

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja sering diartikan sebagai masa perpindahan dari masa anak-anak menuju dewasa. Oleh sebab itu tidak jarang di masa tersebut banyak problematika yang akan dilalui juga dihasilkan oleh para remaja. Para remaja tidak jarang akan melakukan hal-hal baru yang sebelumnya tidak mereka temui di masa kanak-kanak, walaupun hal atau perilaku tersebut sangat jauh dari tendensi benar ataupun salah. Perkembangan remaja biasanya cenderung lebih cepat dibanding masa sebelumnya, baik aspek fisik, psikis ataupun sosialnya. Perkembangan remaja ini bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk lingkungan dimana dirinya tinggal. Oleh sebab itu, remaja dalam proses perkembangan dan pertumbuhannya perlu mendapat perhatian dan pengawasan penuh. Karena jika dalam perjalanannya remaja tidak mendapat pengawasan dari siapapun yang dinilai lebih berkuasa dari remaja tersebut, terlebih mengenai dengan siapa dan dimana ia bergaul, maka di kemudian hari hal itu akan menjadi boomerang yang bisa dirasakan efek negatifnya di fase perkembangan selanjutnya.

Ada beberapa pendapat yang hadir mengenai remaja ini. Diantaranya remaja disebut sebagai sebuah masa peralihan dari fase anak menuju fase dewasa hal ini bisa dilihat dengan perkembangan dan pertumbuhan psikologis, biologis, agama, moral, sosial dan kognitifnya (Sarwono, 2012). Menurut seorang tokoh psikologi bernama Stanley Hall Mengatakan jika remaja adalah masa yang dipenuhi oleh gejolak emosi dan ketidakseimbangan, hal ini juga tercakup dalam *storm and stress* (Gunarsa, 2010). Antara remaja dan stres dewasa kini memang seakan tidak bisa dipisahkan. Ibarat perangko dengan suratnya. Hari-hari kini kita selalu disuguhkan dengan pemberitaan yang berkaitan dengan stres yang dialami para remaja.

Dengan demikian perlu kita perhatikan juga term mengenai stres ini. Stres ini diartikan sebagai suatu respon psikologis seseorang jika ia mendapatkan perasaan tertekan, ancaman, dan kesedihan. Hal ini bisa terjadi ketika adanya ketidakseimbangan antara harapan yang ia inginkan dengan kenyataan yang ia dapatkan (Sukadiyanto, 2010, hal. 65). Hans Selye menyebutkan bahwa stres merupakan respon akibat dari adanya tekanan yang dimiliki oleh individu (Sudirman, vol. 1 No. 2 Tahun 2020).

Secara umum stres merupakan adaptasi yang menimbulkan suatu respon dalam pelaksanaan stresor yang berasal dari luar atau dalam seseorang juga bersifat nyata maupun tidak. Bentuk dari stres berbagai macam tergantung sifat stresor yang dihadapi dan cara untuk menghadapinya yang biasanya disebut dengan *coping skills*, jika suatu masalah yang bisa menimbulkan stres itu dapat diatasi oleh individu maka hal tersebut tidak akan menimbulkan stres, namun apabila individu tersebut tidak dapat mengatasi masalahnya maka akan menimbulkan respon yaitu stres. Menurut Looker & Gregson stres memiliki respon atau efek, efek tersebut dibagi menjadi dua yaitu *distress* dan *eustress*, yakni *distress*, yang merupakan hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (merusak) sedangkan *eustress*, yang merupakan hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif, termasuk kesejahteraan individu dan organisasi, serta diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat performa yang tinggi (Gregson, 2005, hal. 61).

Stres dapat terjadi pada siapa saja, termasuk pada remaja. Stres yang terjadi pada remaja ini sulit untuk dikontrol dan dikenali, karena biasanya remaja tidak bisa mengejawantahkan secara konkret apa yang ia rasakan secara keseluruhan. Walaupun kemampuan abstraksinya sudah mulai bagus, tetapi tetap saja selalu ada kebiasaan apabila mengungkapkan perasaan stres ini.

Di masa remaja dapat mengalami banyak stres yang tidak dialami oleh orang-orang dewasa. Karena para remaja itu mengalami tekanan yang penyebabnya adalah semakin banyaknya ujian dan semakin sering. Pada masa remaja kehidupan akan terasa lebih sulit karena adanya ketakutan akan masa

depan, takut akan kegagalan, bahkan adanya pengetahuan baru tentang hal-hal yang menakutkan menjadi lebih luas ketika menginjak usia remaja (Morgan, 2014, hal. 55). Pada masa remaja usia sekolah, stres yang dialami adalah berbagai macam tuntutan belajar, ujian, dan kegiatan sekolah yang padat (Afriansyah, 2014, hal. 75). Apalagi bagi seorang santri yang setelah kegiatan sekolah selesai dia harus mengikuti rangkaian kegiatan di pesantren sampai malam. Hal itu menjadi salah satu alasan seorang remaja bisa stres.

Seperti yang disebutkan diatas bahwa stres bisa muncul karena banyak hal penyebabnya. Salah satunya yang tak bisa kita pungkiri adalah pengaruh lingkungan. Di kehidupan dewasa kini lingkungan tempat seorang remaja belajar sangat bisa mempengaruhi tingkat stres yang dialaminya. Walaupun memang mungkin hal ini bergantung pada perspektif subjektif orang yang mengalaminya. Tetapi tetap saja hal itu tidak bisa kita indahkan. Berbicara mengenai lingkungan dimana remaja belajar bisa mempengaruhi stres itu salah satunya adalah pondok pesantren. Walaupun pondok pesantren diharapkan bisa menjadi tempat yang nyaman dan aman seorang remaja atau seorang santri menuntut ilmu, tetapi realitanya sekarang adalah sebaliknya. Tetapi hal itu bukan berarti kita menjustifikasi setiap pesantren seperti itu. Memang ada beberapa pesantren yang mempunyai kurikulum yang dinilai memberatkan santri apalagi jika disangkut-pautkan dengan kehidupan dewasa kini.

Remaja adalah masa yang baik dalam tumbuh kembang seseorang pada fase pertengahan hidupnya. Karena ia beralih dari anak-anak dan perlu mempersiapkan diri untuk fase berikutnya, yaitu fase dewasa. Tetapi berkaitan dengan hal tadi, jika pondok pesantren malah menjadi tempat yang terlalu mengekang dan tidak memberikan kurikulum yang lebih modern dan bersahabat. Hal itu akan berimplikasi juga pada produktivitas seorang santri. Misalnya, jika seorang santri harus belajar hampir setengah harinya di pondok pesantren dan setengah harinya di sekolah. Dengan tugas yang sama-sama banyak dan beratnya konsentrasi santri akan terbelah. Oleh karena itu sangat erat kaitannya dengan ketidakproduktivitasan. Karena jika begitu, tetap saja akan ada yang dominan dan yang tidak.

Seperti analogi jika seorang santri dominan belajar dan beraktivitas di dalam lingkungan pondok pesantren ia akan kehilangan produktivitasnya di dalam sekolah. Walaupun diharapkan hal itu tidak terjadi. Seperti contoh lainnya, seorang santri harus tidur larut malam dan bangun subuh untuk beribadah, walaupun hal ini pasti dilematis jika diperdebatkan. Tetapi besar kemungkinan seorang santri tersebut akan kurang produktif di sekolah karena mengantuk. Begitupun sebaliknya, jika santri dominan melakukan aktivitasnya di sekolah, ia akan kehilangan produktivitas di dalam pondok pesantren. Produktivitas ini bisa di teropong sebagai sebuah sikap mental yang senantiasa berusaha dan senantiasa punya pandangan bahwa kehidupan saat ini akan lebih baik daripada kehidupan kemarin. Menurut Sedarmayanti (Ali Chaerudin, 2020) produktivitas adalah keinginan manusia untuk bisa meningkatkan kualitas hidupnya di segala bidang.

Seperti apa yang terjadi di Pondok Pesantren Miftahul Falah misalnya. Disana seorang santri seringkali merasa terbebani dengan tugas dan kegiatan yang mereka jalankan baik itu di pondok pesantren atau di dalam sekolah. Dengan tugas yang kian banyak dan menumpuk tak jarang membuat sebagian santri merasa stres sehingga berimplikasi juga pada proses belajar mereka baik itu di pondok pesantren ataupun di sekolah. Misalnya, seperti tak jarang terjadi seorang santri mengerjakan PR ketika ia sudah masuk jam pelajaran di sekolah yang mana tugas tersebut seharusnya di kerjakan diluar jam sekolah. Hal itu bukan tanpa alasan, karena kegiatan santri yang sangatlah padat sehingga tidak bisa menunaikan tugasnya di sekolah. Begitupun sebaliknya, ketika santri di hadapkan dengan suatu tugas di lingkungan pondok pesantren. Misalnya seperti mengaji pagi, melaksanakan sholat dhuha, dan lain sebagainya., kegiatan tersebut seringkali berbentrok dengan kegiatan belajar di sekolah. Maka tak jarang para santri senantiasa terlewat akan kewajibannya di pondok pesantren tersebut.

Oleh sebab apa yang terjadi tersebut, dipandang diperlukan sebuah sarana yang bisa mengantarkan santri-santri yang ada keluar dari lubang stres yang hadir karena tekanan banyaknya kegiatan yang harus dilakukan seorang

santri. Sholawat syifa atau disebut juga dengan sholawat tibbil qulub merupakan sholawat thibbiyah yang didalamnya mengandung tawashul kepada Rasulullah SAW. shalawat syifa juga memiliki keutamaan sebagai penawar penyakit psikis maupun psikologis. Maka dari itu sholawat syifa secara tidak langsung di khususkan untuk menyembuhkan berberbagai macam penyakit.

Shalawat syifa merupakan sholawat atau pemujaan pada Rasulullah yang di dalamnya memuat sanjungan bahwa Rasulullah merupakan obat hati, hal itu menjadikan faedah dan Fadilah dalam membaca shalawat Syifa. Di antara faedah dan fadilah shalawat Syifa yaitu menyembuhkan hati yang sakit, gelisah, dan mengobati berbagai penyakit baik psikis maupun psikologis, dan bahkan sholawat juga membuka Cahaya hati dari berbagai keburukan (Fuad S. , 2018, hal. 37)

Menilik apa yang telah disampaikan diatas tentu hal tersebut menjadi sesuatu yang menarik karena ternyata terdapat berbagai problematika antara kehidupan remaja di zaman ini dengan kehidupan pondok pesantren. Tetapi ada suatu amalan yang dinilai mempunyai pengaruh luar biasa untuk mengatasi problematika tersebut. Diantaranya yaitu dengan menggunakan shalawat syifa sebagai sarananya maka daripada itu mari kita lihat bagaimana peran shalawat syifa untuk menurunkan stres pada remaja di lingkungan pesantren. Dengan apa yang disampaikan tersebut maka saya berkeinginan untuk mengangkat judul peneletian “Pengaruh Istiqomah Mengamalkan Shalawat Syifa Untuk Mengurangi Stres Pada Remaja di Lingkungan Pesantren (Studi Terhadap Santriyyah Miftahul Falaah Tanjungsari Sumedang)”

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat stress santri di Pondok Pesantren Tanjungsari, Sumedang?
2. Bagaimana tingkat Istiqomah mengamalkan Shalawat Syifa santri di Pondok Pesantren Tanjungsari, Sumedang?

3. Bagaimana pengaruh Istiqomah mengamalkan Shalawat Syifa terhadap Stress pada santri di Pondok Pesantren Miftahul Falaah Tanjungsari, Sumedang?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dilihat dari rumusan pertanyaan masalah yang telah diajukan diatas, dimana tujuan penelitian ini meliputi:

1. Yang pertama tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat stress santri di Pondok Pesantren Tanjungsari, Sumedang
2. Yang kedua yaitu untuk mengetahui tingkat istiqomah mengamalkan shalawat syifa santri di Pondok Pesantren Miftahul Falaah Tanjungsari, sumedang
3. Untuk mengetahui pengaruh istiqomah mengamalkan shalawat syifaa terhadap tingkat stress pada santri di Pondok Pesantren Tanjungsari, Sumedang

### **D. Manfaat**

#### **A. Manfaat Teoritis**

Hasil telaah dan penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan perspektif mengenai peran shalawat syifa untuk menurunkan stress bagi siapapun, khususnya bagi remaja santriyyah yang dihadapkan dengan kegiatan sekolah dan pesantren sehingga mengalami stres belajar. Serta penelitian ini diharapkan bisa menjelaskan bagaimana efektifitas sholawat syifa dalam menurunkan stress. Sehingga hal itu diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dalam rumpun Tasawuf Psikoterapi.

#### **B. Manfaat Praktis**

Hasil dari penelitian ini juga diharapkan bisa menjadi sebuah pedoman dalam rangka terapi dalam penanganan konseling, hasil peneletian ini juga diharapkan dapat menjadi informasi tentang peran sholawat syifa dan di praktikan oleh semua orang.

## **E. Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian**

Peneliti membatasi penelitian ini dengan beberapa elemen yang telah disesuaikan dengan tujuan untuk menghindari penelitian yang meluas dan kompleks. Batasan ini juga dibuat dengan mempertimbangkan jurusan di perkuliahan peneliti. Batasan yang dimaksud termasuk yang berikut:

### **1) Populasi**

Populasi merujuk pada wilayah penyebaran yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu, yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk tujuan studi dan pembuatan kesimpulan (Sugiyono, 2016, hal. 9). Adapun populasi dalam penelitian yang diambil peneliti adalah santriyyah Pondok Pesantren Putri Miftahul Falaah Tanjungsari Sumedang dengan jumlah Santri 36 orang.

### **2) Sampel**

Sampel merupakan karakteristik yang dimiliki oleh populasi dan merupakan bagian dari total populasi. Sampel yang diambil harus benar-benar mewakili (representatif) populasi tersebut (Sugiyono, 2016, hal 105). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampling jenuh. Teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sampel. Karena jumlah populasi yang relatif kecil, maka penulis memilih untuk menggunakan sampling jenuh. Maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah 36 orang.

### **3) Karakteristik Sampel**

Sampel harus memenuhi persyaratan yang dikenal sebagai karakteristik sampel. Karakteristik yang dimiliki oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Merupakan santriyyah pondok pesantren Miftahul Falaah Tanjungsari
- b. Mengamalkan sholawat syifaa
- c. Sedang berada dalam fase remaja



#### 4) Variabel

##### a) Independent Variable

Independent variable atau variabel X merujuk pada variabel yang memberikan pengaruh, penjelesan, atau deskripsi terhadap variabel lain. Variabel ini mengakibatkan perubahan pada dependent variabel. Istiqamah merupakan independent variable didalam penelitian ini.

##### b) Dependent Variable

Dependent variable atau variabel Y adalah variabel yang dipengaruhi atau dideskripsikan oleh variabel lain tetapi tidak memiliki kemampuan untuk memengaruhi variabel lainnya. Stress merupakan dependent variabel di dalam penelitian ini.

#### 5) Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di dusun awilega rt 05 rw 05 desa Jatisari, kec. Tanjungsari, Kabupaten Sumedang, Jawa Barat 45362.

### F. Kerangka Berpikir

Remaja adalah penopang kehidupan di masa yang akan datang. Perkembangan peradaban manusia di masa yang akan datang sangat di tentukan oleh para pemuda di masa kini. Hal itu bukan tanpa alasan, karena setiap pemimpin dunia kini, yang memegang peranan penting dunia akan habis masa nya dan tentu saja di gantikan oleh para pemuda dan para remaja yang hidup di zaman sekarang.

Berbicara mengenai remaja tidak lepas dari berbagai problematiknya. Kita mengetahui bahwa remaja adalah peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa. Di masa peralihan tersebut terjadi banyak gejala, baik berkaitan dengan keluarga, lingkungan, pendidikan atau diri remaja itu sendiri. (Kusumawati, 2017) Seorang remaja dipengaruhi oleh banyak faktor lingkungan dan seorang remaja memiliki sosok yang diidolaknya sehingga remaja tersebut mengikuti kebiasaan idolanya itu.

Perkembangan remaja banyak dipengaruhi oleh banyak faktor. Seperti yang disebutkan diatas, salah satunya adalah lingkungan. Lingkungan yang



ingin difokuskan disini adalah lingkungan dimana para remaja tersebut bisa belajar. Lembaga pendidikan atau sekolah memegang peranan penting dalam membentuk diri remaja, kedua setelah keluarga yang disebut sebagai *madrasatul-ula* atau sekolah pertama bagi setiap insan.

Peranan lembaga pendidikan dalam membentuk diri remaja memang penting. Di Indonesia sendiri dikenal beragam macam lembaga pendidikan, ada sekolah formal dari Sekolah Dasar hingga Perguruan Tinggi, Lembaga Pendidikan Vokasi, Lembaga Pendidikan Swasta dan Pondok Pesantren. Lembaga pendidikan yang terakhir disebutkan tersebut adalah lembaga pendidikan yang ingin fokus dibahas dalam penelitian ini. Tentunya Lembaga Pendidikan Pondok Pesantren tersebut akan dibahas dan dikaitkan dengan segala Problematika Remaja dengan melihat realitas sosial yang terjadi di salah satu Pondok Pesantren yang berada di wilayah Jawa Barat. Yaitu Pondok Pesantren Miftahul Falah, Tanjungsari.

Historis peranan pesantren dalam perjalanan bangsa Indonesia sangatlah kental, apalagi jika bersinggungan dengan anak muda. Dimana dahulu Pesantren dan Pemuda bahu membahu dalam rangka memerdekakan Bangsa Indonesia. (Herman, 2013) Terbentuknya pasantren melalui proses yang panjang. Pesantren dibentuk sebagai media untuk menyerukan Islam karena Islam memiliki peran besar dalam perubahan sosial masyarakat Indonesia.

Tetapi realitas sosial yang terjadi kini terjadi degredasi makna pendidikan yang berada dalam ruang lingkup pesantren. Selalu ada stigma negatif terhadap pesantren kini. Pertanyaannya adalah apakah yang salah disini Pondok Pesantren tersebut atau orang-orang yang ada dalam Pesantren tersebut. Banyak Pondok Pesantren di Indonesia ini yang hanya mengajarkan ilmu agama atau familiar disebut dengan Pesantren Salafiyah, mereka konsen membahas dan mempelajari kitab kuning. Tetapi mereka tidak menutup mata akan pentingnya pendidikan formal bagi para santrinya. Akhirnya mereka seringkali bekerjasama dengan lembaga pendidikan lainnya atau lembaga pendidikan negeri agar para santrinya mendapat pendidikan formal. Hal ini juga yang terjadi di Pondok Pesantren Miftahul Falah, Tanjungsari.

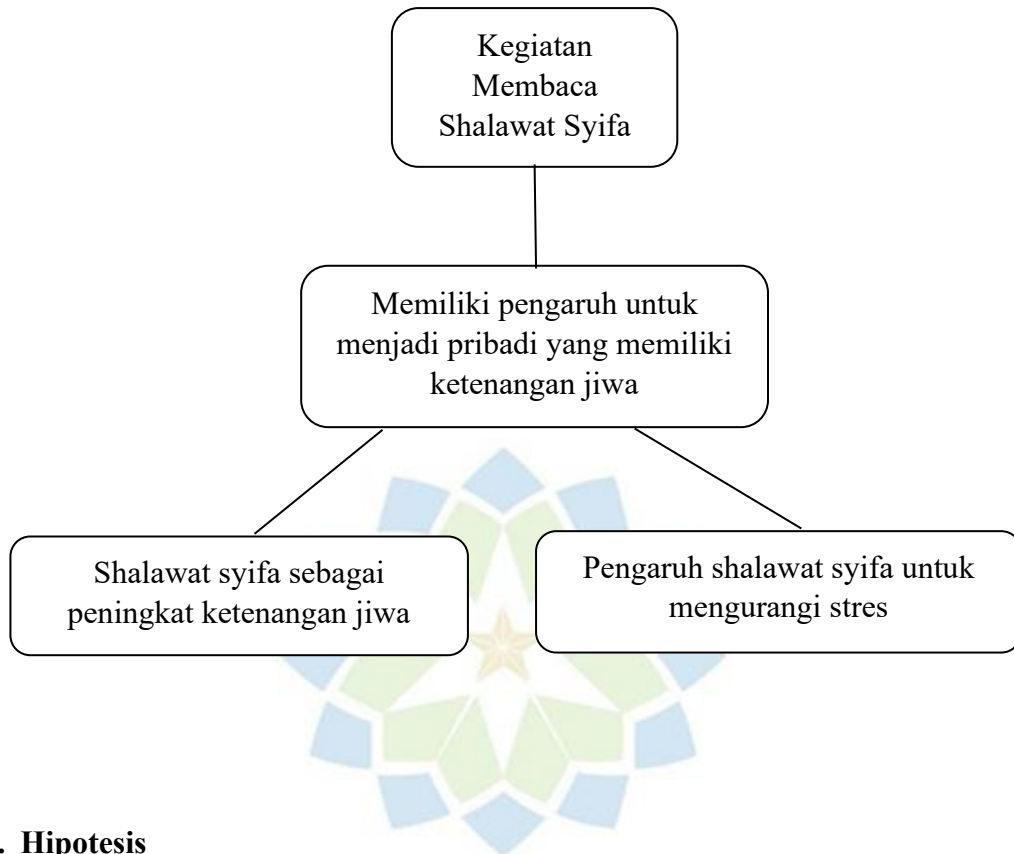
Melihat argumentasi diatas berarti santri akan mendapat dua beban yang sama dalam proses belajarnya. Yaitu tugas di Pondok Pesantren dan tugas di Sekolah formal mereka. Namun, belakangan ini terjadi kemunduran kualitas pada orang-orangnya. Maka akan muncul pertanyaan apakah mereka bisa belajar secara produktif?. Melihat apa yang terjadi di Pondok Pesantren Miftahul Falah, Tanjungsari. Dimana para santri bisa bangun sangat pagi dan tidur sangat larut malam di Pondok Pesantren, lalu siang harinya mereka pergi kesekolah. Apakah hal itu efektif terhadap proses belajar santrinya baik di Pondok Pesantren itu sendiri atau di Sekolah.

Jika demikian, mungkin saja ada salah satu yang dominan dan satu yang lainnya tidak. Para santri di Pondok Pesantren Miftahul Falah seringkali merasa lelah bahkan hingga stres jika ada pada satu posisi sangat terbebani dengan tugas-tugas di dua lembaga pendidikan tersebut. Lalu jika begitu apa yang bisa dilakukan guna mereduksi perasaan lelah tersebut?. Lebih-lebih lagi bisa membuat para santri kembali bersemangat belajar, sehingga produktivitas belajarnya pun kembali meningkat.

Salah satu hal yang bisa diajukan untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan shalawat syifa. Menurut K.H Muhammad bin Abdullah shalawat syifa memiliki keutamaan dalam menjaga kesehatan tubuh dan menjadi obat segala penyakit baik psikis maupun psikologis (Fuad S. , 2018, hal. 77)

Pondok Pesantren yang menjadi lembaga pendidikan berbasis agama tentunya sangat menarik jika melihat jalan keluarnya pun berbasis agama. Apalagi shalawat syifa dinilai sebagai shalawat penyembuh. Menarik jika kita melihat peranan Shalawat Syifa untuk mengatasi permasalahan remaja kini. Terlebih mereka yang harus bersekolah dan belajar di Pondok Pesantren juga. Agar produktivitas belajar nya terjaga dan output yang bisa diharapkan adalah lahirnya golongan pemuda hebat atau disebut sebagai generasi emas.

**Bagan 1 1 Kerangka Berpikir**

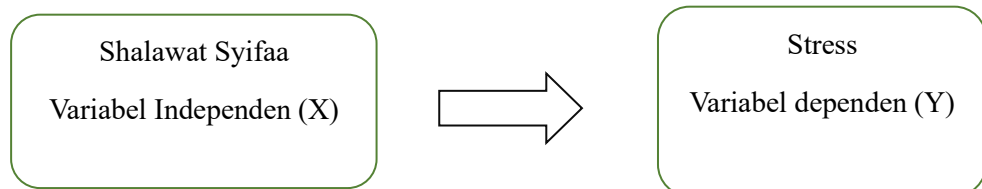


**G. Hipotesis**

Dalam penelitian, hipotesis adalah dugaan sementara yang belum diuji dan belum dibuktikan dan dapat dibuktikan melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2002).

Peneliti menggunakan dua variable dalam penelitian ini:

**Bagan 1 2 Variabel Penelitian**



Hipotesis ini adalah asumsi awal yang dibuat oleh peneliti sebelum melakukan penelitian ke lapangan; uji statistik akan membenarkan atau menolak asumsi awal ini. Dugaan saat ini adalah:

H0 : Tidak adanya pengaruh yang besar dari istiqomah mengamalkan shalawat syifa terhadap penurunan stres pada remaja di lingkungan pesantren.

H1 : Terdapat pengaruh yang besar dari istiqomah mengamalkan shalawat syifa terhadap penurunan stres pada remaja di lingkungan pesantren.

H1 atau disebut dengan hipotesis kerja dimana H1 ini bersifat positif, dan H0 adalah hipotesis nihil atau hipotesis nol yang bersifat negatif. Sifat positif atau negatif ini dapat dilihat dari rumusan masalah yang sudah ditetapkan. Apakah positif mendukung rumusan masalah ataukah negatif dan tidak mendukung rumusan masalah.

Oleh karena itu, asumsi awal penelitian ini diantaranya:

- 1) Istiqomah mengamalkan shalawat syifa berpengaruh terhadap penurunan stres pada remaja di lingkungan pesantren.
- 2) Istiqomah mengamalkan shalawat syifa tidak berpengaruh terhadap penurunan stres pada remaja di lingkungan pesantren.

#### **H. Hasil Penelitian Terdahulu**

Sebelum penelitian ini dilakukan, penulis sudah melakukan pencarian terkait penelitian-penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian yang akan diteliti. Penelitian-penelitian terdahulu tersebut diantaranya sebagai berikut :

1. Artikel jurnal. Sudirman dan Nida Aulia. *Pengaruh Mendengarkan Terapy Shalawat Terhadap Penurunan Stres terhadap Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Jurnal Refleksi. Borneo Student Research, Volume 1. No. 2, Tahun 2020.* Topik penelitian dalam tulisan ini mengenai cara mengatasi stres yang tidak dapat lansia atasi. Do'a Nabi yang mempunyai efek meringankan serta menurunkan tekanan stres menjadi salah satu pengobatan nonmedis yang mampu mengatasi stres. Teknik : *Pre Experimentone bunch rencana pretest-posttes.* Populasi yang digunakan yakni semua lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dengan jumlah lansia keseluruhan adalah 96 orang. Pengujian sampling

yang digunakan sesuai prosedur pemeriksaan sekitar 16 orang. Instrumen yang dipakai ialah kuesioner yang dimana sudah baku depresi anxiety stress scale 42. Penelitian ini menggunakan pengujian paired sample test dimana didapatkan hasil skor Skala Stres mean pre 27,19 serta mean post 15,63 dimana selisih mean berkisar 11,56 dan hasil penilaian  $p = 0,000$  dengan  $\alpha = 0,05$  mengungkapkan dimana adanya perbedaan sebelum serta setelah intervensi.

Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang shalawat untuk menurunkan stres, namun dalam penelitian yang dilakukan oleh Sudirman dan Nida Aulia ini menggunakan sholawat secara umum dan menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian sekarang lebih spesifik ke shalawat syifa dan juga peneliti sebelumnya menggunakan lansia sebagai subjek sementara peneliti menggunakan remaja sebagai subjek.

2. Skripsi. Layla Rifatin. *Konseling Islam Melalui Sholawat Tibbil Qulub Untuk Peningkatan Spiritualitas Terhadap Penderita Multiple Sclerosis Di Desa Belahanrejo Kedamean Gresik*. Dalam skripsi ini dijelaskan bahwa terapi tibbil qulub dinyatakan cukup baik dengan prosentase 67%, hal itu telah dibuktikan pada saat menangani konseli yang selalu marah-marah, sering merasa kesepian dan juga sedih setelah diberikan terapi sholawat tibbil qulub konseli memiliki perubahan positif pada dirinya.

Terdapat kesamaan yaitu, sama-sama menggunakan shalawat syifa atau shalawat tibbil qulub sebagai peranannya. Namun terdapat perbedaan yang mencolok mengenai fokus penelitiannya dimana penelitian terdahulu berfokus pada peningkatan spiritualitas sedangkan penelitian yang akan dilakukan berfokus pada peran shalawat syifa untuk menurunkan stres pada remaja di lingkungan pesantren yang mengalami kemunduran belajar.

3. Skripsi. Ulin Nuriyah. *Terapi Sholawat Tibbil Qulub Untuk Mengatasi Stres Pada remaja Akibat Perselingkuhan Seorang Ibu di Kelurahan Banjarsugihan kecamatan tandes Surabaya*. Pada skripsi ini dijelaskan bahwa terapi sholawat tibbil qulub dapat dikatakan berhasil dengan prosentase 86%. Hal ini dapat dilihat dari perubahan konseli sendiri, yang

dimana konseli ini merupakan seorang yang dulu egois tidak memikirkan perasaan anak remajanya, sekarang lebih peduli dan mau mendengarkan keinginan anak remajanya. Konseli juga yang awalnya selalu ketakutan jika perselingkuhannya terbongkar sekarang menjadi lebih tenang karena konseli mau mengakhiri perilaku menyimpang tersebut.

Terdapat persamaan yaitu sama-sama tentang pengaplikasian sholawat syifa pada remaja, namun juga terdapat perbedaan yang signifikan yaitu jika penelitian sebelumnya subjeknya pada remaja akibat perselingkuhan seorang ibu sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah kepada remaja di lingkungan pesantren yang mengalami kemunduran produktivitas belajar.

4. Skripsi. Fakhrurrazi. *Shalawat Tibbil Qulub Dalam Meningkatkan Spiritualitas Santri Ditinjau Dari Konseling Islami*. Pada skripsi ini dijelaskan bahwa terapi sholawat tibbil qulub dalam meningkatkan spiritualitas santri dapat ditinjau dari konseling islami, sangat positif. Hal itu dapat dilihat dari beberapa hal, yang pertama dilihat dari latar belakang sholawat tibbil qulub dengan adanya wabah covid-19, sehingga menimbulkan berbagai dampak baik secara sosiologis, psikologis dan kesehatan masyarakat, sehingga sholawat tibbil qulub ini diyakini dapat mencegah permasalahan tersebut. Terdapat persamaan dalam penelitian ini yakni sama-sama tentang pengaplikasian sholawat syifa, namun juga memiliki perbedaan yakni jika penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah menggunakan metode kuantitatif.
5. Skripsi. Fajriya Priyatna Kusuma. *Peran Shalawat Dalam Relaksasi Jamaah Shalawat Nahdlatul At-thulab PAC IPNU IPNU Kecamatan Ponorogo*. Dalam skripsi ini dijelaskan bahwa Dengan adanya rutinan shalawat Nahdlatul Thulab PAC IPNU IPPNU Kecamatan Ponorogo menimbulkan efek relaksasi pada jamaah yang berupa perasaan menjadi nyaman, tentram, damai dan mengobati rasa rindu yang mendalam. Selain itu juga dapat menyembuhkan rasa tidak enak badan melalui gerakan.

Dengan mengikuti rutinan shalawat para jamaah dari berbagai kalangan tersebut merasakan bahwa setelah mengikuti rutinan shalawat terdapat banyak perubahan hal yang positif yang dirasakan jamaah, ketentraman hidup, dan juga kedamaian hati. Ada juga jamaah yang menjadi terbiasa bershalawat dimanapun tempatnya berada, meningkatkan rasa cinta kepada kyai, habaib, dan lebih-lebih terhadap Nabi Muhammad SAW.

Disini terdapat persamaan yakni sama-sama untuk melihat peranan shalawat, namun bedanya jika dalam penelitian sebelumnya menggunakan sholawat secara general sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan adalah peran shalawat syifa.

## **I. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan ini disusun dan disajikan dengan harapan bisa membawa pembaca pada sebuah gambaran mengenai isi dari keseluruhan penelitian yang ada dalam penelitian ini. Nantinya isi penelitian ini setidaknya akan diisi oleh beberapa bab dan sub-bab. Dengan total ada 5 bab pokok atau utama, diantaranya seperti:

### **BAB I Pendahuluan**

Pada bab pertama ini nantinya akan memuat beberapa hal seperti, latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kerangka berpikir, hasil penelitian terdahulu, dan sistematika pembahasan.

### **BAB II Tinjauan Pustaka**

Pada bab kedua ini akan memuat kajian kritis yang mengenai variabel-variabel dengan dikritisi menggunakan teori-teori, konsep, dalil-dalil yang relevan dengan apa saja yang akan diteliti.

### **BAB III Metodologi Penelitian**

Pada bagian ini penulis akan mengemukakan mengenai metode penelitian yang digunakan dalam mengembangkan sistem informasi yang diperoleh. Sistematika penulisan pada bab metodologi penelitian diantaranya sebagai berikut:

#### **A. Pendekatan dan Metodologi Penelitian**



B. Jenis dan Sumber Data

C. Teknik Pengumpulan Data

D. Teknik Analisis Data

#### BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada bab ini penulis menguraikan mengenai hasil penelitian dan analisis terhadap hasil penelitian. Secara garis besar mengenai hal tersebut akan di klasifikasikan menjadi sebagai berikut:

A. Hasil Penelitian

B. Pembahasan

#### BAB V Penutup

Pada bab ini berisikan mengenai kesimpulan dan saran dari keseluruhan penelitian yang telah dilakukan. Kesimpulan bisa berisi mengenai pemaparan masalah penelitian serta hasil dari penyelesaian yang ditawarkan dalam penelitian melalui proses analisis yang bersifat objektif. Sedangkan saran bisa mencantumkan jalan keluar untuk mengatasi masalah dan kelemahan-kelemahan yang ada.

