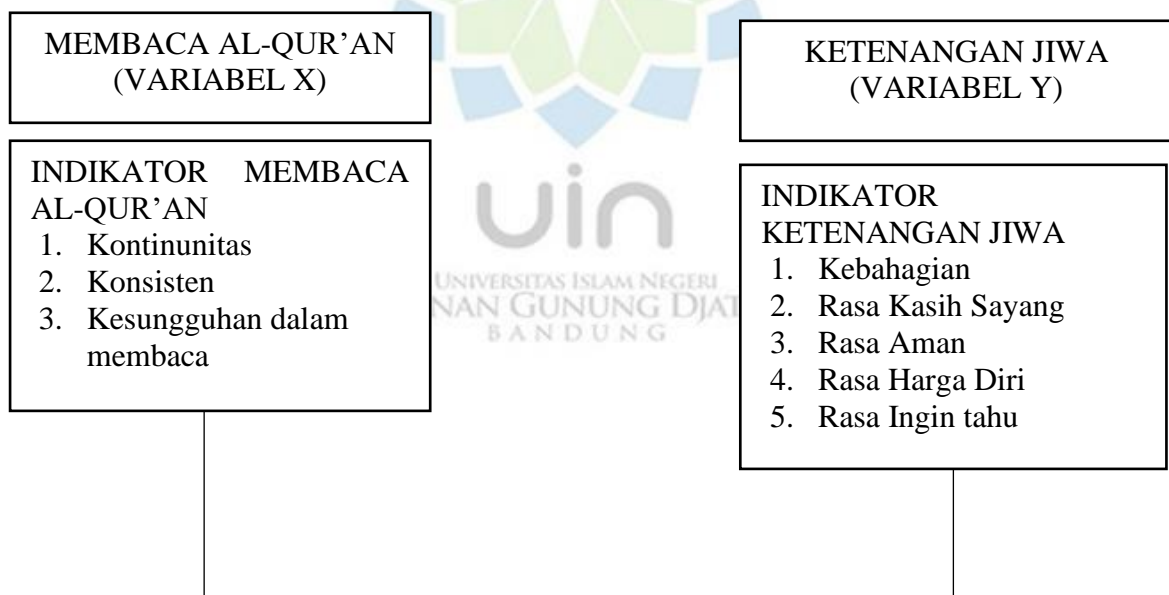
¹⁶ Mohammad Utsman Njati, *Psikologi Dalam Perspektif Hadis* (Jakarta: Pustaka Al husna Baru, 2004). Hlm. 294-295

¹⁷ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1982). Hlm.13.

¹⁸ Fakhr al-Din Al-Razi, *Tafsir Mafatih AlGhayb*, 21st ed.

kebodohan dan keraguan, membuka jiwa yang tertutup, dan menyembuhkan jiwa yang sakit. *Kedua*, terapi yang dapat menyembuhkan penyakit fisik”.¹⁹

Sedangkan menurut Ary Ginanjar Agustin Al-Qur’an adalah pedoman menuju suatu kebahagiaan, keadaan perubahan dunia yang begitu cepat, perubahan ilmiah yang menyebabkan interaction social manusia yang semakin deras sehingga semakin besar kemungkinan terjadi ketegangan. Adapun indicator dari ketenangan jiwa yaitu mengingat Allah, sabar, tidak cemas atau atau, tidak ragu-ragu, tidak putus asa, tidak ketakutan. Hana Jumhana Bastaman berpendapat bahwa “indicator kegiatan membaca al-Qur’an ialah bersifat kontinuitas, konsistensi, dan kesungguhan dalam membaca dan menerapkan isi kandungan yang terdapat dalam al-Qur’an.”²⁰ Berdasarkan uraian kerangka pemikiran diatas, penulis berasumsi bahwa kegiatan membaca al-Qur’an berpengaruh terhadap ketenangan jiwa.



Gambar 1.1 Kerangka Pemikiran

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan di bawah ini merupakan runtutan pembahasan, adapun sistematika penulisan yaitu:

¹⁹ Sayaikh Imam Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, ed. Asmuni (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008). Hlm. 785

²⁰ Hanna Junhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dan Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelaja, 1995).

Bab I: Merupakan bab pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka pemikiran, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan.

Bab II: Landasan Teori. Bab ini mendeskripsikan tentang tema besar yang akan diteliti yang berisikan teori yang berupa pengertian motivasi, makna membaca Al-Qur'an, pengertian ketenangan jiwa, indikator ketenangan jiwa.

Bab III: Metode Penelitian. Bab ini berisikan metode penelitian yang berupa pendekatan dan metode penelitian, sumber data dan subjek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data serta tempat dan lokasi penelitian.

Bab IV: Merupakan bab yang menjelaskan kondisi di lapangan. Bab ini berisikan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terkait dengan Pengaruh Kegiatan Membaca Al-Qur'an Terhadap Ketenangan Jiwa.

Bab V: Merupakan bab penutup dalam penelitian, kesimpulan dari pembahasan, dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan yang berhubungan dengan penelitian.