

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman saat ini sangatlah pesat, terutama teknologi yang semakin maju. Hal ini membuat sebagian orang terlena. Segala hal bisa dilakukan dengan ketikan jari. Mulai dari belanja barang, menunjukkan eksistensi diri di media sosial, pinjaman online, dan lain sebagainya. Hal ini memberikan banyak manfaat positif untuk semua orang, namun bagi sebagian orang efek serba instan ini juga memberikan dampak negatif. Di kutip dari pusiknas.polri.go.id sejak awal tahun 2023 terdapat 451 kasus bunuh diri di seluruh Indonesia. Penyebabnya bermacam-macam, karena urusan asmara atau pertemanan, karena utang piutang, ataupun karena depresi dengan hal apapun yang tidak tertangani. Maraknya kasus bunuh diri ini menandakan ketidak stabilan mental dan ketidaktenangan dalam jiwa seseorang.¹

Ketenangan jiwa merupakan sumbernya kebahagiaan. Jika jiwanya tidak tenang atau gelisah, maka ia tidak akan mengalami perasaan bahagia. Sejatinya Setiap manusia mendambakan ketenangan dalam hidupnya, oleh karena itu manusia akan melakukan berbagai cara untuk mendapatkan ketenangan jiwa tersebut².

Untuk mencapai keadaan jiwa yang tenang tentu diperlukan usaha untuk mencapainya. Seiring perkembangan yang terjadi di zaman ini, maka semua orang dituntut untuk dapat beradaptasi. Jika tidak dapat menyesuaikan diri, maka ia akan mudah mengalami frustrasi dan ketegangan jiwa. Sehingga mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan kehidupan sosial dengan problem yang ada, baik problem yang bersumber dari faktor internal diri maupun eksternal.

Ketenangan jiwa ini dibutuhkan oleh semua orang, salah satunya oleh remaja. Masa remaja dianggap urgen karena dalam karakteristiknya remaja merupakan manusia yang akan mencari-cari nilai dan energi baru. Mereka akan serba ingin tahu dan kemudian berfikir kritis mengenai hal yang baru mereka ketahui tersebut. Masa remaja adalah masa belajar di dunia pendidikan, baik pendidikan formal maupun non formal. Di Indonesia seorang peserta didik dalam pendidikan formal disebut dengan siswa. Sedangkan peserta

¹https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/kasus_penemuan_mayat_dan_bunuh_diri_meningkat_di_2023.
Diakses pada 2 Januari 2024

² Ghulham Reza, Sultani, *Hati yang bersih*, Cet ke 1 (Jakarta : pustaka zahra , 2004), hlm. 158

didik pendidikan non formal yang salah satunya dengan tinggal di pesantren disebut dengan santri.

Santri merupakan suatu gelar bagi orang yang sedang mengikuti pendidikan Agama Islam di Pesantren dan menetap di tempat ia belajar. Aspek spritual seorang santri kemungkinan akan jauh lebih baik dibandingkan dengan masyarakat muslim lainnya. Berbagai kegiatan positif yang ada di pesantren menjadikan upaya untuk menjadikan jiwa menjadi tenang. Seperti di Pesantren Nuruzzaman salah satunya, disana santri setiap harinya disuguhkan dengan kegiatan menghafal Alquran.

Al-Qur'an juga mampu membimbing jiwa manusia untuk termotivasi dalam melakukan kebaikan dan menghindari perbuatan dosa, menyadarkan hati manusia, serta menjadikan jiwa manusia agar tidak melupakan Allah SWT dalam setiap urusannya.

Kegiatan menghafal Al-Qur'an di Pesantren Nuruzzaman ini dilakukan terjadwal yaitu pada pengajian Subuh, Ashar, dan Maghrib. Dengan dituntun oleh ustadz dan ustadzah santri dibimbing untuk menghafalkan Al-Qur'an dengan target capaian yang berbeda-beda sesuai kelasnya masing-masing. Namun dari hasil observasi awal oleh peneliti terdapat kesenjangan dimana masih ada sebagian santri yang masih mengobrol atau bermain saat kegiatan menghafal Al-Qur'an.

Berdasarkan permasalahan yang ditemui tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk menggali informasi lebih lengkap mengenai seberapa besar hubungan kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa para santri. Maka peneliti mengangkat judul: "Hubungan Menghafal Al-Qur'an dengan Ketenangan Jiwa Santri (Studi di Pesantren Nuruzzaman, Cilengkrang, Bandung).

B. Rumusan Masalah

Hal-hal yang menjadi pokok masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan kegiatan menghafal Al-Qur'an di Pesantren Nuruzzaman?
2. Bagaimana gambaran ketenangan jiwa santri?
3. Bagaimana hubungan menghafal Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa santri?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab permasalahan yang dikaji, yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan menghafal Al-Qur'an di Pesantren Nuruzzaman.

2. Untuk mengetahui gambaran ketenangan jiwa santri.
3. Untuk mengetahui hubungan menghafal Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa santri.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi semua pihak, diantaranya:

1. Memberi pemahaman tentang hubungan menghafal Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa santri
2. Memberikan kontribusi sumbangsih ilmu pengetahuan dalam bidang tasawuf dan psikoterapi.
3. Dapat dijadikan sebagai rujukan bagi penelitian- penelitian selanjutnya dalam bidang tasawuf dan psikoterapi ataupun yang lainnya.

E. Kerangka Berpikir

Ketenangan berasal dari kata “tenang” yang diberi imbuhan ke- dan -an. Ketenangan secara bahasa berarti mantap, tidak gusar, yakni suasana jiwa yang berada dalam keseimbangan sehingga menyebabkan seseorang tidak terburu-buru atau gelisah. Dalam bahasa Arab, kata tenang ditunjukkan dengan kata *ath-thuma'ninah* yang berarti ketentraman hati terhadap sesuatu dan tidak tergoncang atau resah.³

Sedangkan jiwa menurut Wasti Soemanto adalah kekuatan dalam diri manusia yang menjadi penggerak bagi jasad dan tingkah laku manusia, jiwa menumbuhkan sifat dan sikap yang mendorong tingkah laku. Dalam psikologi, jiwa lebih dihubungkan dengan tingkah laku sehingga yang diselidiki oleh para psikolog adalah perbuatan-perbuatan yang dipandang sebagai gejala-gejala dalam jiwa.⁴

Dari kedua kata di atas, dapat disimpulkan bahwa ketenangan jiwa adalah keadaan jiwa yang seimbang dalam upaya menjadi penggerak bagi jasad untuk bertingkah laku. orang yang jiwanya tenang berarti ia mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi jiwanya atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

³ Medi Romi Ardianto, Ahmad Zamroni. (2021). *Implikasi Ketenangan Jiwa Dan Ketentraman Hati Sebagai Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja*. Islamic Education Managemen Journal. Vol. 1, No. 1, Hlm. 23

⁴ Humaira, Skripsi: Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an, (2019), Hlm. 19

Para ahli memiliki pandangan masing-masing mengenai indikator atau karakteristik ketenangan jiwa. Abdul Majid menyatakan bahwa jiwa yang tenang dan tentram akan digambarkan seperti ciri-ciri berikut.⁵

- a. Memiliki kemampuan diri sebagai individu yang dapat menghadapi perkembangan dan permasalahan yang ada mengikuti perkembangan zaman.
- b. Memiliki kemampuan diri sebagai individu yang sabar dalam menyelesaikan persoalan dalam menjali kehidupan.
- c. Memiliki upaya yang optimis sebagai individu dalam menjalani hidup dengan kehidupan yang selalu dalam hal-hal yang positif.

Adapun pandangan Hakim Thursan mengenai indikator ketenangan jiwa adalah sebagai berikut.⁶

- a. Suasana jiwa tidak kacau (rileks).
- b. Lebih lapang dada dalam menerima keadaan atau kenyataan hidup dengan apa adanya (pasrah).
- c. Mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi permasalahan.
- d. Dapat menempatkan atau menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar, dan tertib mematuhi norma-norma yang ada di tengah masyarakat (bisa beradaptasi).
- e. Adanya kesadaran dalam memahami kekurangan dan kelebihan diri dalam menjalani kehidupan (menenal diri).
- f. Mampu menjalani kehidupan dengan mematuhi ajaran agama (taat kepada Tuhan).

Sedangkan Utsman Labib Faraj sebagaimana dikutip oleh Humaira menyebutkan indikator ketenangan jiwa diantaranya adalah: ⁷

- a. Merasa aman, damai dan tenteram
- b. Bisa menerima diri sendiri, merasa diri bernilai, menyadari akan kemampuan diri sendiri, mengakui keterbatasan diri, mau menerima orang lain, mau menerima perbedaan di antara mereka, dan mengakui adanya perbedaan antara dirinya dengan orang lain.
- c. Mampu menguasai diri secara profesional ketika dituntut melakukan hal yang spontan dan memiliki kemampuan untuk memulai sesuatu.
- d. Mampu menumbuhkan interaksi aktif dan memuaskan orang lain.

⁵ Abdul Mujid Dan Yusuf Mudzakkir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo, 2001), hlm. 139

⁶ Achmad Sifaal Rijal, "Pengaruh Tahajud pada Ketenangan Jiwa", Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Islam, UIN Sunan Ampel, 2022, hlm. 49-50

⁷ Humaira, Skripsi: Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an, (2019), hlm. 20

- e. Memiliki pandangan yang realitis dalam menjalani kehidupan dan bisa menghadapi berbagai problema dengan wajar sehingga mampu memunculkan solusi terbaik.
- f. Memiliki kepribadian yang sempurna. Salah satunya yaitu memiliki kematangan emosional. Yang dimaksud disini adalah kemampuan untuk menguasai diri dalam menghadapi berbagai situasi yang bisa memancing emosi dan tidak akan mudah terprovokasi.

Dari beberapa pendapat para ahli tentang indikator ketenangan jiwa, maka peneliti menyimpulkan terdapat empat indikator yang menggambarkan bahwa seseorang mempunyai jiwa yang tenang, yaitu:

- a. Syukur
- b. Sabar
- c. Tawakal
- d. Optimis

Dalam upaya mencapai ketenangan jiwa tentunya setiap orang memiliki caranya masing-masing. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk mencapai itu, salah satunya dengan berdzikir atau mengingat Allah. Sebagaimana dalam Firman Al-Qur'an Surat Ar-Ra'du ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingat, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”

Cara berdzikir atau mengingat Allah itu sendiri bermacam-macam, di antaranya yaitu dengan membaca Al-Qur'an atau bahkan sampai menghafalnya. Menurut Syaiful Bahri Djamarah, menghafal adalah kemampuan jiwa untuk memasukkan, menyimpan, dan menimbulkan kembali hal-hal yang telah lampau.⁸ Menghafal Al-Quran berarti kegiatan membaca, menyimpan, dan menjaga bacaan Al-Qur'an dengan sungguh-sungguh, menanamkannya ke dalam pikiran untuk selalu diingat serta dapat mengucapkannya kembali tanpa melihat mushaf.

Terdapat hal hal yang harus diperhatikan saat seseorang menghafal Al-Qur'an. Menurut Ustadz Adi Hidayat, terdapat 6 syarat dalam menghafal Al-Quran, yaitu sebagai berikut:⁹

⁸ Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 44

⁹ Rusman Siregar, artikel: "Ustadz Adi Hidayat Beberkan Rahasia Cepat Menghafal Al-Qur'an" <https://kalam.sindonews.com/berita/1476238/69/ustaz-adi-hidayat-beberkan-rahasia-cepat-menghafal-al-quran> Diakses pada 11 Mei 2024, 12.40 WIB.

1. Niat Ikhlas karena Allah Ta'ala.

Niat pertama yang harus dihadirkan adalah ikhlas karena Allah Ta'ala. Apabila niatnya karena Allah maka akan dimudahkan dalam menghafal dan mempelajari Al-Qur'an.

2. Menghadirkan Motivasi.

Motivasi dalam menghafal Al-Qur'an harus dihadirkan dalam hati, minimal untuk membahagiakan orang tua. Nabi Muhammad SAW pernah berkata bahwa ridha Allah itu ada pada ridha orangtua. Pada hari kiamat nanti seorang ahli Qur'an akan disampaikan kepada orang tuanya. Jika ia masuk syurga maka perintah pertamanya adalah untuk menggandeng ayah dan ibunya.

3. Meningkatkan Takwa.

Tingkatkan ketakwaan sebelum menghafal. Jika sudah bertakwa maka akan diberi kemampuan menghafal dengan cepat.

4. Memperbanyak Doa.

Ustadz Adi Hidayat memberikan doa untuk diperbanyak saat ingin dimudahkan dalam menghafal al-Qur'an, yaitu:

اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا أَهْلَ الْقُرْآنِ اللَّهُمَّ يَسِّرْ وَلَا تُعَسِّرْ

Allahummaj'alna Ahlil-Qur'an, Allahumma Yassir wa laa Tu'assir. (Ya Allah, jadikan saya ahli Al-Qur'an. Mohon permudahlah jangan dipersulit).

5. Mencari Guru.

Menghafal Al-Qur'an tidak bisa sendirian, harus ada guru. Karena oleh guru kita akan dituntun bagaimana cara menghafal Al-Qur'an, diajarkan cara membaca Al-Qur'an yang benar sesuai hukum-hukumnya.

6. Meluangkan Waktu.

Cara terbaiknya adalah dengan membuat target sesuai dengan kemampuan kita masing-masing. Contoh. Jika targetnya dua tahun, maka dalam sehari harus bisa menghafal satu halaman.

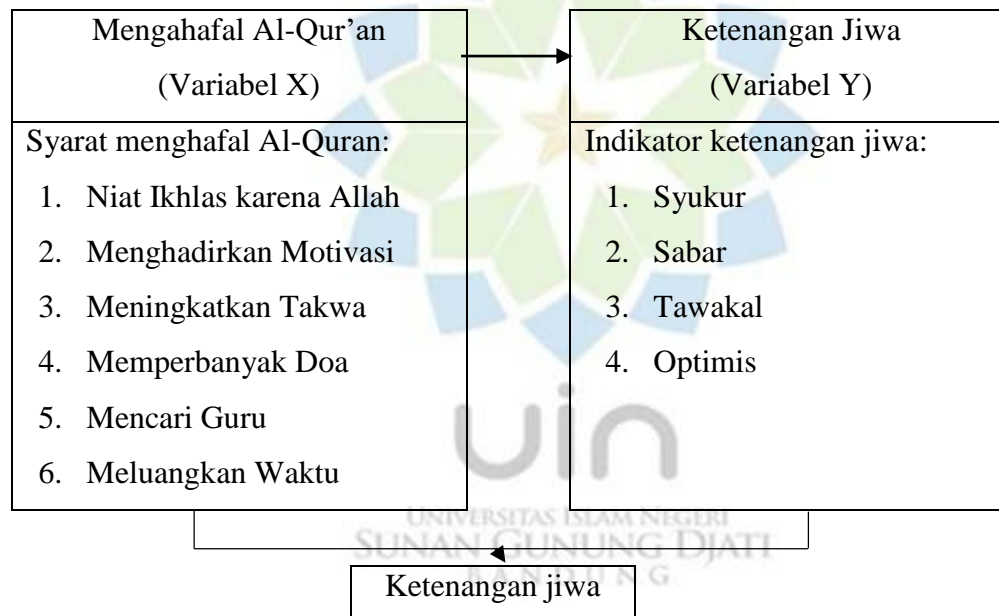
Di zaman ini terdapat banyak pondok pesantren yang mengusung hafalan Al-Qur'an sebagai program utamanya. Santri-santri dituntun untuk bisa melestarikan Al-Qur'an dengan cara menghafalnya. Salah satu dari pondok Al-Quran adalah Pesantren

Nuruzzaman, Bandung. Disana santri diarahkan untuk bisa menghafal Al-Qur'an dengan target hafalan tertentu sesuai dengan tingkat kemampuannya.

Sejalan dengan penelitian kuantitatif, yang dimaksud penulis dengan hubungan menghafal Al-Quran dengan ketenangan jiwa santri ialah bagaimana hafal Al-Quran yang santri miliki dan bisa kapan dan dimana saja ia baca dapat dapat menimbulkan ketenangan dalam jiwa para santri. Sehingga para santri dapat bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

Untuk memperjelas pemahaman dan cara kerja, peneliti melengkapi kerangka pemikiran diatas dengan skema sederhana berikut:

Skema Kerangka Pemikiran



F. Hasil Penelitian Terdahulu

1. Yuniarti (2020), judul Penelitian: "Hubungan Menghafal Al Quran Dengan Kemampuan Bahasa Arab Di Pesantren Dempo Darul Muttaqien". Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana hubungan antara kemampuan bahasa Arab dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an. Hasil penelitiannya adalah menunjukkan bahwa hubungan antara kemampuan menghafal dan kemampuan bahasa Arab masih rendah terbukti dengan banyaknya menghafal Al-Quran siswa tidak mengetahui arti kosa kata bahasa Arab yang dilafalkan. Adapun perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terletak pada tujuannya. Jika penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan

antara kemampuan bahasa Arab dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an, sedangkan penelitian penulis untuk melihat hubungan antara menghafal Al-Qur'an dengan ketenangan jiwa santri.

2. Faishal Aushafi (2017), judul Penelitian: "Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembacaan dzikir terhadap ketenangan jiwa para pedagang pasar johar pasca kebakaran. Hasil penelitiannya adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara dzikir terhadap ketenangan jiwa para pedagang pasar Johar, dengan prosentase ketenangan jiwa sebesar 96%. Adapun perbedaan penelitian yang hendak dilakukan penulis dengan penelitian ini yaitu terletak pada tujuannya. Jika penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa, sedangkan penelitian penulis menggunakan lantunan shawat untuk mencapai ketenangan jiwa.
3. Achmad Sifaul Rijal (2022), judul Penelitian: "Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan)". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tahajud pada ketenangan jiwa. Hasil penelitiannya adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen(tahajud) terhadap variabel dependen (ketenangan jiwa) hasil nilai koefisien determinasi (R Square) R² sebesar 0,516, artinya variabel ketenangan jiwa (dependen) dipengaruhi oleh variabel tahajud (independen) dengan presentasi sebesar 51,6%. Adapun perbedaan penelitian yang hendak dilakukan penulis dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel independennya. Jika penelitian ini menggunakan tahajud sebagai variabel independen, sedangkan penelitian penulis menggunakan lantunan shawat sebagai variabel independen.
4. Farida Nur Aini (2021), judul Penelitian: "Pengaruh Menghafal Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Sosial Siswa Sma It Ihsanul Fikri Mungkid Magelang". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh menghafal Al-Qur'an terhadap kecerdasan sosial siswa tahfidz SMA IT Ihsanul Fikri Mungkid. Hasil penelitiannya adalah pengaruh menghafal Al-Qur'an terhadap kecerdasan sosial santri ternyata termasuk kategori rendah R Square 22,8%. Adapun perbedaan penelitian yang hendak dilakukan penulis dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel Y nya. Jika penelitian ini menjadikan kecerdasan sosial sebagai variabel Y, sedangkan penelitian penulis menggunakan ketenangan jiwa sebagai variabel Y.
5. Humaira (2019), judul Penelitian: "Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Deskriptif Analisis Tafsir-Tafsir Tematik)". Tujuan

penelitian ini yaitu untuk mengetahui apa saja upaya memperoleh ketenangan jiwa menurut perspektif Al-Qur'an. Hasil penelitiannya adalah bahwa untuk memperoleh ketenangan jiwa dalam perspektif Al-Qur'an yaitu dengan taubat, zikir, beriman, sabar dan takwa. Adapun perbedaan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan penelitian ini yaitu terletak pada tujuannya. Jika penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya memperoleh ketenangan jiwa dalam perspektif Al-Qur'an, sedangkan penelitian penulis menghubungkan ketenangan jiwa dengan lantunan shawalat mahallul qiyam.





uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG