

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang tidak mengenal batasan waktu. Bahkan Allah menyifati *Ulul Al-Bab*, mereka yang senantiasa menyebut Rab-Nya, baik dalam keadaan berdiri, duduk bahkan juga berbaring. Oleh karenanya dzikir bukan hanya ibadah yang bersifat lisaniah, namun juga *qolbiyah*.<sup>1</sup>

Imam Nawawi menyatakan bahwa yang afdol adalah dilakukan bersamaan dilisan dan dihati. Jika harus salah satunya, maka dzikir hatilah yang lebih diutamakan. Meskipun demikian menghadirkan Maknanya dalam hati, memahami maksudnya merupakan suatu hal yang harus diupayakan dalam dzikir. Dzikir bila di kaji secara mendalam termasuk tauhid ulhiyah atau tauhid ibadah bila ditinjau dari ilmu tasawuf, dzikir termasuk dalam aliran atau madzhab tasawuf amali. Madzhab tasawuf ini adalah untuk mencapai *Ma'rifatullah* dengan pendekatan melalui dzikir.<sup>2</sup>

Pada hakikatnya orang yang sedang berdzikir adalah orang yang sedang berhubungan dengan Allah. Seseorang yang senantiasa mengajak orang lain untuk kembali kepada Allah akan melakukan dzikir yang lebih dari seorang muslim biasa. Karena pada dasarnya, ia ingin menghidupkan kembali hati mereka yang mati, akan tetapi jika tidak menghidupkan hatinya lebih dulu, keinginan atau kehendaknya untuk menghidupkan hati yang lain tidak akan mampu dilakukan.

Ada yang mengatakan bahwa dzikir bukan hanya sekedar mengingat Allah karena pikiran kita terbatas dan tidak akan sampai untuk mengingat Allah. Dzikir adalah menyadari Allah, yaitu Allah yang maha dekat, Allah yang Maha Meliputi segala sesuatu yang terlihat dan tidak terlihat. Dzikir yang benar adalah Dzikir dengan kesadaran, bukan dzikir dengan menyebutkan atau

---

<sup>1</sup> Rani Azmarina, "Desensitisasi Sistematis Dengan Dzikir Tasbeeh Untuk Menurunkan Simtom Kecemasan Pada Gangguan Fobia Spesifik," *Humanitas 2* (t.t.): 90–104.

<sup>2</sup> Afif Anshori, *Dzikir dan Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 25.

pikiran. Ada perbedaan yang jelas antara dzikir mengingat dan menyadari. Kedua ini tidaklah sama. Mengingat adalah aktivitas yang dilakukan otak, sedangkan menyadari adalah aktivitas jiwa, yang menyatu dengan kefitrahan Ruh. Kitab suci Al-Quran sangat gamblang sekali dalam menjelaskan arti dzikir ini dengan menyebut bahwa Allah itu dekat. Bahkan, tingkat kedekatan ini di gambarkan dengan ungkapan lebih dekat dari urat leher. Ini menggambarkan bahwa Allah memang sangat dekat dengan Hamba-Nya.<sup>3</sup>

Hal ini tentunya sering dilakukan oleh santriwan santriwati, dalam meningkatkan kesepiritualanya dan mendapatkan ketenangan jiwa yaitu dengan mengurangi gangguan psikoneurotik dengan memperbanyak dzikir kepada Allah. Santriwan dan Santriwati terdiri dari berbagai kalangan seperti anak-anak, remaja, dewasa, orang tua bahkan usia lanjut. Dalam psikologi masa transisi dan kematangan secara sempurna yaitu terjadi pada usia dewasa dengan rentang usia antara 17-30 tahun. Pada usia ini tumbuh kematangan fisik dan motivasi untuk meraih suatu hal yang sangat besar didukung oleh kekuatan yang prima. Ditandai dengan terjadinya penyesuaian diri dengan cara gaya hidup baru dan memperoleh kebebasan dalam mengembangkan kecerdasan, baik kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ) maupun kecerdasan spiritual (SQ), kecerdasan moral, kecerdasan beragama.<sup>4</sup>

Sifat manusia tidak akan pernah dipisahkan dari diskusi tentang zat setiap orang. Dalam Islam, esensi manusia memiliki tiga aspek, yaitu: aspek fisik, aspek spiritual dan aspek *nafsiah*. Jika konsep ini digunakan sebagai dasar untuk kepemimpinan konsep dasar psikologi Barat, maka kita dapat mengatakan bahwa psikologi Barat memiliki dua aspek, fisik dan spiritual, sementara aspek spiritual tidak tersedia di Barat. Substansi "manusia" ini memunculkan lima pikiran, yaitu: :

1. Kecerdasan intelektual, yaitu kecerdasan dengan penerimaan dan pembenaran suatu ilmu bersifat intuitif ilahiyah.

---

<sup>3</sup> Samsul Munir Amin, *Energy Dzikir* (Jakarta: Bumilaksana, 2008), 54.

<sup>4</sup> Soewanto, *Pengantar psikologi* (Jakarta: Bina Aksara, 1988), 17.

2. Kecerdasan emosional, yaitu kecerdasan yang berkaitan untuk mengontrol nafsu-nafsu impulsive dan agresif.
3. Kecerdasan moral, yaitu kecerdasan yang berkaitan dengan hubungan sesama manusia dan alam semesta.
4. Kecerdasan spiritual, yaitu kecerdasan yang berhubungan dengan kualitas hati atau batin seseorang.
5. Kecerdasan beragama, menurut Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir yaitu kecerdasan yang berhubungan dengan kualitas beragama. Kecerdasan ini bisa menuntun atau mengarahkan pada seseorang untuk berperilaku secara benar yang puncaknya menghasilkan ketaqwaan yang secara mendalam.

Dari sini, terapi ini menciptakan dan menumbuhkan lima jenis pikiran yang dimiliki orang, dan, pada akhirnya, pikiran ini mencapai klimaks pada satu titik, yaitu Tuhan.

Kecemasan dapat diatasi dengan bantuan teknik relaksasi, karena mereka dapat mengurangi tingkat stres fisiologis.<sup>5</sup> Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa relaksasi dapat digunakan secara efektif untuk mengobati kecemasan.<sup>6</sup> Ada banyak jenis teknik relaksasi, salah satunya adalah relaksasi endogen.<sup>7</sup> Autogenik adalah kegiatan terus-menerus mengulangi sebuah pernyataan positif kepada diri sendiri dalam keadaan relaksasi.<sup>8</sup>

Sebuah studi menunjukkan bahwa pelatihan teknik generasi diri dapat secara signifikan mengurangi tingkat kecemasan (Kanji, White, dan Ernst, 2004).<sup>9</sup> Studi lain yang dilakukan oleh Prato dan Jocha pada April 2013 menyimpulkan bahwa latihan mandiri adalah metode yang paling efektif dan

---

<sup>5</sup> Asmadi, *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien* (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2008), 26.

<sup>6</sup> Crist Lynn Rice, "Reducing Anxiety in Middle School and High School Student: a Comparison of Cognitive Behavioral Therapy and Relaxation Training Approaches." (Phoenix, The University of Arizona, 2008), 71.

<sup>7</sup> Asmadi, *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*, 33.

<sup>8</sup> Stephen Barnabas, *Financial Self-Concept; Kunci Meraih Kekayaan dan Kesuksesan Sejati*. Jakarta: (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), 11.

<sup>9</sup> N. Kanji dan E. Ernest, "Autogenic Training Reduces Anxiety After Coronary Angioplasty: A Randomized Clinical Trial," *American Health Journal* 002 (2004): 17.

secara statistik mengurangi laju pernapasan dan suhu lingkungan, yang merupakan gejala gangguan kecemasan.

Asmadi menyatakan bahwa teknik relaksasi sendiri mudah dilakukan, bukan berisiko. Prinsip teknik ini adalah bahwa seseorang harus dapat fokus saat membaca jimat, doa, atau dhikel di dalam hati dengan ujung udara paru.<sup>10</sup>

Kemajuan jaman telah membawa manusia pada kehidupan fisik atau material yang menguntungkan. Dengan adanya revolusi industri pada awal abad ini, yang jauh menjadi dekat dan yang dekat merapat, yang berat menjadi ringan, yang sukar menjadi mudah. Sebenarnya, manusia bukanlah hanya fisik dan material, tetapi dibalik itu memiliki dimensi yang lain, yang bisa dikatakan sebagai hakikat manusia, yakni dimensi rohaniah. Dimensi fisik atau material dan dimensi mental-spiritual saling berkaitan dan saling mempengaruhi oleh sebab itu, manusia tidak akan mampu menjalani hidup tanpa membekali kedua unsur yang ada pada dirinya itu. Batin manusia yang menopang kehidupan jasmaniah tidak boleh diabaikan didalam kehidupannya. Kalau dimensi fisik dapat dirasakan dan merasa senang oleh hal yang bersifat material, maka rohaniah atau batin manusia akan hidup dan merasa tentram dengan makanan yang bersifat spiritual. Iman dan keyakinan adalah makanan rohaniah manusia. Iman atau kepercayaan mengambil institusi dalam bentuk dzikir dan solat. Dzikir dan shalatlah yang akan memberi kehidupan terhadap batin manusia.<sup>11</sup>

Oleh sebab itu, tidak sedikit penyakit yang diderita manusia berpengaruh dari kondisi kejiwaanya terhadap tubuhnya yang biasa disebut penyakit psikoneurotik. Dengan demikian, untuk mengurangi penderitaan tersebut tidak lain adalah dengan menghilangkan sumber penyakit, yakni keadaan jiwa sipenderita yang gelisah, murung, dan sebagainya. Akan tetapi, kondisi psikis demikian tidak berdiri sendiri, melainkan terkait dengan

---

<sup>10</sup> Asmadi, *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*, 35.

<sup>11</sup> Dadang Hawari, *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Primayasa, 1996), 66.

kondisi batin atau sepiritual manusia. Oleh sebab itu, untuk memberikan kesehatan mental kepada seseorang penderita penyakit yang bersumber dari kondisi psikis yang labil perlu dilakukan penyehatan atas kondisi spritualnya melalui diagnosa, iman, dan aktivitas dzikir pada Al-Quran yunus 10

يَأَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ  
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya : Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.

Dalam ayat tersebut bisa diartikan bahwa penyakit spiritual atau mental dapat diselesaikan atau disembuhkan dengan ajaran ilahi yang mengandung nilai-nilai hidup yang lengkap. Apabila hal tersebut dijalani secara teratur, baik dan benar, lalu diiringi dengan dzikir yang khusus, maka manusia akan terhindar dari kegalauan dalam berpikiran, kecemasan, putus asa dan sebagainya.

Alloh berfirman dalam Q.S Al-Radd 19:28

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “Orang-Orang yang beriman dan Qalbu mereka menjadi tentram dengan mengingat Alloh. Ingatlah, hanya dengan mengingat Alloh Qolbu hati jadi tentram”.

Isi kandungan dari Q.S surat Al-Radd dzikir juga meliputi doa dan sembahyang. Karena didalamnya unsur “ingat” terasa dominan sekali. Dengan demikian, terlalu sempitlah jika mengartikan dzikir pada wacana mewiridkan bacaan-bacaan berjam-jam sambil duduk. Akan tetapi antara dzikir, doa dan sembahyang merupakan satu pengertian bentuk komunikasi antara manusia dengan tuhanya, kendatipun tatacara tersendiri namun bisa juga dirangkai ketiganya. Misalnya, setelah orang melakukan solat disunahkan

untuk berdzikir dan berdoa, dzikir setelah solat ini sepanjang ajaran Rosullulloh SAW adalah membaca bacaan tasbih, tahmid, takbir, dengan hitungan-hitungan tertentu, serta membaca bacaan Istigfar, tahlil, dan doa-doa.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun yang menjadi rumusan masalah pokok dalam penelitian ini yaitu apakah zikir dapat mempengaruhi skor kecemasan Santri Pesantren Jamiathul Mukhlisin Padalarang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh zikir sebagai terapi terhadap tingkat kecemasan Santri Pesantren Jamiathul Mukhlisin Padalarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian diatas penelitian ini memberikan manfaat sebagai berikut :

### **1. Secara akademis**

Bisa Memberikan Manfaat bagi Universitas Islam Negeri Bandung Fakultas Ushuluddin Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi juga untuk menambah informasi bagi kepustakaan sehingga menjadi rujukan dalam kegiatan literasi yang berhubungan dengan terapi dzikir terhadap

### **2. Secara praktis**

Memberikan pemahaman secara kongkrit bahwa terapi dzikir dapat menyembuhkan penyakit psikoneurotik.

## **E. Kerangka Pemikiran**

Dzikir secara bahasa dzikir bermula dari *dzkara*, *yadzkuuru*, *dzukr/dziker*, merupakan perbuatan dengan lisan (menyebut, menuturkan) atau

dan dengan hati (mengingat/menyebut dan mengingat)<sup>12</sup>. Ada yang berpendapat bahwa *dzukr (bidlammi)* saja bisa berarti pekerjaan hati dan lisan, sedang *dzikr (bilkasri)* khusus pekerjaan lisan. Dalam peristilahan kata, *dikr* tidak terlalu jauh pengertiannya dengan makna-makna lughawinya semula. Bahkan kamus-kamus modern seperti Al-Munjid, Al-Munawir, Al-Qamus al-Ashri dan sebagainya, sudah pula menggunakan pengertian-pengertian istilah seperti adz-dzikr = membaca tasbih, mengagungkan Allah dan seterusnya<sup>13</sup>. Pengertian-pengertian ini semua dapat dilihat di banyak lafal dzikr yang dituturkan dalam Al-Qur'an. Bahkan seringkali pengertian dzikr (dalam berbagai *shieghatnya*) dalam kitab suci itu merupakan cakupan dari makna-makna lughawinya sekaligus. Dalam kitab Al-Adzkaar-nya yang terkenal, Imam Nawawi (631-676 H), menyebutkan : “ *Dzikir itu bisa dengan hati, bisa dengan lisan. Dan yang terbaik adalah yang dengan hati dan dengan lisan sekaligus. Kalau harus memilih antara keduanya, maka dzikir dengan hati saja lebih baik dari dzikir dengan lisan saja* ”<sup>14</sup>. Para ahli berbeda pendapat mengenai dzikir. Dzikir dapat diartikan sebagai kehidupan hati dan faktor yang menyebabkan hati manusia menjadi hidup, juga sebagai faktor yang menghidupkan rumah seseorang (Jauziyah, 2002: viii). Abu bakar Aceh mendefinisikan dzikir sebagai ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, ucapan atau ingatan yang mempersucikan Tuhan dan membersihkannya daripada sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian (Atjeh, 1985: 276). Sedangkan Hasan Albana dalam Mujid (1985: 14) memberikan pengertian zikir sebagai semua apa saja yang mendekatkan diri kepada Tuhan dan semua ingatan yang menjadikan diri kita dekat dengan Tuhan.

Dari beberapa definisi tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa zikir adalah mengingat dengan sepenuh keyakinan akan kebesaran Tuhan, dengan

---

<sup>12</sup> Miftah Farid (1997: 25)

<sup>13</sup> (Bisri, 1997: 169)

<sup>14</sup> (Nawawi, 1984: 45).

segala sifat-Nya serta menyadari bahwa dirinya senantiasa berada dalam pengawasan Allah, seraya selalu menyebut asma Allah dalam hati dan atau lisan

Sedangkan kecemasan menurut Musfir adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. deskripsi umum akan kecemasan yaitu “perasaan tertekan dan tidak tenang serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan”. Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang hingga banyak manusia yang melarikan diri ke alam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara.

Banyak ahli berpendapat bahwa agama atau ritual agama mempunyai peranan penting dalam kehidupan manusia. Seperti yang di ungkap oleh James Bissett Pratt dalam *The Religious Consciousness* yang di kutip oleh Barudin (2002) sesungguhnya yang dapat menimbulkan situasi keagamaan khusus, suatu perasaan kagum, rasa bebas, atau suatu keyakinan baru yang kuat, sehingga doa dan dzikir mampu mendatangkan suatu kekuatan atau menimbulkan suatu efek psikologis yang hebat. Umat Islam percaya bahwa penyebutan nama Allah secara berulang ( Dzikir ) dapat menyembuhkan jiwa dan menyembuhkan berbagai penyakit.<sup>15</sup>

Dari deskripsi di atas terdapat hubungan yang menarik antara dzikir, psikoneurotik dan Psikoterapi. Dzikir merupakan upaya mendekatkan diri kepada Allah, yang mengandung unsur kecemasan, sehingga dzikir dapat digunakan sebagai metode terapeutik bagi kecemasan. Hal ini dikarenakan dzikir memiliki kekuatan spiritual atau kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan optimisme. Kedua aspek tersebut merupakan dimensi yang esensial bagi penyembuhan suatu penyakit di samping tindakan secara medis.

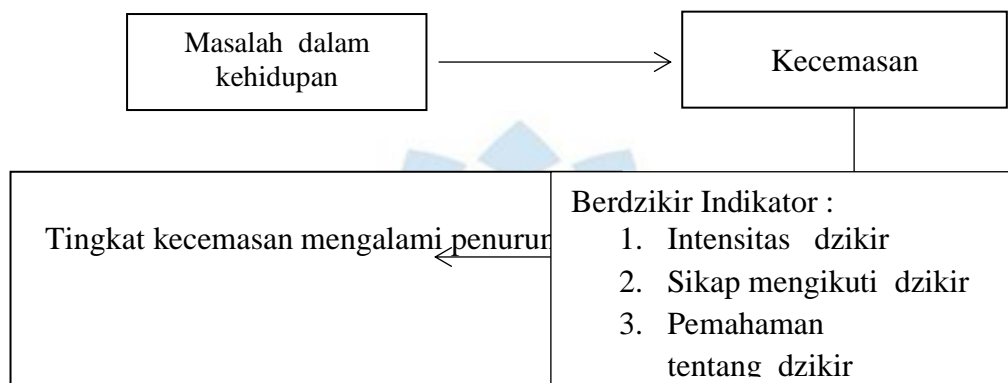
Dari sinilah dapat dipahami bahwa dzikir yang dilakukan secara

---

<sup>15</sup> James Bissett Pratt, *The Religious Consciousness* (New York: Cosimo Classics, 2006).



kontinyu dapat mendatangkan ketenangan dan keseimbangan mental spiritual yang tercermin dalam perilaku sehari-hari. Sehingga secara langsung dapat dijadikan sebagai metode layanan bimbingan konseling Islami, di mana dalam hal ini terjalin suatu hubungan antara klien dengan manusia dan lingkungan sekitarnya. Dengan demikian klien akan dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya dan akhirnya mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.



#### F. **Kajian Pustaka**

Dari hasil survai kepustakaan di Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung, penelitian yang mengkaji tentang dzikir menurut Qur'an dengan metode tematik sebagai terapi mental penderita psikoneurotik belum pernah dilakukan, tetapi ada beberapa penelitian yang secara tidak langsung terkait yaitu penelitian yang berjudul “Dzikir Sebagai Alternatif Pendekatan Dakwah Islam Dalam Penyembuhan Mental Disorder”.

Penelitian tersebut ditulis oleh Abdul Kholil pada tahun 1997 yang secara garis besar menyatakan bahwa dzikir merupakan salah satu alternatif pendekatan jiwa kepada Yang Maha Kuasa, guna menemukan ketenangan batiniah sehingga orang yang memiliki mental yang tidak sehat dapat mulai menemukan jati diri agar dapat menyelesaikan permasalahan hidupnya melalui jalan yang benar dan tidak melampiaskannya kepada hal yang bersifat negatif. Hal ini dapat terlaksana dengan bantuan bimbingan penyuluhan yang merupakan salah satu metode dakwah Islamiyah. Dan klien dapat menemukan ketengan batin dan dapat menyelesaikan persoalan hidup secara

lebih bijak dengan berdasar nilai-nilai ajaran agama Islam.

Penelitian lain tentang hal ini dapat ditemukan juga dalam : “Pengaruh Ibadah Shalat Dan Dzikir Terhadap Kepribadian Pasien Di RSJ (Rumah Sakit Jiwa) Semarang” yang ditulis oleh Uswatun pada tahun 1992. Dalam penelitiannya tersebut dia berpendapat bahwa shalat yang khusus (konsentrasi) sama dengan meditasi dengan menggunakan perasaan, keluhan dan permasalahan kepada Allah. Dengan shalat orang akan memperoleh kelegaan batin, karena ia merasa Allah mendengarkan, memperhatikan dan menerima permohonannya tersebut maka ia akan dapat menjadikannya shalat sebagai pengobatan jiwanya. Sedangkan dzikir adalah mengingat Allah dengan cara mengucapkan kalimat Allah yang dapat diartikan sebagai gerakan hati dengan menyebut asma Allah terus-menerus sebagai pengawas hati agar tidak mudah tergoda oleh perbuatan dosa yang akan dapat menumbuhkan kegelisahan individu, serta dzikir amal yang berarti melaksanakan seluruh perintah Allah. Jadi salah satu manfaat dzikir adalah adanya gerakan tubuh dan hati yang diarahkan sepenuhnya kepada Allah. Dan hasil dari penelitian ini adalah pasien mulai melaksanakan kewajiban beribadah tersebut yang tentunya melalui proses bimbingan dan penyuluhan (salah satu metode dakwah Islam) dengan menggunakan pendekatan individu maupun kelompok dengan menerapkan metode Psikoterapi Islam yaitu shalat dan dzikir.

Penelitian ketiga tentang hal ini dilakukan oleh Ahmadi pada tahun 2000 yang berjudul ; “Shalat Dan Dzikir Sebagai Terapi Terhadap Gangguan Kejiwaan : Tinjauan Historisitas Dan Normativitas”. Inti dalam penelitian ini dia menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara shalat dan dzikir yang dilakukan oleh seseorang terhadap kualitas kejiwaan. Menurutnya hal ini ditemukan secara langsung dalam al-Qur’an baik dalam dimensi historisitas maupun normativitas.

Berbeda dengan penelitian di atas, dalam penelitian ini penulis berangkat dari sebuah fenomena sosial masyarakat yang kini sedang mendalami

kehidupan di era modern, dengan perubahan-perubahan sosial yang cepat dan komunikasi tanpa batas, di mana kehidupan berorientasi pada materialistik, sekuleristik, rasionalistik dengan kemajuan IPTEK di segala bidang. Kondisi ini ternyata tidak selamanya memberikan kesejahteraan, tetapi justru menjadi abad kecemasan (*The age of anxiety*).

Peluang yang diberikan dzikir dalam memberikan solusi atas problem manusia. Memungkinkan penelitian untuk melakukan analisis terhadap konsep dzikir menurut al-qur'an sebagai terapi terhadap mental penderita psikoneurotik. Argumen-argumen tersebut menunjukkan perbedaan yang mendasar antara penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Sehingga penelitian ini bisa menambah khasanah keilmuan dalam penelitian-penelitian yang pernah diteliti sebelumnya.

#### **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika Penulisan ini terdiri dari beberapa bab untuk memudahkan menyelesaikan penelitian ini, rencana penulis akan membuat 5 bab. Maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut :

BAB I Pendahuluan berisi tentang latar belakang mengambil judul “Terapi Dzikir Untuk Meningkatkan Semangat Hidup Santri Yang Mengalami Psikoneurotik”. Didalam BAB I ini terdiri dari beberapa bagian selain latar belakang, yaitu rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka pemikir, kajian pustaka, dan sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teori berisi tentang pengertian, pengaruh, serta terapi dzikir untuk meningkatkan semangat hidup santri yang mengalami psikoneurotik.

BAB III dalam bab ini merupakan metodologi penelitian yang dipilih agar memudahkan dalam pembuatan karya ilmiah.

BAB IV Pelaksanaan dan hasil penelitian untuk menjawab pertanyaan yang ada pada rumusan masalah yang sudah dipaparkan dalam BAB I.

BAB V Kesimpulan merupakan BAB terakhir dan juga bagian penting

yang dari skripsi yang mencakup dari BAB I sampai BAB IV didalamnya terdapat saran yang relevan dalam penelitian

