

**SKRIPSI**  
**PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP KETENANGAN**  
**JIWA PADA LANSIA DI JAM'İYAH AZZAKIYAH DUSUN**  
**BLOKAGUNG DESA KARANGDORO**



Oleh :

**NABILLA RAHMADIANTI**  
**NIM: 19122110028**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**BLOKAGUNG**

**2023**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP KETENANGAN  
JIWA PADA LANSIA DI JAM'İYAH AZZAKIYAH DUSUN  
BLOKAGUNG DESA KARANGDORO**

Diajukan Kepada

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Institut Agama Islam Darussalam

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan

Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Sosial (Sos)



Oleh :

**NABILLA RAHMADIANTI**

**NIM : 19122110028**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM  
BLOKAGUNG  
2023**

## **HALAMAN PERSYARATA GELAR**

Diajukan Kepada  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
Institut Agama Islam Darussalam  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Sosial (Sos)



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM  
BLOKAGUNG  
2023**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro" yang ditulis oleh Nabilla Rahmadianti telah disetujui untuk diuji dalam forum sidang skripsi

Mengetahui

Ketua Prodi



Halimatul Sa'diah, S.Psi.,M.A  
NIPY : 3151301019001

Pembimbing



Halimatul Sa'diah, S.Psi.,M.A  
NIPY : 3151301019001

## PENGESAHAN

Skripsi Saudari Nabilla Rahmadianti telah dimunaqosahkan kepada dewan penguji skripsi Program Studi Bimbingan konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi pada tanggal:

.17 Juni 2023

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Sosial Dalam Ilmu Dakwah Dan Komunikasi Studi Bimbingan Konseling Islam.

Tim Penguji:

Ketua penguji

**Halmaras Saldiah, S.Psi., M.A**  
NIPY : 3151301019001

Penguji 1

**Nur Hafifah, S.Ag, M.Sos**  
NIPY : 2102101037201

Penguji 2

**Masnida, M.Ag.**  
NIPY : 3151706068901



Dekan

**Agus Bahaqi, S.Ag., M.I.Kom**  
NIPY : 3150128107102

### **Motto**

*“Ketahuilah, sesungguhnya jika makanan adalah gizi yang harus ada untuk mempertahankan hidupnya badan, maka dzikir kepada Allah adalah adalah gizi yang harus ada untuk mempertahankan hati”. ( Syaikh Muhammad Said Ramadhan Al-Buthi )*

*“ Belum tentu yang menyenangkan itu menenangkan”*



## PERSEMBAHAN

*“Puji syukur Allah yang telah memberikan kelancaran dalam penelitian ini, sehingga dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca”*

*“Sege nap Pengasuh Pondok Pesantren Darussalam dan motivator saya Ny.hj handariatul masruroh yang tak henti-hentinya memberikan semangat dan do’a”*

*“Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya. Keduanya yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat dan doa.”*

*“Dan untuk saudara perempuan saya Arifatul Istihajah terimakasih atas doa yang selalu dipanjatkan untuk saya”*

*“Almamater tercinta, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi IAIDA, terimakasih atas didikan yang diberikan”*

*“Kepada kepala prodi dan selaku dosen pembimbing skripsi saya yaitu Halimatus Sa’diah, S. Psi., M.A, terimakasih atas bimbingan yang diberikan”*

*“Untuk warga asrama Al-ma’muroh D, terutama untuk warga kamar saya terimakasih telah memberikan semangat serta kekonyolan yang di perlihatkan kepada saya, sehingga membuat saya terhibur, khususnya, yang selalu memotifasi saya setiap apa yang diceritakan, dan teman-teman satu perjuangan yang ada di asrama”*

*“ Saya ucapkan terimakasih kepada teman-teman BKI 2019, terimakasih atas kekonyolan serta kehebohan yang di tampakan serta partisipasi yang diberikan dalam memberikan semangat”*

*“Terimakasih untuk diriku yang sudah cukup hebat melampaui proses ini, terimakasih sudah dapat berkerjasama dengan baik”*

*“Kepada semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu”*

### Pernyataan Keaslian Tulisan

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Nabilla Rahmadianti

Nim : 19122110028

Program : Sarjana (SI)

Institut : IAI Darussalam Blokagung Banyuwangi

Dengan sungguh- sungguh menyatakan bahwa Skripsi ini secara keseluruhan adalah penelitian atau karya saya sendiri kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banyuwangi, 18 Mei 2023



Saya yang menyatakan

Nabilla Rahmadianti  
NIM : 19122110028

## ABSTRAK

**Rahmadiani, Nabilla. 2023. Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan jiwa pada lansia di Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung. Desa Karangdoro, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Darussalam, Pembimbing: Halimatus Sa'diah, S. Psi., M.A**

**Kata Kunci:** Dzikir, Ketenangan jiwa, Lansia

Penelitian ini dilatar belakangi oleh permasalahan yang dihadapi oleh para lansia yang ingin hidup tenang, damai dan menikmati masa pensiunnya bersama anak cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Ada berbagai masalah hidup yang mempengaruhi lansia sepanjang hidupnya seperti kemiskinan, stres terus menerus, ataupun konflik dengan anak. Fokus penelitian ini yaitu apakah pengamalan dzikir berpengaruh dalam ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung, Desa Karangdoro?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pengamalan dzikir memiliki pengaruh dalam ketenangan jiwa para lansia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan subyek jam'ah sebanyak 70 jamaah dengan mengambil sampel 30 orang dengan metode purposive sampling. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini melalui angket dan wawancara. Sedangkan metode analisis data penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana melalui bantuan program SPSS for windows versi 22.

Hasil penelitian ini adalah pengamalan dzikir (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketenangan jiwa (Y), dan pengamalan dzikir (X) memiliki pengaruh 66,1% terhadap ketenangan jiwa pada lansia (Y) di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro. Artinya ada 33,9% variabel lain yang tidak diteliti.

## ABSTRACT

**Rahmadiani, Nabilla. 2023. The Effect of the Practice of Dhikr on Peace of Mind in the Elderly at Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung. Karangdoro Village, Islamic Guidance and Counseling Study Program, Darussalam Islamic Da'wah and Communication Faculty, Supervisor: Halimatus Sa'diah, S. Psi., M.A**

Keywords: Dhikr, Peace of mind, Elderly

This research is motivated by the problems faced by the elderly who want to live a quiet, peaceful life and enjoy their retirement with their beloved children and grandchildren with great affection. There are various life problems that affect the elderly throughout their lives such as poverty, constant stress, or conflicts with children. The focus of this research is whether the practice of dhikr has an effect on peace of mind in the elderly at jam'iyahAzzakiyah Dusun Blokagung, Karangdoro Village

This study aims to determine whether the practice of dhikr has an effect on the peace of mind of the elderly. This study used a quantitative method, with as many as 70 jamah as subjects, taking a sample of 30 people using the purposive sampling method. Methods of data collection in this study through questionnaires and interviews. While the method of data analysis in this study used a simple linear regression test with the help of the SPSS for Windows version 22 program. The results of this study are that the practice of dhikr (X) has a significant effect on peace of mind (Y), and the practice of dhikr (X) has a 66.1% effect on peace of mind in the elderly (Y) at jam'iyahAzzakiyah Dusun BlokagungKarangdoro Village. This means that there are 33.9% other variables that are not examined.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT karena dengan rahmat, karunia, serta hidayahnya skripsi ini dapat terselesaikan. Melalui skripsi ini, penulis juga ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada pihak-pihak yang telah turut andil dalam kesuksesan pembuatan skripsi. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. Pengasuh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung
2. Dr. H. Abdul Kholiq Syafaat, M.A. selaku ketua Senat Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi
3. Dr. H. Ahmad Munib Syafaat, Lc., M.E.I selaku Rektor Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi
4. Agus Baihaqi, S. Ag., M.I.Kom. selaku Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Darussalam Banyuwangi.
5. Halimatus Sa'diah, S. Psi., M.A selaku kepala program studi, dan juga sebagai pembimbing, terima kasih atas segala bimbingan, masukan, kritikan dan waktu dan juga tenaga yang diberikan dengan penuh kesabaran.
6. Seluruh dosen Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi
7. Kepada ibu Dewi, selaku ketua jami'iyah Annuriyah, terimakasih atas bantuannya dalam proses pencarian informasi mengenai responden.

Tiada balas jasa yang diberikan oleh penulis kecuali hanya do'a kepada Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih, semoga kebaikan beliau mendapat balasan dari-Nya.

*Wassalamualaikum Wr Wb*

Banyuwangi, 10 Juni 2023

Penulis

**NABILLA RAHMADIANTI**

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	v
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK (Bahasa Indonesia)</b> .....	vii
<b>ABSTRAK (Bahasa Inggris)</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
E. Batasan Penelitian .....	7
F. Definisi Operasional .....	7
1. Pengamalan Dzikir.....	6
2. Ketenangan jiwa .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	9
A. Landasan Teori.....	9
B. Penelitian Terdahulu .....	29
C. Kerangka Konseptual.....	34
D. Hipotesis .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	37

A. Jenis Penelitian .....	37
B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	37
C. Poulasi Dan Sampel.....	38
D. Teknik Pengambilan Sampel .....	39
E. Data Dan Sumber Data .....	39
F. Tehnik Pengumpulan Data.....	40
G. Variabel Penelitian.....	41
H. Instrumen Pengumpulan Data.....	42
I. Uji Instrumen .....	45
J. Analisis Data.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>54</b>
A. Deskripsi Umum .....	54
1. Lokasi Penelitian .....	54
2. Karakteristik Responden .....	42
B. Analisi Data .....	58
1. Uji Normalitas .....	58
2. Uji Linieritas .....	59
3. Uji Regresi Linier Sederhana .....	61
4. Uji Koefisiensi Determinasi ( $R^2$ ) .....	61
5. Uji t.....	62
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>64</b>
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>.....</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>.....</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Persamaan Dan Perbedaan Penelitian .....	32
Tabel 2.2 Kerangka Konseptual .....	35
Tabel 3.1 Indikator Variabel .....	41
Tabel 3.2 Blueprint Tryout Skala Dzikir .....	43
Tabel 3.3 Blueprint Tryout Skala Ketenangan Jiwa .....	44
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Angket Dzikir .....	45
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Angket Ketenangan Jiwa .....	47
Tabel 3.6 Reliability Statistik .....	49
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Dalam Usia .....	57
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> .....	60
Tabel 4.3 Hasil Uji Linieritas .....	61
Tabel 4.3 Hasil Persamaan Regresi Linier Sederhana .....	62
Tabel 4.3 Hasil Uji Koefisiensi Determinasi ( $R^2$ ) .....	63
Tabel 4.4 Hasil Uji t .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Pengantar Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 3 : Pernyataan Keaslian Tulisan
- Lampiran 4 : Hasil Cek Plagiasime
- Lampiran 5 : Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Angket/kuisisioner Penelitian
- Lampiran 7 : Hasil Angket Pengamalan Dziki
- Lampiran 8 : Hasil Angket Ketenangan Jiwa
- Lampiran 9 : Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 10 : Biodata Penulis
- Lampiran 11 : Hal Lain Yang Mendukung Penelitian



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perjalanan hidup manusia melalui beberapa fase kehidupan, dimulai dari masa bayi, remaja, dewasa kemudian menjadi tua.<sup>1</sup> Setiap manusia pasti akan tumbuh dan berkembang, mulai dari manusia berada di kandungan ibu selama Sembilan bulan sampai akhirnya lahir ke dunia ini sebagai bayi mungil yang begitu dinantikan oleh orang tuanya. Tidak hanya sampai disitu, kemudian bayi akan berkembang menjadi anak-anak yang sehat, kemudian tumbuh menjadi remaja yang dikagumi banyak orang yang sampai akhirnya menjadi tua hingga berakhir dengan kematian.

Setiap orang yang memiliki umur panjang pasti akan merasakan masa tua yang biasa disebut dengan lanjut usia. Lanjut usia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia. Usia lanjut yang berkisar antara umur 60-70 tahun merupakan usia lanjut akhir kehidupan seseorang.<sup>2</sup> Masa ini merupakan masa dimana semua orang berharap akan menjalani hidup yang tenang, damai dan menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Pada kenyataannya tidak semua lanjut usia mendapatkan kesempatan yang sama untuk memperoleh kondisi hidup yang diinginkan lanjut usia. Ada berbagai macam persoalan hidup yang menimpa lanjut usia

---

<sup>1</sup> Doni Fitri Anissa And Ifdil, "Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (*Lansia*)," Universitas Negeri Padang & Universitas Negeri Padang 5 (June 2016): 1.

<sup>2</sup> B. Hurlock Elizabeth, psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan ( Jakarta Erlangga, 2002 ). 380

sepanjang hidup, seperti kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stress<sup>2</sup> yang berkepanjangan, atau konflik dengan keluarga atau anak, atau kondisi lainnya seperti tidak memiliki keturunan yang bisa merawatnya dan lain sebagainya<sup>3</sup>.

Masa lanjut usia merupakan tahap perkembangan dengan perubahan yang diakibatkan oleh menurunnya fungsi organ tubuh. Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia antara lain penyusutan berat badan, munculnya keriput, penglihatan mulai rabun, psikomotorik menjadi lambat. Penurunan fungsi organ tubuh membuat lansia rentan terhadap penyakit yang beresiko kematian.<sup>4</sup>

Perubahan yang terjadi membuat lansia tak berdaya sehingga masyarakat lainnya mengurangi keterlibatan dan tanggungjawab lansia dalam kegiatan di lingkungan sosial maupun lingkungan kerjanya. Perlakuan tersebut terkadang membuat lansia tidak percaya diri, lansia berpikir bahwa dirinya sudah tidak diperlukan lagi.<sup>5</sup> Tanpa adanya dukungan dari keluarga dan dari lingkungan guna menanggulangnya, sehingga dampak yang muncul yaitu mengakibatkan stress dan depresi yang dapat mengganggu kemampuan lansia untuk beraktivitas, bahkan bisa menyebabkan kematian, yang menjadikan kemampuan merespon stresnya menurun.

Seperti yang diprediksikan WHO, stress dan depresi akan menjadi 10 besar penyakit yang menyebabkan kematian atau menurun drastisnya kualitas

---

<sup>3</sup> Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, ' Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia', jurnal psikologi ( 2016 ).4.

<sup>4</sup> Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, ' Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia', jurnal psikologi ( 2016 ), 2.

<sup>5</sup> Della Adelina And Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, ' Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia', Jurnal Psikologi ( 2016 ), 19.

kesehatan masyarakat.<sup>6</sup> WHO menyatakan bahwa penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit mematikan terbesar pada populasi usia 65 tahun keatas dengan jumlah kematian terbanyak.<sup>7</sup> Pada umumnya orang yang sedang menderita sakit diikuti oleh perasaan yang cemas dan jiwa yang tidak tenang, selain mengonsumsi obat, berdoa dan berdzikir dapat menenangkan jiwa individu.<sup>8</sup>

WHO (*World health Organization*) pada tahun 1984 sudah menetapkan unsur spiritual (agama) sebagai salah satu dari empat unsur kesehatan. Keempat kesehatan tersebut adalah sehat fisik, sehat psikis, sehat sosial dan sehat spiritual.<sup>9</sup>

Berbagai penyakit yang menyerang para lansia yang sampai mengakibatkan kematian, diantaranya diabetes mellitus penyebab menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf namun penyakit tersebut bukan hanya dapat disembuhkan menggunakan obat-obatan, namun juga dengan terapi dzikir, juga bisa disembuhkan.

Tampak lemah, tidak berguna dan tidak diperlukan lagi menyebabkan kegelisahan dan anggapan masa usia lanjut sebagai masa yang tidak menyenangkan, masa kehilangan akan peran sosial, kehilangan penghasilan, kehilangan teman, saudara karena kematian atau mobilitas, selain itu sejalan

---

<sup>6</sup>Akibat Perubahan Sosial; Stress Menjadi Pembunuh Kedua Setelah Jantung.'Diakses tanggal 3 september 2022, <http://www.Kompas Cyber Net.Com>.

<sup>7</sup> Olivia dwi kumala, yogi kusprayogi, and fuad nashori, "Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi," Universitas Islam Indonesia, Jl. Kaliurang Km.14,5 Yogyakarta 4 (June 2017), <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1260>.

<sup>8</sup> Kumala, kusprayogi, and nashori.

<sup>9</sup> Dari Dadang Hawari, *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*, (Jakarta : FKUI, 2008)

dengan menurunnya kondisi fisik lansia mengalami kecemasan akan datangnya kematian.

Pada umumnya akibat dari takut akan kematian maka sebagian dari lansia pada masa ini lebih menyibukkan diri dengan mendekati diri kepada aspek-aspek keagamaan, seperti: mengikuti majelis taklim, shalat berjamaah di masjid, serta sering membaca Al-Quran dan berdzikir. Menurut Hawari agama selalu dikaitkan dengan ketenangan, karena didalamnya diajarkan tentang tuntunan hidup yang jelas. Selain kehidupan yang sedang kita jalani saat ini, juga diterangkan tentang datangnya kematian dan apa yang terjadi setelahnya.

Ketenangan jiwa merupakan sumber bagi kebahagiaan, seseorang individu tidak akan memiliki perasaan bahagia jika jiwanya tidak merasa tenang atau gelisah. Hakikat perjalanan hidup yang kita jalani, semakin kita melangkah banyak masalah yang datang dan pergi, begitu juga dengan perkembangan hidup saat ini dengan berbagai macam problem masalah yang ada di masyarakat membuat seseorang merasa sedih dan mudah merenung, adapun yang mengatakan seseorang yang memiliki mental yang sehat ialah terhindar dari gangguan jiwa dan penyakit jiwa lainnya dan juga mulai menurunnya fungsi organ tubuh yang biasanya dialami oleh para lansia. Salah satu peran agama adalah memberikan kenyamanan penganutnya dalam mengarungi samudra kehidupan, dalam ajaran islam peran tersebut dapat diimplementasikan dalam bentuk dzikir.

Bagi persoalan manusia di dunia dan di akhirat sudah diatur didalamnya. Al Qur'an dan As-Sunnah sebagai pedoman hidup umat manusia

adalah bentuk konkrit ajaran yang mengarahkan pola hidup manusia agar tidak melakukan penyimpangan dan demoralisasi tatanan hidup yang berujung pada suasana yang tidak stabil dalam diri manusia.

لَا تَفْتَأْ أَشْيَاءَ تُفْرِجُ، ذَكَرَ اللَّهُ تَعَالَى وَوَلِقَاءَ أَوْلِيَاءِهِ وَكَلَامَ الْحُكَمَاءِ

*“Tiga perkara yang dapat menghilangkan kegundahan (pikiran stres) yaitu dzikir (mengingat) kepada Allah SWT, silaturahmi kepada para wali dan memperhatikan perkataan para Ulama”<sup>10</sup>*

Dzikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan dan mendatangkan ketenangan jiwa<sup>11</sup>. Ketenangan jiwa inilah yang dibutuhkan oleh para lansia dalam menjalani kehidupannya di masa tua, problematika lansia seperti halnya kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stres yang berkepanjangan, hal tersebut yang membuat lansia kerap kali merasakan stres. Dengan dzikir ini dimaksudkan agar kita hidup di dunia ini memperoleh ketenangan jiwa sehingga akan tercapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Majelis Taklim Az-zakiyah merupakan majelis taklim yang ada di Dusun Blokagung Desa Karangdoro, majelis taklim ini dilaksanakan setiap malam rabu setelah melaksanakan sholat magrib<sup>12</sup>, yang mengikuti majelis taklim ini kebanyakan para lansia. Dimajelis ini mengfokuskan kajian pemahaman tentang pembacaan manaqib, dan sedikit tausiah yang di isi oleh para kiyai daerah Dusun Karangdoro

<sup>10</sup>Syeikh Nawawi Ibn Umar al jawi, *Nasho-ihul ‘ibad* (Nasehat Bagi Sang Hamba), ter. Abu Mujadidul Islam Mafa, (Surabaya: Gita Media Press,2008) hlm. 54

<sup>11</sup> Setiyani, “Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi.” 31.1(2022):129-136

<sup>12</sup> Asiah, wawancara, karangdoro, (24 Januari 2023)

Berangkat dari masalah yang terjadi dan kebiasaan yang dilakukan majelis taklim ini maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hal ini dengan judul **PENGARUH PENGAMALAN DZIKIR TERHADAP KETENANGAN JIWA PADA LANSIA PADA JAM'İYAH AZ-ZAKIYAH DUSUN BLOKAGUNG, DESA KARANGDORO.**

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah pengamalan dzikir berpengaruh dalam ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung, Desa Karangdoro?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh pengamalan dzikir pada lansia di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung, Desa Karangdoro

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

Dalam penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis untuk menambah keilmuan teori pada psikoterapi
2. Manfaat praktis dari penelitian:
  - a. Bagi masyarakat diharapkan bisa membantu untuk mengetahui sejauh mana tingkat ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah Azzakiyah
  - b. Bagi para lansia Desa diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang manfaat dari mengamalkan dzikir

- c. Bagi Institut Agama Islam Darussalam hasil dari penelitian ini semoga bisa menjadi referensi atau informasi untuk lembaga perguruan tinggi khususnya Institut Agama Islam Darussalam. Dan juga bagi mahasiswa agar mereka tidak hanya memikirkan ketenangan jiwa para pemuda penerus bangsa namun juga para mereka lansia yang pernah memperjuangkan bangsa.

#### **E. Batasan Penelitian**

Batasan penelitian ini mengarah pada para lansia yang ada di Dusun Blokagung Desa Karangdoro tersebut sebagai objek saran mengetahui pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah azzakiyah

#### **F. DEFINISI OPERASIONAL**

Dalam suatu penelitian juga diperlukan adanya definisi operasional untuk memberi gambaran dan penjelasan tentang variabel yang akan diteliti agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam mengartikan makna setiap variabelnya.

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengamalan dzikir merupakan pujian terhadap Allah yang diucapkan secara berulang-ulang, mengingat kebesaran Allah dan menyebut namanya berulang-ulang.<sup>13</sup>

Dari pernyataan di atas penulis menyimpulkan bahwa kegiatan yang dilakukan secara terus menerus yang hingga menjadi rutinitas seseorang dalam beribadah hingga tak jarang jika seseorang tersebut tidak melaksanak kegiatan dzikir maka seseorang tersebut merasa

<sup>13</sup> Saiful Hadi El-Sutha, Shalat Samudra Hikmah ( Jakarta: KAWAH Media, 2016), 124

tidak tenang. Dari hasil wawancara dengan salah satu lansia di jam'iyah az-zakiah penulis mengambil objek pada kegiatan majelis manaqib az-zakiah di Dusun Karangdoro majelis ini merupakan kegiatan rutinitas yang dilaksanakan setiap malam rabu dan jumlah jamaahnya dominan lansia lingkup dusun karangdoro.

## 2. Ketenangan jiwa

Diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal.<sup>14</sup> Seseorang yang dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan maka seseorang tersebut dapat menyeimbangkan fungsi-fungsi jiwanya, dengan begitu seseorang tersebut terhindar dari jiwa yang tidak tenang.

Dari pernyataan diatas peneliti menyimpulkan bahwa ketenangan jiwa merupakan suatu keadaan dimana orang seseorang dapat mengondisikan atau mengontrol situasi dan fikirannya di lingkungannya, seperti halnya lansia yang memiliki problematika, baik dari anak, saudara ataupun keluarga, jika ia tidak bisa mengontrol apa yang sedang ia pikirkan maka akan timbul jiwa yang tidak tenang.

---

<sup>14</sup> Darajah, zakia, Kesehatan Mental ( Jakarta: Gunung Agung, 1982 ).11

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Dzikir

###### a. Pengertian dzikir

Secara *etimologi* Dzikir berasal dari kata dzakara artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.<sup>15</sup>

Menurut Chodjim dzikir berasal dari kata dzakara yang berarti mengingat, mengisi atau menuangi, artinya, bagi orang yang berdzikir berarti mencoba mengisi dan menuangkan pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci.<sup>16</sup>

Said Bin Jubair dan para ulama lainnya menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan dzikir itu adalah semua ketaatan yang diniatkan karena Allah SWT, hal ini berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktivitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.<sup>17</sup>

مَثَلُ الَّذِي يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِي لَا يَذْكُرُ رَبَّهُ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ

*Perumpamaan orang yang berdzikir kepada Allah dan orang yang tidak berdzikir, adalah seumpama orang yang hidup dan mati.” (HR. Al-Bukhori)*

---

<sup>16</sup>Ahmad Chodjim, Alfatihah, *Membuka Matahari Dengan Surat Pembuka*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2003), hlm. 18

<sup>17</sup> Abu Wardah Bin Askat, *Wasiat Dzikir dan Doa Rasulullah SAW*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2000), hlm. 6.

Dalam riwayat lain, Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wasallam juga mengumpamakannya dengan rumah. Rumah orang yang berdzikir kepada Allah adalah rumah manusia hidup, dan rumah orang yang tidak berdzikir adalah seperti rumah orang mati atau kuburan. Jadi dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya, hal ini berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah SWT.

#### b. Bentuk-Bentuk Dzikir

Dzikir merupakan pengalaman ruhani yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati. Ibnu Ata', seorang Sufi yang menulis al-Hikam (Kata-Kata Hikmah) membagi zikir atas tiga bagian: zikir jali (zikir jelas, nyata), zikir khafi (zikir samar-samar) dan zikir haqiqi (zikir sebenar-benarnya).<sup>18</sup>

##### 1) Zikir Jali

Ialah suatu perbuatan mengingat Allah swt. Dalam bentuk ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur dan doa kepada Allah SWT. Yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati.

##### 2) Zikir khafi

Adalah zikir yang dilakukan secara khusyuk oleh ingatan hati, baik disertai zikir lisan ataupun tidak. Orang yang sudah

<sup>18</sup> Ensiklopedi Islam, jilid 6(Jakarta: PT Ichtiar Baru van Hoeve,...) hlm., 332.

mampu melakukan zikir seperti ini merasa dalam hatinya senantiasa memiliki hubungan dengan Allah SWT.

### 3) Zikir haqiqi

Yaitu zikir yang dilakukan dengan seluruh jiwa raga, lahiriah dan batiniah, kapan dan dimana saja, dengan memperketat upaya memelihara seluruh jiwa raga dari larangan Allah SWT. Mengerjakan apa yang diperintahkan-Nya. Selain itu tiada yang diingat selain Allah swt. Untuk mencapai tingkatan zikir haqiqi ini perlu dijalani latihan mulai dari tingkat zikir jali dan zikir khafi.

#### c. Manfaat Dan Fungsi Dzikir Dalam Perspektif Psikologi

Subandi mengatakan bahwa tujuan utama dalam melaksanakan dzikir adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah melalui pencapaian kondisi jiwa yang penuh kepasrahan, penyerahan diri, atau ikhlas kepada Allah.<sup>19</sup> Pendapat tersebut sudah sangat jelas bahwa fungsi dzikir secara psikologis adalah dapat membawa jiwa seseorang menjadi lebih tenang, yaitu jiwa yang penuh dengan kepasrahan dan keikhlasan kepada Allah.

- 1) Dzikir dapat mengubah jiwa yang masih kacau, menuju kearah penyatuan jiwa dan akhirnya dapat mengubah kehidupan religious dari yang berorientasi pada diri sendiri (*self centred*) ke arah

<sup>19</sup>Subandi. 2009. Psikologi Dzikir.... H. 42

kehidupan beragama yang berorientasi pada Tuhan (*god-centred*).<sup>20</sup>

- 2) Dzikir juga dapat menjadikan emosi lebih terarah, sehingga menjadikan fungsi organ-organ tubuh dapat bekerja dengan teratur dan normal sehingga, pada akhirnya menimbulkan ketenangan batin (jiwa). Dzikir yang dilakukan dengan cara memberdayakan otot, saraf dan hormon dapat mengakibatkan ketenangan batin atau jiwa<sup>21</sup>

Kegembiraan dan kesenangan dan pada akhirnya akan mendatangkan ketenangan dan ketentraman jiwa bagi yang melaksanakannya. Dengan demikian secara teoritis bahwa dzikir dapat berpengaruh ketenangan jiwa seseorang yang melaksanakannya. Adapun bacaan-bacaan yang dianjurkan dalam dzikir lisan menurut Hawari adalah sebagai berikut.<sup>22</sup>

- 1) Membaca tasbih (*subhanallah*) yang mempunyai arti Maha Suci Allah. Membaca tahmid (*alhamdulillah*) yang bermakna segala puji bagi Allah.
- 2) Membaca tahlil (*la ilaha illallah*) yang bermakna tiada Tuhan selain Allah.
- 3) Membaca takbir (*Allahu akbar*) yang berarti Allah Maha Besar.
- 4) Membaca Hauqalah (*la haula wala quwwata illa billah*) yang bermakna tiada daya upaya dan kekuatan kecuali Allah.

<sup>20</sup>Subandi. 2009. Psikologi Dzikir .... Hlm. 57-58

<sup>21</sup> Musthofa. 2019. Motivasi Dzikir, Jurnal Al-Tahrir, Vol. 13, No. 1 Mei 2019. H. 172

<sup>22</sup>Samsul Munir Amin, Energi Dzikir, (Jakarta: Bumi Aksara,2008 ), Hlm. 14.

- 5) Hasballah: Hasbiallahu wani'mal wakil yang berarti cukuplah Allah dan sebaik-baiknya pelindung.
- 6) Istighfar: Astaghfirullahal adzim yang bermakna saya memohon ampun kepada Allah yang maha agung.
- 7) Membaca lafadz baqiyatussholihat: subhanallah walhamdulillah wala ilaha illallah Allahu akbar yang bermakna maha suci Allah dan segala puji bagi Allah dan tiada Tuhan selain Allah dan Allah Maha Besar.

#### d. Pengaruh Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologi matang yang dicapai oleh orang-orang beriman setelah mereka mencapai tingkat keyakinan yang tinggi. Sementara keyakinan tidak datang dengan sendirinya. Ia harus dicapai dengan melaksanakan dzikir. Allah berfirman:

أَلَدِّينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram". (Ar-Ra'd:28)<sup>23</sup>

Dari ayat diatas dapat diketahui bahwa dengan mengingat Allah yaitu dengan berdzikir hati akan menjadi tenang. Bagaimana dzikir dapat membawa pengaruh pada ketenangan jiwa, dalam perspektif psikologi dapat dijelaskan dengan beberapa teori, antara lain teori hipnosis. Subandi dalam Bukhari, menyatakan bahwa dalam

<sup>23</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ro'ad:28 n.d

pandangan teori hipnosis, dzikir dapat dipandang sebagai bentuk self hypnosis, karena pada saat dzikir perhatian seseorang dipusatkan pada objek dzikir, sehingga semakin lama dia makin tidak merasakan rangsangan yang ada di sekitarnya. Dengan demikian, dalam kondisi sebagaimana tersebut, seseorang akan memperoleh ketenangan.

Prinsip pokok dalam dzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan dzakirin akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada dzat Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun, Jadi dengan berdzikir seorang akan ingat kepada Allah dan merasa setiap langkahnya akan selalu ditemani oleh Allah, sehingga seorang jiwanya akan merasa tenang hal ini sesuai dengan sebagaimana berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman berdzikirlah (dengan menyebut asma Allah) dengan dzikir yang sebanyak-banyaknya.” (QS. Al-Ahzab: 41)<sup>24</sup>

## 2. Ketenangan Jiwa

### a. Pengertian Ketenangan Jiwa

Secara bahasa jiwa berasal dari kata psyche yang berarti jiwanya atau alat untuk berfikir. Sedang dalam bahasa Arab sering disebut dengan “an nafs”. Ketenangan jiwa merupakan istilah psikologi yang terdiri atas dua kata yaitu ketenangan dan jiwa. Tenang berarti diam tidak berubah ubah (diam tidak bergerak), tidak gelisah, tidak susah, tidak gugup betapapun keadaan gawat, tidak ribut, tidak tergesa-gesa.<sup>25</sup>

Kemudian dilihat dari kaca mata psikologi, menurut Wasty Soemanto, jiwa adalah kekuatan dalam diri yang menjadi penggerak bagi jasad dan tingkah laku manusia, jiwa menumbuhkan sikap dan sifat yang mendorong tingkah laku. Demikian dekatnya fungsi jiwa dengan tingkah laku, maka berfungsinya jiwa dapat diamati dari tingkah laku yang Nampak.<sup>26</sup> Menurut imam Al-Ghazali jiwa yang tenang adalah jiwa yang diwarnai dengan sifat-sifat yang menyebabkan selamat dan bahagia, diantaranya adalah sifat optimis, sabar, dekat dengan Allah.<sup>27</sup>

<sup>24</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ahzab 41 n.d

<sup>25</sup> Departemen Agama RI, Op. Cit., h. 80-100.

<sup>26</sup> Wasty Soemanto, Pengantar Psikologi, (Jakarta: Bina Aksara, 1988), hlm. 15.

<sup>27</sup> Al-Ghazali. Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qalbi. Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. (Jakarta: Tirta Mas 1984). h.123

Sedangkan jiwa berasal dari kata psyche yang berarti jiwa, nyawa atau alat berfikir. Sedang dalam bahasa disebut an-Nafs.<sup>28</sup>Jadi ketenangan jiwa atau kesehatan mental adalah kesehatan jiwa, kesejahteraan jiwa, atau kesehatan mental. Karena orang yang jiwanya tenang, tenteram berarti orang tersebut mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi jiwanya atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikitpun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menyikapi masalah, mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

Dari beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa orang yang sehat mentalnya atau tenang jiwanya adalah orang yang memiliki keseimbangan dan keharmonisan di dalam fungsi-fungsi jiwanya, memiliki kepribadian yang terintegrasi dengan baik, dapat menerima sekaligus menghadapi realita yang ada, mampu memecahkan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian serta dapat menyesuaikan diri (beradaptasi) dengan lingkungannya.

#### b. Karakteristik Ketenangan Jiwa

Abdul Majid mengatakan bahwa ada beberapa ciri yang menjadi tolak ukur ketenangan jiwa yaitu kondisi jiwa yang tenang dan tentram dapat digambarkan tiga bentuk, yakni diantaranya:

- 1) Adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman.

---

<sup>28</sup> Irwanto, dkk, Psikologi Umum. (Jakarta: PT Grafindo Pustaka Utama, 1991), hlm. 3.

- 2) Kemampuan individu dalam bersabar menghadapi persoalan hidup yang berat.
- 3) Kemampuan individu untuk optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan.<sup>29</sup>
- 4) Upaya-upaya dalam memperoleh ketenangan jiwa

Dalam hidup manusia seringkali menghadapi berbagai masalah. Akibatnya akan timbul kecemasan, ketakutan dan ketidak tenangan. Oleh karena itu, ketenangan dan kedamaian jiwa sangat diperlukan dalam hidup karena dengan jiwa yang tenang kehidupan akan dapat dijalani dengan teratur dan benar sebagaimana yang dikehendaki oleh Allah dan Rasul-Nya. Terkait hal ini telah disebutkan dalam Al-Qur'an beberapa upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk memperoleh ketenangan jiwa yakni:

- 1) Dzikrullah yaitu berdzikir yang artinya mengingat Allah dengan menghadirkan namanya di dalam hati dan menyebut namanya.
- 2) Yakin akan pertolongan Allah agar hati tetap tenang dalam perjuangan menegakkan agama Allah dan dalam menjalani kehidupan yang sulit, maka sebagai seorang muslim harus yakin dengan adanya pertolongan dari Allah.
- 3) Memperhatikan bukti kekuasaan Allah ketidak tenangan dan kecemasan sering kali dirasakan karena manusia terlalu yakin

---

<sup>29</sup>Mujid, Abdul dan Jusuf Mudzakkir. Nuansa-nuansa Psikologi Islam(.Jakarta: Raja Grafindo Persada.2001) h.139

dengan usahanya sendiri, akan tetapi jika dia selalu memperhatikan

- 4) Bersyukur Allah SWT memberikan banyak sekali kenikmatan dan semua kenikmatan itu harus kita syukuri, karena dengan bersyukur kepada Allah hati akan menjadi tenang.
- 5) Tilawah, tasmi' dan tadabbur Al-Qur'an, Al-Qur'an adalah kalam Allah, karenanya orang yang membaca (tilawah), mendengar bacaan (tasmi') dan mengkaji (tadabbur) ayat-ayat suci Al-Qur'an niscaya menjadi tenang hatinya, manakala dia betul-betul beriman kepada Allah SWT.

#### c. Indikator Ketenangan Jiwa

Setiap orang yang beriman kepada Allah SWT wajib meyakini bahwa sumber ketenangan jiwa dan ketentraman hati yang hakiki adalah dengan berzikir kepada Allah SWT, membaca Al-Qur'an, berdoa kepada-Nya dengan menyebut nama-nama-Nya yang maha Indah, dan mengamalkan ketaatan kepadaNya. Adapun kriteria ketenangan jiwa dalam diri seseorang yakni diantaranya:

##### 1) Sabar

Secara etimologi, sabar berarti teguh hati tanpa mengeluh di jumpa bencana. Menurut pengertian Islam, sabar ialah tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah. Sabar itu membentuk jiwa

manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah).<sup>30</sup>

## 2) Optimis

Sikap optimis dapat digambarkan sebagai cahaya dalam kegelapan dan memperluas wawasan berfikir. Dengan optimisme, cinta akan kebaikan tumbuh di dalam diri manusia, dan menumbuhkan perkembangan baru dalam pandangannya tentang kehidupan. Tidak ada satu penyebabpun yang mampu mengurangi jumlah problem dalam kehidupan manusia seperti yang diperankan optimisme. Ciri-ciri kebahagiaan itu lebih tampak pada wajah - wajah orang yang optimis tidak saja dalam hal kepuasan tetapi juga seluruh kehidupan baik dalam situasi positif maupun negatif. Disetiap saat sinar kebahagiaan menerangi jiwa orang yang optimisme<sup>31</sup>

## 3) Merasa dekat dengan Allah

Adanya perasaan dekat dengan Allah, manusia akan merasa tentram hidupnya karena ia akan merasa terlindungi dan selalu dijaga oleh Allah sehingga ia merasa aman dan selalu mengontrol segala perbuatannya. Tanpa kesadaran akan relasi dengan Tuhan maka akan menimbulkan ketakutan dan kesedihan dan rasa tidak aman (tidak terjamin yang kronis serta kegoncangan jiwa).<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> Asmaran As, Pengantar Studi Akhlak, Rajawali Pers, (Jakarta, 1992), h. 228

<sup>31</sup> Hamzah Ya'kub, Etika Islam, CV Diponegoro, (Bandung, 1996), h. 142

<sup>32</sup> *Ibid.*, h. 288.

### 3. Lanjut Usia

#### a. Pengertian Lanjut Usia

Lanjut usia merupakan suatu tahap akhir dalam rentang kehidupan manusia. Para ahli psikologi telah membagi tahap kehidupan manusia berdasarkan perkembangan fisik dan psikologisnya, sebagaimana yang dikemukakan oleh Chaplin.<sup>33</sup>Tentang tahap perkembangan manusia sebagai berikut:

- 1) Usia 0-1 tahun disebut masa bayi
- 2) Usia 1-12 tahun disebut masa kanak-kanak
- 3) Usia 12-21 tahun disebut masa remaja
- 4) Usia 21-65 tahun disebut masa dewasa
- 5) Usia 65 tahun ke atas disebut masa tua.

Perkembangan merupakan suatu proses yang berkesinambungan yang berlangsung sepanjang hayat manusia, mulai dari manusia baru lahir sampai berakhir pada masa lanjut usia. Tentang pengertian lanjut usia, para ahli psikologi berbeda-beda dalam menggambarannya, karena tidak ada pengertian yang tetap dalam mendefinisikannya. Akan tetapi secara umum ukuran ketuaan seseorang dapat dilihat dari 3 segi.<sup>34</sup>

- 1) Tua berdasarkan umur
- 2) Tua berdasarkan emosional, perasaan dan tingkah laku
- 3) Tua berdasarkan intelektual dan pola pikirnya.

<sup>33</sup>Chaplin, C.P. Ensiklopedi Psikologi. Terjemahan Kartini Kartono. (Bandung: Remaja Rosdakarya 1989)

<sup>34</sup>Wauran, M.H. Menikmati Kebahagiaan Masa Tua. Bandung: Indonesia Publishing House. (Jakarta: Gramedia pustaka, 1981)

Organisasi Kesehatan Sedunia (WHO) membagi lanjut usia berdasarkan batas umur sebagai berikut:<sup>35</sup>

- 1) Usia 45-60 tahun (*middle age*) disebut dengan setengah baya
- 2) Usia 60-75 tahun (*elderly*) disebut dengan lanjut usia wreda utama
- 3) Usia 75-90 tahun (*old*) disebut tua/wreda prawasana
- 4) Usia 90 tahun (*very old*) disebut wreda wasana.

Apabila melihat ketuaan seseorang dari segi emosional, perasaan dan tingkah lakunya, maka pengertian manusia lanjut usia sebagaimana yang diungkapkan Hurlock dapat disimpulkan sebagai manusia lanjut usia, yaitu seseorang yang telah beranjak jauh dari beberapa periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak jauh dari periode yang penuh dengan manfaat.<sup>36</sup>

#### b. Ciri-ciri Lanjut Usia

Seperti pada periode perkembangan manusia sebelumnya, usia lanjut juga mempunyai ciri-ciri sebagai tanda dari proses manusia. Hal ini dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang menyertai lanjut usia dari segi fisik, mental dan keberadaannya di tengah tengah lingkungan sosialnya.

Hal ini sebagaimana dikatakan Hurlock tentang manusia lanjut usia bahwa Ciri-ciri dari perubahan lanjut usia cenderung menuju dan membawa pada penyesuaian yang buruk daripada yang baik dan

<sup>35</sup> Supriadi, "Lanjut Usia Dan Permasalahannya."

<sup>36</sup> Hurlock, Elizabeth B.. Psikologi Perkembangan. Cetakan ke-5. (Jakarta: Erlangga,1997) h 34

menuju kesengsaraan daripada kebahagiaan.<sup>37</sup>Kemudian lebih lanjut, Hurlock mengelompokkan ciri-ciri manusia lanjut usia:

1) Adanya perubahan fisik pada usia lanjut

Perubahan fisik pada lanjut usia berbeda pada masing-masing individu walaupun usianya sama, tetapi pada umumnya perubahan fisik tersebut dapat digambarkan dengan beberapa perubahan antara lain:

- a) Perubahan pada penampilan, Perubahan penampilan pada manusia lanjut usia tidak muncul secara serempak, namun tanda-tanda seperti pada daerah kepala, dan tanda-tanda ketuaan pada wajah, perubahan-perubahan pada daerah tubuh dan perubahan pada persendian.
- b) Perubahan pada bagian tubuh, Perubahan pada bagian mempengaruhi sistem saraf yaitu pada bagian otak, sehingga perubahan ini mengakibatkan menurunnya kecepatan belajar dan menurunnya kemampuan intelektual.
- c) Perubahan pada fungsi fisiologis, dengan munculnya perubahan pada fungsi fisiologis ini, pada umumnya tingkat denyut nadi dan konsumsi oksigen lebih beragam, meningkatnya tekanan darah, berkurangnya kandungan creatine dan terjadinya penurunan jumlah waktu tidur. Karena beberapa perubahan tersebut, maka manusia lanjut usia mengalami kemunduran dari segi fisiknya.

---

<sup>37</sup> Hurlock, Elizabeth B. Psikologi Perkembangan..., h 20

- d) Perubahan pada panca indra, pada usia lanjut, fungsi seluruh organ pengindraan kurang mempunyai sensitivitas dan efisiensi kerja seperti kemunduran kemampuan kerja pada penglihatan, pendengaran, perasa, penciuman, perabaan dan sensitivitas pada rasa sakit.
- e) Perubahan seksual, Perubahan lanjut usia terlihat setelah berhentinya reproduksi, pada umumnya hal ini terjadi bila wanita memasuki usia lanjut dengan terjadinya menopause, dan klimaterik pada laki-laki.
- f) Perubahan kemampuan motorik pada usia lanjut, perubahan pada kemampuan motorik ini disebabkan oleh pengaruh fisik dan fisiologis, sehingga mengakibatkan merosotnya kekuatan dan tenaga dan dari segi psikologis munculnya perasaan rendah diri, kurangnya motivasi dan lainnya. Perubahan kemampuan motorik ini mempunyai pengaruh besar terhadap penyesuaian pribadi dan sosial pada manusia usia lanjut.
- g) Perubahan kemampuan mental pada usia lanjut, apabila ada kecenderungan negatif dari pendapat masyarakat terhadap perubahan-perubahan Manula, maka secara otomatis hal tersebut akan menimbulkan kemunduran kemampuan mental pada Manula tersebut.
- h) Perubahan minat pada usia lanjut, perubahan minat pada seseorang juga merupakan ciri-ciri memasuki usia lanjut,

karena perubahan minat orang pada seluruh tingkat usia berhubungan dengan keberhasilan penyesuaian mereka.

c. Bentuk Permasalahan

Banyak orang merasa khawatir dan takut menghadapi kehidupan di masa tua. Permasalahan-permasalahan pada Manula dipandang sebagai akibat dari perubahan-perubahan yang dialaminya yang menyertai proses penuaan dan reaksi terhadap perubahan tersebut juga beragam-ragam tergantung kepada kepribadian individu yang bersangkutan.

Kadangkala sebagian Manula dapat menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut dan mencoba untuk bersosialisasi tetapi di lain pihak banyak Manula yang mengatasi masalahnya dengan sangat buruk karena mereka merasa tidak mampu dan belum siap menghadapi datangnya masa ketuaan.

Secara umum ada beberapa bentuk permasalahan yang ada pada lansia, diantaranya:

1) Permasalahan pekerjaan

lanjut usia cenderung lebih lambat dalam melakukan tugas-tugas yang menuntut mempelajari hal-hal baru, akibatnya Manula merasa kurang dihargai dan tidak dibutuhkan dalam pekerjaan.

2) Permasalahan minat

Perubahan minat pada lanjut usia jelas mempengaruhi penyesuaian di lingkungan sosial karena dengan

menurunnya kemampuan fisik, mental dan social menjadikan Manula lebih cepat merasa apatis dan bosan dalam mencoba hal-hal yang baru.

### 3) Isolasi dan kesepian

Perubahan pada lanjut usia membuat mereka merasa terisolasi dari lingkungan sosial. Makin menurunnya kualitas intelektual menjadikan Manula sulit menyesuaikan diri dengan cara-cara berpikir dan gaya-gaya baru.

### 4) Disinhibition

Tidak bisa dalam mengendalikan perasaan dan kurang dapat mengekang diri dalam berbuat, sehingga hal-hal kecil yang seharusnya tidak perlu dipermasalahkan, tetapi bagi Manula dapat membangkitkan luapan emosi dan mungkin mereka bereaksi dengan ledakan kemarahan.

### 5) Perubahan suasana hati

Suasana hati dan perubahan pada beberapa aspek perilaku Manula. Hal ini terlihat pada perilaku yang bereaksi secara tiba-tiba dan tampak tidak beralasan, seperti ingin marah-marah, ingin menyendiri, dan lainnya.

### 6) Peranan iman

Menurunnya kemampuan fisik dan mental pada Manula memungkinkan mereka untuk tidak membenci dan merasa takut memandang hari akhir, karena usia lanjut memang merupakan masa dimana kesadaran beragama harus

ditingkatkan. Permasalahan ini muncul apabila lemahnya keimanan seseorang dalam menghadapi kematian sehingga menimbulkan rasa takut dan cemas dalam menghadapi kematian yang akan lebih meningkat pada usia lanjut.<sup>38</sup>

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perubahan fisik, mental dan sosial yang terjadi pada masa lanjut usia akan menimbulkan bentuk-bentuk permasalahan yang akhirnya mengakibatkan gangguan kesehatan jiwa pada Manula tersebut. Di samping kurangnya jaminan sosial yang memadai untuk memenuhi kebutuhan Manula, faktor kesepian saja sebenarnya cukup untuk menjelaskan sebagian besar penyebab terjadinya gangguan kesehatan jiwa yang diderita Manula.

#### d. Penyebab Permasalah

Menurut Schindler Penyakit fungsional yang disebabkan oleh usia lanjut mungkin saja sudah bermula pada usia lebih awal, tetapi dia cenderung timbul dengan pola-pola yang sama, karena picu emosional yang lazim terjadi di kalangan orang-orang usia tua adalah masalah ketidakpastian (dalam hal keuangan, kesehatan dan masa depan) kekhawatiran, kekecewaan, keputus asaan dan seterusnya.<sup>39</sup> Ada beberapa macam sebab timbulnya permasalahan pada Manula diantaranya:

##### 1) Ketidakpastian keuangan

<sup>38</sup>McGhie, Andre.. Penerapan Psikologi dalam Perawatan. Terjemahan Ika Pattinasarany. Cetakan ke-1. (Yogyakarta: Andi Offset,1996)

<sup>39</sup> Schindler, John A. Bagaimana Menikmati Hidup 365 Hari dalam Setahun Terjemahan Sahat Simamora. Cetakan ke-1. (Jakarta: Bumi Aksara.1992)

Sebagian besar manusia lanjut usia merasa tidak puas dalam hak perekonomian, karena secara pribadi mereka tidak dapat lagi menikmati keuangan dari hasil keringatnya sendiri.

2) Ketidakpastian pekerjaan atau tidak mendapat kesempatan kerja Tertutupnya kesempatan kerja bagi Manula di atas usia 45 tahun menjadikan Manula merasa menjadi orang yang tak berguna dan tidak dibutuhkan lagi dalam dunia kerja, karena profesi mereka telah digantikan oleh orang yang lebih muda walaupun sebenarnya dalam kemampuan intelektualnya ada Manula yang masih mampu memegang tanggung jawab dalam pekerjaannya.

3) Ketidakpastian karena keacuhan anak-anak

Dewasa ini anak-anak dari Manula sudah sangat terbiasa untuk hidup tanpa perasaan apapun dan tidak memperdulikan orangtua mereka, bahkan kadangkala bersikap tak mau tahu dengan kebutuhan orangtua mereka yang telah berusia lanjut.

4) Ketidakpastian karena keacuhan lingkungan

Secara umum, orang-orang di sekitar Manula, yaitu lingkungan masyarakat tempat tinggal Manula, menganggap bahwa Manula adalah seseorang yang tidak dapat lagi bersosialisasi dengan baik di lingkungan masyarakat, sehingga masyarakat pun cenderung kurang memperdulikan Manula di tengah lingkungan sosial tersebut.

5) Ketakutan terhadap kesehatan yang memburuk

Berkaitan dengan penyakit fungsional pada Manula, mengakibatkan Manula merasa selalu tidak sehat dan mereka selalu merasa khawatir akan digerogoti oleh berbagai macam penyakit yang akan melumpuhkan mereka.

6) Ketakutan terhadap kematian

Semakin lanjut usia seseorang, maka ia tidak hanya memikirkan bagaimana kehidupan sesudah kematian, tetapi mereka lebih memikirkan tentang kematian itu sendiri yang hampir dekat dengan mereka. Ketakutan tersebut mungkin disebabkan mereka belum siap dalam menghadapinya.

7) Kurangnya berzikir dan mengingat Allah SWT

Ketakutan Manula terhadap permasalahan yang mungkin muncul pada masa lanjut usia adalah salah satunya adalah karena kurangnya Manula berdzikir dan mengingat Allah SWT.

Demikianlah sebab-sebab yang seringkali timbul dan menjadi suatu permasalahan pada manusia lanjut usia, yang kadangkala dapat mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan bagi mereka.

## B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan judul penelitian ini, terdapat beberapa kajian yang telah dilakukan oleh peneliti lain yang relevan dengan penelitian ini. Oleh karena itu di bawah ini akan dikemukakan beberapa kajian yang pernah dilakukan oleh peneliti lain sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan berjudul Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia program studi ilmu keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan insan cendekia medika tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada lansia, kesamaan dari penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif dengan variabel X yaitu pengamalan dzikir, sedangkan perbedaan penelitian ini yaitu dalam analisis data, metode yang digunakan Setyani menggunakan analisis data product moment, hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pengamalan dzikir pada lansia.<sup>40</sup>
2. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Efita Sari 2018 dengan judul pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majelis dzakirin kamulan durenan trenggalek, dalam penelitian ini Ayu membahas pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa, dalam penelitian ini peneliti mengambil populasi sejumlah 250 dan sampel 60 orang data dalam penelitian ini penulis menggunakan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majelis dzikir

---

<sup>40</sup> Setyani, "Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi."

Trenggalek, terbukti dengan besarnya prosentasi ketenangan jiwa sebesar 6,5%. Persamaan dari penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif sedangkan perbedaan dari penelitian ini yaitu jumlah sampel yang digunakan<sup>41</sup>

3. Penelitian yang dilakukan Wuri Septi Purdian Sari 2021 dengan judul Dzikir Tarekat Naqsabandiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Tarekat Di Desa Rawajaya Kecamatan Tabir Selatan Kabupaten Merangin, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, peneliti mengambil sampel sebanyak 60 responden, data dalam penelitian ini didapat dengan angket. Hasil korelasi penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dzikir tarekat naqsabandiyah terhadap ketenangan jiwa pada jamaah tarekat Desa Rawa Jaya, dengan perolehan  $f$  hitung sebesar 14,78 seangkan  $f$  tabel pada taraf signifikan adalah 3,16. perbedaan dari penelitian ini yaitu subjek yang digunakan, dan kesamaan dari penelitian ini yaitu metode yang digunakan sama-sama kuantitatif.<sup>42</sup>
4. Penelitian yang dilakukan oleh suci setia ningsih 2019 dengan judul Pengaruh Terapi Meditasi Dzikir Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia, dalam penelitian ini suci membahas pengaruh meditasi dzikir dzikir terhadap tingkat stres pada lansia, dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel 20 orang data dalam penelitian ini penulis

---

<sup>41</sup> Kumala, Kusprayogi, And Nashori, "Efektivitas Pelatihan Dzikir Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Penderita Hipertensi."

<sup>42</sup>Sari, "Dzikir Tarekat Naqsabandiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Tarekat Di Desa Rawajaya Kecamatan Tabir Selatan Kabupaten Merangin."

menggunakan angket. Pada analisis data, peneliti menggunakan uji *t* (*t-test*) Hasil penelitian menunjukkan responden termasuk kriteria stres sedang sekitar 2 orang ( 10%) dan kriteria rendah sebanyak 18 orang (90%) dan hasil penelitian diketahui  $p = 0,015 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh pelaksanaan terapi meditasi dzikir terhadap tingkat stres pada lansia. Persamaan dari penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif sedangkan perbedaan dari penelitian ini yaitu jumlah sampel yang digunakan.<sup>43</sup>

5. Penelitian yang dilakukan oleh tamrin 2020 dengan judul Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Lansia Diabetes Di Wilayah Kerja Puskesmas Lebdosari, dalam penelitian ini tamrin membahas Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Lansia Diabetes Di Wilayah Kerja Puskesmas Lebdosari, dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel 36 orang data dalam penelitian ini penulis menggunakan angket. Pada analisis data, peneliti menggunakan metode *quasi experment* dengan disaign *pre tes* dan *pos-test without control group design*. Kemudian dianalisis menggunakan uji *paired t-test*. Hasil: Sebelum diberikan terapi dzikir rerata kadar gula darah sewaktu pada lansia diabetesi yaitu 176,25 mg/dl, sedangkan setelah diberikan terapi dzikir rerata kadar gula darah sewaktu pada lansia diabetesi 163,55mg/dl. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan bahwa nilai P value sebesar  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada penurunan kadar

<sup>43</sup> Sutioningsih Suci, "pengaruh terapi meditasi dzikir terhadap tingkat srtes pada lansia", 1( februari 2019), h 1

gula darah secara bermakna. Kesimpulan: Ada pengaruh terapi dzikir terhadap kadar gula darah pada lansia Diabetesi di Wilayah Kerja Puskesmas Lebdosari Semarang. Setelah mengetahui manfaat terapi dzikir diharapkan masyarakat dapat mengaplikasikan secara mandiri terutama bagi mereka yang terkena diabetes. Perbedaan dari peneliti yaitu variabel Y yang digunakan dan jumlah sampel, sedangkan persamaan yaitu variabel X.<sup>44</sup>

**Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian**

NO	Nama	Persamaan	Perbedaan
1	Setiyani (2021)	Penelitian yang dilakukan sama-sama menggunakan metode kuantitatif	Metode yang digunakan oleh setyani yaitu menggunakan analisis data product moment
2	Ayu Efitasari (2018)	Peneliti melakukan metode kuantitatif dan sama-sama membahas dzikir dan ketenangan jiwa	Jumlah sampel yang digunakan pada Penelitian ini berjumlah 60 orang sedangkan pada penelitian yang

<sup>44</sup> Tamrin, "Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Lansia Diabetes Di Wilayah Kerja Puskesmas Lebdosari," No. 1 (Januari 2020), Halaman 61 – 69

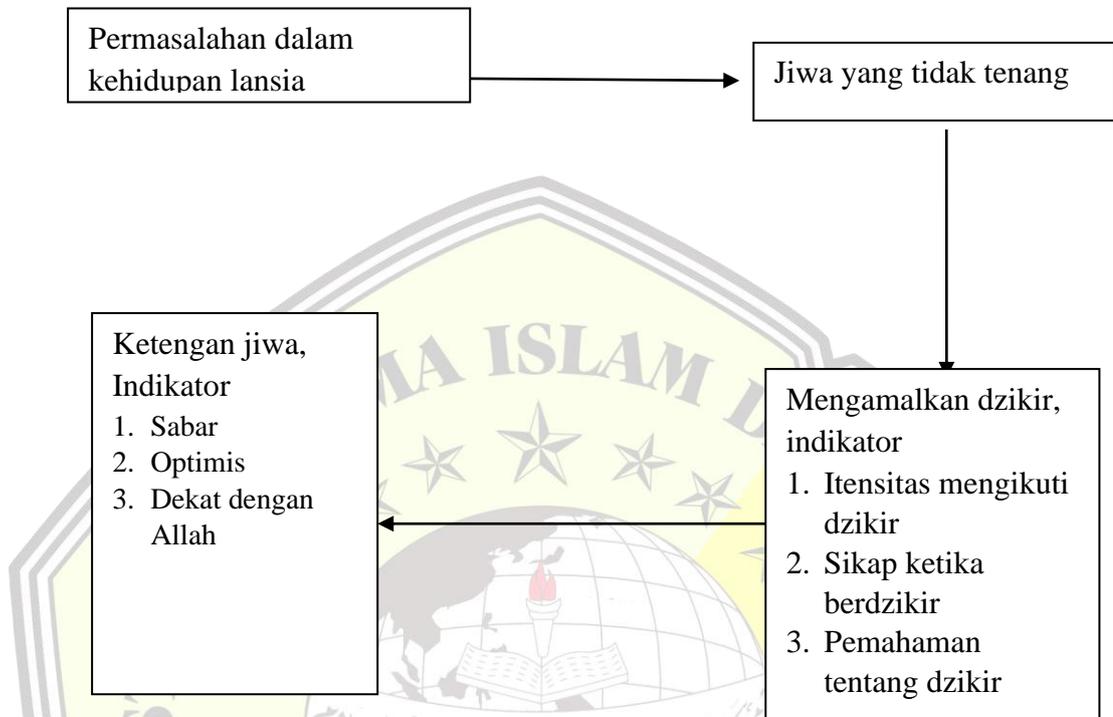
			dilakukan hanya mengambil 30 sampel
3	Wuri Septi Purdian Sari (2021)	Penelitian yang dilakukan sama-sama menggunakan metode kuantitatif	Penelitian yang dilakukan wuri dilaksanakan di jamaah tarekat sedangkan peneliti melakukan penelitian pada jam'ah lansia
4	Suci Setia Ningsih (2019)	Penelitian yang dilaksanakan sama-sama menggunakan metode kuantitatif	Pengambilan Sampel yang dilakukan suci sejumlah 20 orang sedangkan pada penelitian ini peneliti mengambil 30 sampel
5	Tamri (2020)	Penelitian sama-sama membahas mengenai dzikir	Penelitian yang dilakukan tamrin tentang pengaruh terapi dzikir

			<p>terhadap kadar gula sewaktu lansia sedangkan pada peneliti ini peneliti membahas pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia.</p>
--	--	--	--

### C. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan, peneliti akan menggambarkan hubungan konseptual antara dzikir dengan ketenangan jiwa pada lansia. Berikut peneliti melukiskan melalui skema gambar agar lebih jelas.

**Gambar 2.2 Kerangka Konseptual Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa.**



#### **D. Hipotesis**

Penelitian kuantitatif didalamnya terdapat hipotesis penelitian. Hipotesis merupakan suatu pernyataan, bukan pertanyaan yang mendeskripsikan arah hubungan variabel penelitian.<sup>45</sup> Hipotesis adalah suatu dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan-pernyataan untuk diuji kebenarannya.<sup>46</sup> Dalam suatu penelitian terdapat dua macam hipotesis yaitu hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_o$ ). Hipotesis alternatif

<sup>45</sup> Wayan Ardhana, et. all, Penelitian Pendidikan. (Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP, 1998),

<sup>46</sup> Tulus Winarsunu, Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2006), hlm. 9

adalah hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara independent variable (x) dan dependent variable (y).<sup>47</sup>

Berdasarkan kerangka konseptual diatas bahwa hipotesis atau dugaan sementara dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ): Pengamalan dzikir mempunyai pengaruh terhadap ketenangan jiwa pada lansia
2. Hipotesis Nol ( $H_o$ ): Pengamalan dzikir tidak mempunyai pengaruh terhadap ketenangan jiwa pada lansia.



---

<sup>47</sup> Ahmad Tanzeh, Pengantar Metode Penelitian, (Yogyakarta: Sukses Offset, 2009), hlm. 45

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Sugiono menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada positese, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel biasanya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisa data bersifat kuantitatif/ statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>48</sup>

Dalam proposal ini penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis deskriptif, karena data yang penulis ambil dalam bentuk angka lalu diproses secara statistik, dan di deskripsikan secara deduktif yang berangkat dari teori-teori umum, lalu dengan observasi untuk menguji validitas keberlakuan teori tersebut ditariklah kesimpulan. Kemudian dijabarkan secara deskriptif, karena hasilnya akan penulis arahkan untuk mendiskripsikan data yang diperoleh dan untuk menjawab rumusan masalah.

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan mulai dari 17 Maret 2023. Adapun Lokasi pada penelitian ini, berada di Dusun Blokagung Desa Karangdoro.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **a. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh

---

<sup>48</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, (Alfabeta, Bandung:, 2010), h. 13.

peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan.<sup>49</sup> Arikunto menyatakan bahwa populasi dirumuskan sebagai semua kelompok orang, kejadian atau objek yang telah dirumuskan secara jelas.<sup>50</sup> Sedangkan menurut Ahmad Tanzeh populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.<sup>51</sup>

Dari pengertian tersebut, penulis menyimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan responden yang menjadi sasaran peneliti. Berdasarkan pernyataan tersebut maka dalam penelitian ini diperlukan populasi yang akan digunakan sumber data dalam penelitian. Oleh karena itu, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah 70 orang di jam'iyah azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro yang memiliki kriteria sesuai dengan ketentuan penulis.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu<sup>52</sup>.

Berdasarkan pernyataan diatas, maka peneliti menggunakan metode purposive sampling sebagai penentu sampel, Purposive sampling yaitu pengambilan sampel dengan sengaja dengan persyaratan sampel yang

---

<sup>49</sup> Sugiyono, ..., h. 80

<sup>50</sup> Ibid., hlm. 130

<sup>51</sup> Ahmad Tanzeh, Metodologi Penelitian....., hlm. 133.

<sup>52</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D, Alfabeta, Bandung..., hlm. 81

diperlukan dan memiliki kriteria, ciri-ciri, serta karakteristik yang sama dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti<sup>53</sup> diantaranya:

- 1) Usia 60 sampai 70 tahun (*elderly*)
- 2) Anggota jam'iyah Azzakiyah
- 3) Warga Dusun Blokagung

Cara ini digunakan dengan menentukan kriteria subjek. Pada penelitian ini penulis mengambil sampel 30 lansia.<sup>54</sup>

#### **D. Teknik Pengambilan Sampel**

Penelitian menggunakan purposive sampling. Adapun jumlah objek pada penelitian ini mengambil sebanyak 30 subjek. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu pengamalan dzikir, penelitian ini untuk mengukur kadar pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia.

#### **E. Data dan Sumber Data**

Pada penelitian ini peneliti melakukan beberapa tehnik untuk mendukung berjalannya penelitian di Dusun Blokagung Desa Karangdoro. Adapun teknik yang dilakukan pada penelitian ini seperti halnya di dengan melakukan observasi untuk mengetahui keadaan lapangan yang akan diteliti, dan penyebaran angket kepada para lansia yang mengikuti pengajian.

##### **1. Data Primer**

Data primer yaitu sebuah jenis data yang dikumpulkan oleh peneliti secara langsung.<sup>55</sup> Adapun data primer yang digunakan oleh peneliti yakni.

<sup>53</sup> Sugiyono, Metode Penelitian .....,2010,h.85

<sup>54</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif..., h.91

<sup>55</sup> Ajat Rukajat, Pendekatan Penelitian Kuantitatif: Quantitative Research Approach (Deepublish, 2018).

a) Angket/ kuisisioner.

Angket atau kuisisioner merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan cara memberikan pernyataan/pertanyaan kepada responden/objek penelitian.

b) Wawancara

Observasi/wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan melakukan wawancara kepada pihak terkait dengan penelitian ini.

2. Data Sekunder

Data sekunder yaitu meliputi sebuah buku, jurnal, web, dan data sekunder relatif mudah didapat dari primer. Akan tetapi untuk fakta yang terkadang tidak demikian, bisa saja suatu data sekunder yang tidak tersimpan dengan baik, hilang sedikit tapi fatal, atau sulit di dapatkan.

**F. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian yang dilakukan metode pengumpulan data menggunakan kuisisioner. Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk jawabannya<sup>56</sup>. Penelit pengadaptasi dari penelitian terdahulu yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas. Dalam skala dzikir dan skala ketenangan jiwa dari penelitian yang telah dilakukan oleh Aushafi ini menggunakan skala likert dari 1 sampai 4.

---

<sup>56</sup> Sugiyono, op. cit. h. 199

## G. Variabel Penelitian

### 1. Variabel penelitian

Variabel (X) adalah variabel bebas pada penelitian ini adalah pengamalan dzikir, pengamalan dzikir merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara terus menerus yang menjadi rutinitas setiap hari. Sedangkan variabel (Y) adalah ketenangan jiwa. Ketenangan jiwa merupakan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal.

### 2. Indikator Variabel

Indikator Variabel adalah yang dipecahkan menjadi katagori-katagori data yang harus dikumpulkan oleh peneliti. Adapun indikator variabel dalam penelitian ini adalah:

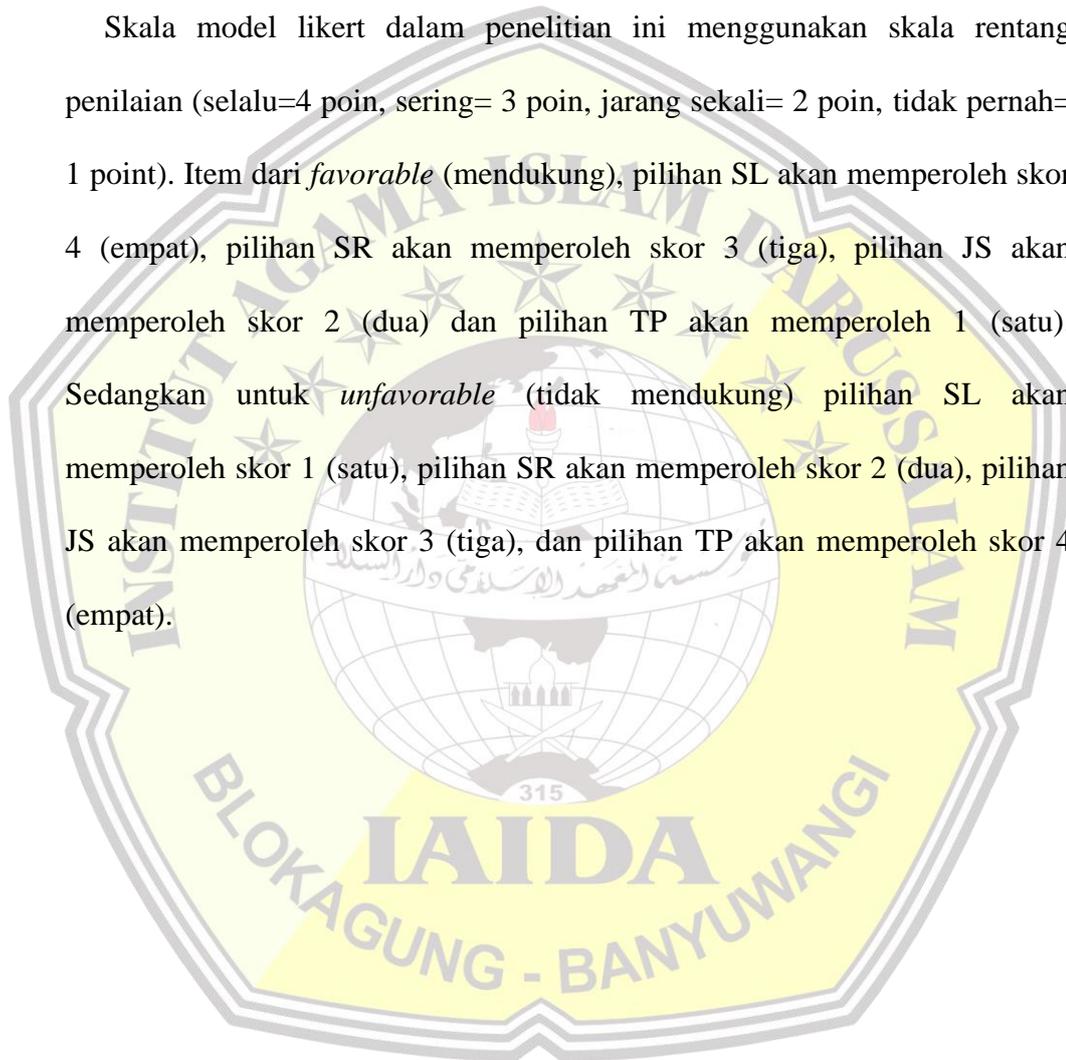
**Tabel 3.1 Indikator Variabel**

Variabel	Indikator
Pengamalan dzikir (X)	Menurut dalam buku shalat samudra hikmah ada 3 indikator pengamalan dzikir <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Intensitas mengikuti dzikir</li> <li>2. Sikap mengikuti dzikir</li> <li>3. Pemahaman tentang dzikir</li> </ol>
Ketenangan jiwa (Y)	Menurut Imam Gozali dalam syarah arba'in nawawi indikator dari ketenangan jiwa diantaranya: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sabar</li> <li>2. Optimis</li> <li>3. Dekat dengan Allah</li> </ol>

## H. Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengambilan data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini berupa pertanyaan atau pernyataan, dalam pengukuran sikap diukur dengan menggunakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat tentang fenomena sosial.

Skala model likert dalam penelitian ini menggunakan skala rentang penilaian (selalu=4 poin, sering= 3 poin, jarang sekali= 2 poin, tidak pernah= 1 point). Item dari *favorable* (mendukung), pilihan SL akan memperoleh skor 4 (empat), pilihan SR akan memperoleh skor 3 (tiga), pilihan JS akan memperoleh skor 2 (dua) dan pilihan TP akan memperoleh 1 (satu). Sedangkan untuk *unfavorable* (tidak mendukung) pilihan SL akan memperoleh skor 1 (satu), pilihan SR akan memperoleh skor 2 (dua), pilihan JS akan memperoleh skor 3 (tiga), dan pilihan TP akan memperoleh skor 4 (empat).



Tabel 3.2 Blueprint tryout skala Dzikir<sup>57</sup>

No	Indikator	Butir Soal		Jumlah Item
		No.Item favourable	No.Item unfavourable	
1	Intensitas mengikuti dzikir	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10	5	10
2	Sikap mengikuti dzikir	13, 15, 18, 20	11, 12, 14, 16, 17, 19	10
3	Pemahaman tentang makna dzikir	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	-	10
	Jumlah	23	7	30

<sup>57</sup> Faisal Aushafi, "Pengaruh terapi dzikir terhadap ketenangan jiwa pedagang pasar johar pasca kebakaran" (Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2017).

Tabel 3.3 Blueprint tryout skala ketenangan jiwa<sup>58</sup>

No	Indikator	Butir soal		Jumlah item
		No.Item Favorable	No.Item Unfavora	
1	U Sabar	33, 34	31, 32, 35, 36, 37, 38, 39, 40,	10
2	Optimis	42, 43, 45, 47, 48	41, 44, 46, 49, 50	10
3	Merasa dekat dengan Allah	51, 52, 54, 55, 57, 58, 59,	53, 56, 60	10
	Jumlah	12	18	30

## a. Uji Validitas

Menurut Arikunto, validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahan suatu instrument. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat

<sup>58</sup> Faisal Aushafi, "Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pedagang Pasar Johar Pasca Kebakaran" (Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2017).

mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud.<sup>59</sup> Pada penelitian yang saya lakukan saya menggunakan adaptasi dari penelitian terdahulu, Validitas aitem variabel dzikir dan ketenangan jiwa mempunyai nilai  $r$  hitung (*pearson correlation*) lebih besar dari  $r$  tabel (0,235).

Adapun hasil dari semua butir soal variabel (X) Dzikir dari soal nomor 1 sampai dengan 30 valid semua instrumen (X) dzikir adalah valid dan semua instrumen variabel (Y) ketenangan jiwa adalah valid.<sup>60</sup>

**Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Angket Dzikir<sup>61</sup>**

No.	Soal	Nilai	Nilai Acuan	Status
1.	S - 01	0,407	0,235	Valid
2.	S - 02	0,468	0,235	Valid
3.	S - 03	0,561	0,235	Valid

<sup>59</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 160.

<sup>60</sup> Faisal Aushafi, "Pengaruh terapi dzikir terhadap ketenangan jiwa pedagang pasar johar pasca kebakaran" (Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2017).

<sup>61</sup> Aushafi.

4.	S - 04	0,382	0,235	Valid
5.	S - 05	0,587	0,235	Valid
6.	S - 06	0,407	0,235	Valid
7.	S - 07	0,399	0,235	Valid
8.	S - 05	0,549	0,235	Valid
9.	S - 09	0,505	0,235	Valid
10.	S - 10	0,398	0,235	Valid
11.	S - 11	0,383	0,235	Valid
12.	S - 12	0,468	0,235	Valid
13.	S - 13	0,505	0,235	Valid
14.	S - 14	0,468	0,235	Valid
15.	S - 15	0,399	0,235	Valid
16.	S - 16	0,407	0,235	Valid
17.	S - 17	0,561	0,235	Valid
18.	S - 18	0,36	0,235	Valid
19.	S - 19	0,36	0,235	Valid
20.	S - 20	0,587	0,235	Valid
21.	S - 21	0,468	0,235	Valid
22.	S - 22	0,36	0,235	Valid
23.	S - 23	0,575	0,235	Valid
24.	S - 24	0,391	0,235	Valid
25.	S - 25	0,584	0,235	Valid
26.	S - 26	0,407	0,235	Valid

27.	S - 27	0,468	0,235	Valid
28.	S - 28	0,54	0,235	Valid
29.	S - 29	0,296	0,235	Valid
30.	S - 30	0,503	0,235	Valid

**Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Angket Ketenangan Jiwa<sup>62</sup>**

No.	Soal	Nilai	Nilai Acuan	Status
1	S - 01	0,404	0,235	Valid
2	S - 02	0,452	0,235	Valid
3	S - 03	0,482	0,235	Valid
4	S - 04	0,358	0,235	Valid
5	S - 05	0,549	0,235	Valid
6	S - 06	0,457	0,235	Valid
7	S - 07	0,518	0,235	Valid
8	S - 08	0,482	0,235	Valid
9	S - 09	0,478	0,235	Valid
10	S - 10	0,446	0,235	Valid
11	S - 11	0,367	0,235	Valid
12	S - 12	0,452	0,235	Valid
13	S - 13	0,478	0,235	Valid

<sup>62</sup> Aushafi.

14	S - 14	0,452	0,235	Valid
15	S - 15	0,493	0,235	Valid
16	S - 16	0,358	0,235	Valid
17	S - 17	0,550	0,235	Valid
18	S - 18	0,405	0,235	Valid
19	S - 19	0,425	0,235	Valid
20	S - 20	0,565	0,235	Valid
21	S - 21	0,475	0,235	Valid
22	S - 22	0,422	0,235	Valid
23	S - 23	0,540	0,235	Valid
24	S - 24	0,418	0,235	Valid
25	S - 25	0,402	0,235	Valid
26	S - 26	0,405	0,235	Valid
27	S - 27	0,402	0,235	Valid
28	S - 28	0,405	0,235	Valid
29	S - 29	0,493	0,235	Valid
30	S - 30	0,493	0,235	Valid

#### b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Jika nilai  $\alpha > 0,7$  artinya reabilitasnya mencukupi, dan jika  $\alpha > 0,80$  maka mensugestikan seluruh item variabel dan seluruh tes konsisten secara internal, karena memiliki reliabilitas yang kuat.

Tabel 3.6 Reliability Statistics<sup>63</sup>

Cronbach's Alpha	N of Items
,934	60

Dari tabel tersebut bahwa nilai alpha cronbach senilai 0,934 sehingga interpretasi reliabilitas kedua instrumen tersebut sangat tinggi. Dari hasil adaptasi pada penelitian terdahulu menjabarkan bahwasanya item-item angket dzikir terhadap ketenangan jiwa dapat dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.<sup>64</sup>

#### J. Analisis Data

Analisis data bertujuan untuk memahami apa yang ada dan terjadi di suatu kelompok data, meringkas menjadi sesuatu yang baru, serta menemukan pola umum yang timbul dari data tersebut.<sup>65</sup>

##### a. Uji asumsi

##### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi, variabel dependen dan independen atau keduanya memiliki distribusi normal atau tidak.

Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Pedoman yang digunakan melihat normal

<sup>63</sup> Aushafi.

<sup>64</sup> Aushafi.

<sup>65</sup> A. Hamzah dan L. Susanti Metode Penelitian, 98

tidaknya sebaran adalah jika signifikansi  $> 0,05$  maka data dikatakan normal, sedangkan jika signifikansi  $< 0,05$  maka data tidak dikatakan normal.<sup>66</sup>

## 2) Uji linieritas

Dalam penelitian ini menggunakan statistik parametrik dengan rumus Analisis Regresi Linear Sederhana, yang digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen apakah positif atau negative, dan untuk memprediksi nilai dependen jika nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan.

### b. Analisis Regresi Linier Sederhana

Menurut Sugiyono “regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional maupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen”. Persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

$Y$  : Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

$X$  : Variabel Independen

$a$  : Konstanta (nilai  $Y$  apabila  $X = 0$ )

$b$  : Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

<sup>66</sup> Sugiyono, Metode Penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&D

Pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS. Kriteria pengujian, adapun kriteria pengujiannya yaitu jika  $f_{hitung} > f_{tabel}$ , maka data tersebut terdapat pengaruh yang signifikan dan sebaliknya, jika  $f_{hitung} < f_{tabel}$  maka tidak ada pengaruh yang signifikan.

### 1) Uji Hipotesis (Uji t)

Uji hipotesis (Uji t) digunakan untuk mengetahui apakah koefisien regresi signifikan atau tidak pada masing-masing variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Langkah-langkah untuk uji hipotesis adalah sebagai berikut:

#### (a) Hipotesis

$H_a$  : Ada pengaruh antara pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada orolansia di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangd

$H_a$  : Tidak ada pengaruh antara pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karandoro

#### (b) Menentukan taraf signifikan

Menentukan taraf signifikan dengan ketentuan  $\alpha = 5\%$  atau 0,05. Jika signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_a$  diterima, dan sebaliknya jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_o$  ditolak

#### (c) Kaidah Pengujian Hipotesis

(1) Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , maka  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima, hal ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh

antara pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah zzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro

(2) Jika  $t$  hitung  $<$  tabel, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, hal ini menyatakan bahwa tidak dapat pengaruh antara pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro

## 2) Uji koefisiensi korelasi

Koefisiensi korelasi adalah bilangan yang menyatakan kekuatan hubungan antara dua variabel atau lebih atau juga dapat menentukan arah kedua variabel. Untuk kekuatan hubungan, nilai koefisiensi korelasi berada di antara -1 dan 1, sedangkan untuk arah dinyatakan dalam bentuk positif (+) dan negatif (-), berdasarkan kriteria korelasi oleh colton, nilai korelasi antara 0,5-0,75 bermakna korelasikuat.

## 3) Analisis koefisien Determinasi ( Uji $R^2$ )

Koefisien determinan adalah ( Uji  $R^2$ ) adalah angka untuk menyatakan atau digunakan untuk mengetahui kontribusi atau sambungan yang diberikan oleh sebuah variabel atau lebih X (bebas) terhadap variabel Y (terikat)

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Deskripsi Umum

##### 1. Lokasi Penelitian

Keadaan Wilayah dan Geografi Desa Karangdoro merupakan salah satu desa yang ada di daerah kecamatan Tegalsari dan merupakan wilayah kabupaten Banyuwangi.

Desa Karangdoro Berdasarkan data profil Desa Karangdoro Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi pada tahun 2023 jumlah penduduk Desa Karangdoro sebanyak 11.390 jiwa, yang terdiri dari 2.718 kepala keluarga, dengan perincian 5.616 laki – laki dan 5.774 perempuan.<sup>67</sup> Berdasarkan penelitian dan informasi yang diperoleh bahwasanya desa Karangdoro terdiri dari tiga dusun yaitu Blokagung, Karangdoro, Sumber agung

Jami'iyah manaqib Azzakiyah adalah salah satu jami'iyah yang berlokasi di Dusun Blokagung Desa Karangdoro kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. Jami'iyah Azzakiyah berjumlah 70 orang menurut data dari ketua jami'iyah. Dari jumlah 70 jma'ah yang memiliki kreteria sesuai yang ditentukan dengan porposiv sampling hanya 30 lansia.

Dalam proses penyebaran angket peneliti meminta bantuan dari orang lain untuk menyebarkan pada jam'iyah azzakiyah, proses penyebaran angket ini membutuhkan waktu dua minggu

---

<sup>67</sup>[https://www.banyuwangikab.go.id/pemerintahan/desa/23\(April](https://www.banyuwangikab.go.id/pemerintahan/desa/23(April), 2023) pada tanggal 30 Mei 2023 pukul 21.30

Adapun latar belakang pekerjaan para lansia bervariasi diantaranya: pensiunan, pedagang, petani, dan buruh tidak tetap. Keterangan ini diperoleh dari wawancara dengan ketua jami'iyah. Kegiatan Jam'iyah Azzakiyah dilakukan setiap 1 minggu sekali pada malam Rabu yang dilaksanakan bergilir di rumah-rumah di pimpin oleh salah satu ibu nyai kemudian di tambah dengan siraman rohani seperti tausiyah.

a. Visi Dan Misi Jami'iyah Az-zakiyah

Agar Jam'iyah Azzakiyah ini lebih terarah, maka jam'iyah Azzakiyah memiliki tujuan untuk membekali para jamaah lansia tentang pengetahuan keagamaan agar bisa menjadi contoh untuk generasi Islam yang dapat diandalkan.

1) Visi

“Menjadikan umat Islam dan kaum lansia mampu memahami dan mengamalkan ajaran agama”

2) Misi

1) Memberikan pemahaman yang lebih mudah tentang ilmu agama bagi kaum lansia

2) Mengedepankan rasa persaudaraan sesama umat Islam.

3) Menanamkan pada di jamaah agar dapat mengamalkan tata cara beribadah yang baik dan benar.<sup>68</sup>

<sup>68</sup> Ibu Hj Rodiyah, ketua jam'iyah Azzakiyah wawancara pada tanggal 14 Maret 2023, pada pukul 15.00 WIB.

b. Program Kegiatan Jam'iyah Azzakiyah:

Ada beberapa kegiatan yang dilakukan, Pengajian rutin satu minggu satu kali yang dilaksanakan setiap malam rabu

- 1) Melaksanakan ta'ziah ketika ada yang meninggal
- 2) Memberikan santunan berupa iuran uang terhadap keluarga yang ditinggalkan
- 3) Pelatihan merawat jenazah
- 4) Penggalangan dana untuk santunan anak yatim

2. Karakteristik Responden

**4.1 Tabel karakteristi responden dalam usia**

NO	NAMA RISPONDEN	UMUR	PEKERJAAN	ALAMAT
1	HJ. MAHMUDAH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
2	HJ. SALAMAH	62	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
3	HJ. ASMA'	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
4	HJ. SANGADAH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
5	HJ. ROSIDAH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
6	HJ. PAINEM	62	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
7	HJ. TASLIMAH	62	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
8	ZAINATUN	60	PETANI	BLOKAGUNG
9	HJ. PAINEM	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
10	NUROYATI	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG

11	PARIYEM	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
12	HATIPAH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
13	HJ. YATINI	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
14	HJ. SURAMI	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
15	WARGIYANTI	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
16	HJ. SUPINGAH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
16	HJ. KARMI	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
17	WARYANI	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
18	HJ. RIMBIYATI	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
19	HJ. BARIROH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
20	MUNAWAROH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
21	HJ. AMINAH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
22	ZUMAROH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
23	JUARTI	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
24	HJ. MURSIDAH	62	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
25	MURSANAH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
27	HJ. SURTINAH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
28	HJ. ZURRO	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
29	YASRIYAH	61	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG
30	MUTMAINAH	60	IBU RUMAH TANGGA	BLOKAGUNG

## B. Hasil Analisis Data

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan berupa data yang berdistribusi normal atau tidak. Untuk melakukan uji normalitas ini dengan menggunakan program SPSS v.23 *for windows* yang ditunjukkan pada nilai *Sig.* di bagian *Kolmogrov-Smirnov* dalam tabel *Test of Normality* dengan kriteria data bahwa data dikatakan normal jika skor signifikansi (*sig.*) > taraf signifikansi ( $\alpha$ ) yaitu 0,05. Berikut hasilnya:

**Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas *One-Sample Kolmogrov-Smirnov***

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.68271911
Most Extreme Differences	Absolute	.107
	Positive	.086
	Negative	-.107
Test Statistic		.107
Asymp. Sig. (2-tailed)		.066 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel output SPSS tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi *Asymp.Sig* (2-tailed) sebesar 0,066 lebih besar dari 0,05

maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas kolmogorov-smirnov di atas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan persyaratan normalitas dalam model regresi sudah terpenuhi.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas ini digunakan untuk menguji apakah hubungan antara variabel independent dengan variabel dependent bersifat linier atau tidak. Dalam uji linieritas ini dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi (sig.) dengan 0,05:

- a) Jika nilai *deviation from linearity* Sig. > 0,05 maka hubungan yang linear secara signifikansi antara variable independent dengan variabel dependent
- b) Jika nilai *deviation from linearity* Sig. < 0,05 maka tidak ada hubungan yang linear secara signifikansi antara variable independent dengan variabel dependent



Tabel 4.3 Hasil Uji Linieritas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KETENANGAN JIWA*	Between Groups	(Combined)	2.554.133	19	134.428	57.612	.000
		Linearity	2.501.170	1	2.501.170	1.071.930	.000
		Deviation from Linearity	52.963	18	2.942	1.261	.363
PENGAMALAN DZIKIR	Within Groups	23.333	10	2.333			
Total			2.577.467	29			

Berdasarkan nilai signifikan dari output di atas, di peroleh nilai Deviation from Linierity Sig. adalah 0,363 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh linier secara signifikan antara pengaruh pengamalan dzikir (X) dengan ketenangan jiwa (Y).

Paparan diatas memberikan sebuah keterangan pada penelitian ini bahwasanya, penganamalan dzikir yang selalu dilakukan oleh para lansia itu dapat menjadi sebuah pengantar dalam menuju ketenangan jiwa para lansia jam'iyah azzakiyah yang dijadikan objek peneliti.

Untuk meuktikan adanya pengaruh dari pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia dapat dibuktikan kembalikan kembali dengan data hasil pengujian regresi sederhana serta hipotesis sebagai berikut.

### 3. Analisa Regresi Linier Sederhana

**Tabel 4.4 Hasil persamaan regresi linier sederhana**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	38.336	7.776		4.930	.000
	Pengamalan Dzikir	.590	.088	.625	6.690	.000

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

a = Angka konstan dari tabel *Ustandardized Coefficient*. Dalam hal ini memiliki nilai sebesar 38.336. Angka ini merupakan angka konstan yang memiliki arti bahwa nilai ketenangan jiwa tanpa kehadiran variabel independen yaitu pengamalan dzikir

b = *Ustandardized Coefficient Pengamalan Dzikir (X)* Sebesar -0,590 Yang menunjukkan bahwa setiap 1% pengamalan dzikir akan menurun - 0,590

Standar eror (*constant*) sebesar 7.776 yang merupakan penyimpangan dari konstanta yang ada dalam model persamaan regresi standar eror pengamalan dzikir (X) sebesar 0,088 yang menunjukkan penyimpangan koefisien regresi variabel pengamalan dzikir (X). Semakin kecil penyimpangan dalam koefisiensi regresi, maka akan tidak berarti kontribusi variabel tersebut terhadap variabel tergantungnya.

4. Uji Koefisiensi Determinasi ( $R^2$ )**Tabel 4.5 Hasil Uji Koefisiensi Determinasi ( $R^2$ )****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.813 <sup>a</sup>	.661	.629	1.65072

a. Predictors: (Constant), PENGAMALAN DZIKIR

Dari Hasil output diatas dapat diketahui bahwa nilai R square sebesar 0,661. Niali ini mengandunga arti bahwa pengaruh pengamalan dzikir (X) terhadap ketenangan jiwa pada lansia (X) sebesar 66,1% sedangkan 33,9% dipengaruhi oleh Variabel lain yang tidak diteliti.

## 5. Uji t

**Tabel 4.6 Hasil Uji t****Coefficients<sup>a</sup>**

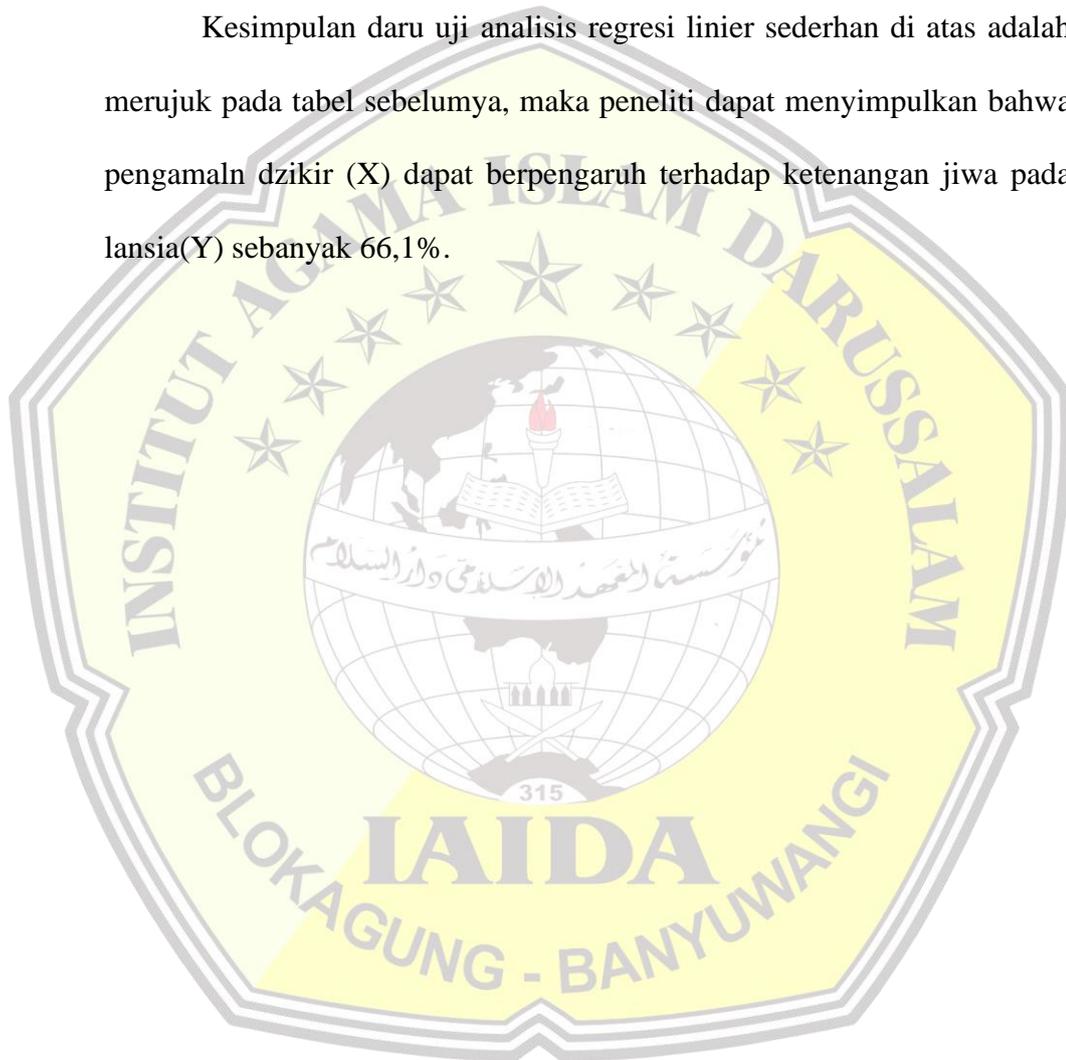
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	38.336	7.776		4.930	.000
Pengamalan Dzikir	.590	.088	.625	6.690	.000

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

Sumber: data skunder diolah 2023

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa variabel pengamalan dzikir (X) memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 maka  $p < 0,000 < 0,05$ . Hal ini memberikan jawaban bahwa ada pengaruh antara pengamaln dzikir terhadap ketenanga jiwa pada lansia di jam'iyah azzakiyah ( $H_a$ ) Diterima.

Kesimpulan daru uji analisis regresi linier sederhana di atas adalah merujuk pada tabel sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pengamaln dzikir (X) dapat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa pada lansia(Y) sebanyak 66,1%.



## BAB V

### PEMBAHASAN

Setelah dilakukannya penelitian peneliti telah menemukan manfaat dari pengamalan dzikir, selanjutnya hasil penelitian dapat dianalisis pada bab lima. Tujuan dari analisis pada bab lima ini yaitu untuk menjawab tujuan dari penelitian pengaruh pengamalan dzikir di jam'iyah Azzakiyah pada lansia di dusun Blokagung Desa Karangdoro untuk mengetahui tujuan adanya pengaruh pengamalan dzikir pada lansia.

Adapun data diperoleh dari jumlah lansia yang ada di jama'ah manaqib azzakiyah yang berjumlah 30 lansia. Dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dari jumlah populasi 30 jama'ah. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian yaitu, wawancara, dan angket. Hasil jawaban angket dari responden akan dihitung serta akan di uji asumsi data seperti uji normalitas dan uji regresi linier sederhana.

Dari hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengamalan dzikir (X) dan ketenangan jiwa (Y) berdistribusi normal. Karna hasil dari perhitungan pengamalan dzikir (X) pada tabel *One-Sample Kolmogorof-Smirnov Test* sebesar  $0,066 > 0,05$ . Sehingga pengamalan dzikir dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap ketenangan jiwa pada lansia.

Hasil uji data selanjutnya yaitu hasil dari output uji koefisien determinasi dapat diketahui bahwa nilai R square sebesar 66,1% hal ini menunjukkan bahwa pengaruh pengamalan dzikir (X) berpengaruh sebanyak 66,1% terhadap ketenangan jiwa pada lansia (Y), sedangkan 33,9% di pengaruhi oleh variabel lain

yang tidak diteliti. Ada beberapa responden yang melakukan pengamalan dzikir dengan baik dan ada pula yang kurang bisa berdzikir, dan tidak jarang ada yang mengeluh kram pada kaki dan pinggang. Alasan ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari Suci Setia Ningsih dengan judul pengaruh terapi meditasi dzikir terhadap tingkat stres pada lansia. Kurangnya konsentrasi dalam memfokuskan perhatian ketika saat berdzikir, hal ini menyebabkan terjadinya perbedaan penurunan tingkat stres pada lansia antara satu dengan yang lainnya.<sup>69</sup> Tetapi ada juga yang semangat mengikuti jam'iyah, karena memang dari mereka yang khusuk beribadah. Serta selalu aktif mengikuti jam'iyah. Hal inilah yang membuat tingkat stres berbeda.

Hasil ini diperkuat dengan uji hipotesis (Uji t) pada tabel sebelumnya telah sebutkan bahwa, variabel pengamalan dzikir (X) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 maka  $p < 0,05$  yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro. Pembahasan penghitungan mengenai pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia menggunakan hasil dari penghitungan melalui SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) for windows 22 yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara pengaruh pengamalan dzikir (X) terhadap ketenangan jiwa pada lansia (Y).

Dari hasil penelitian diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wuri Septi Purdian Sari 2021 dengan judul Dzikir tarekat naqsabandiyah dan pengaruhnya terhadap ketenangan jiwa pada jam'ah tarekat,

---

<sup>69</sup> Sutiarningsih Suci, "Pengaruh Terapi Meditasi Dzikir Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia", 1 (Februari 2019), H 1

bahwasanya ada pengaruh terhadap ketenangan jiwa pada jam'ah.<sup>70</sup> Dalam buku shalat samudra hikmah memaparkan bahwa sejatinya shalat itu berisi ucapan dan gerakan tubuh yang berdzikir kepada Allah, dimana dzikir itu dapat menyebabkan hati menjadi tenang.<sup>71</sup> Jika hati senantiasa tenang dan bersih, niscaya seseorang akan terhindar dari penyakit hati seperti halnya iri hati, munafi', riya', sum'ah dan penyakit hati lainnya. Demikian pula jika hati seseorang tenang dan stabil, maka ia akan terhindar dari berbagai gangguan dan penyakit kejiwaan seperti rasa takut yang berlebihan, depresi, stress dan berbagai kejiwaan lainnya. Seperti dawoh nya ibu Ny. Hj Handariatul Masruroh yaitu senjata paling ampuh untuk menghilangkan kesedih, yaitu membaca sholawat dan istigfar.<sup>72</sup>

Kesedihan akan hilang jika kita dapat mensucikan hati dalam pandangan imam gozali bersuci itu tidak hanya sebatas anggota badan tetapi juga mensucikan hati. Karena itu pula imam Al-gozali membagi bersuci dalam empat tingkatan<sup>73</sup>, yaitu, (1) mensucikan badan dari hadats, hal ini dilakukan dengan berwudhu, (2) mensucikan diri dari berbagai dosa, hal ini dilakukan dengan melakukan taubat, (3) mensucikan hati dari akhlak buruk, hal ini dilakukan dengan mengosongkan golbu dari sifat-sifat tercela, (4) mensucikan siri (lubuk hati) dari mengingat selain Allah, hal ini di capai dengan dzikir kepada Allah.

Dzikir mampu dijadikan strategi dalam mengurangi stress atau dalam pengertian yang lain tingkat frekwensi dzikir yang bagus mampu memberikan ketenangan jiwa secara signifikan. Terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh Wa Ode Sri Asnaniar bahwa bacaan dzikir mampu menenangkan, membangkitkan

<sup>70</sup> Sari, "Dzikir Tarekat Naqsabandiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Tarekat Di Desa Rawajaya Kecamatan Tabir Selatan Kabupaten Merangin."

<sup>71</sup> Le-Suth Saiful Hadi, Shalat Samudra Hikmah, (Jakarta Selatan: Kawah Media 2016) 51

<sup>72</sup> Pengajian Selasa Pagi Dengan Ny. Hj Handariatul Masruroh (23,05,2023)

<sup>73</sup> EL-Suth Saiful Hadi, shalat samudra hikmah, (Jakarta Selatan: Kawah Media 2016) 105

rasa percaya diri, kekuatan, perasaan aman tenang dan memberikan perasaan bahagia. Secara medis juga diketahui bahwa orang yang terbiasa berdzikir mengingat Allah SWT secara otomatis otak akan merespon pengeluaran endorphine yang mampu menimbulkan perasaan bahagia dan nyaman.<sup>74</sup>

Bagaimana dzikir dapat membawa pengaruh pada ketenangan jiwa perspektif psikologi dapat dijelaskan dengan beberapa teori, antara lain teori hipnosis. Subandi dalam Bukhori, menyatakan bahwa dalam pandangan teori hipnosis, dzikir dapat dipandang sebagai bentuk *self- hypnosis*, karena pada saat dzikir perhatian seseorang dipusatkan pada objek dzikir, sehingga semakin lama dia makin tidak merasakan rangsangan yang ada di sekitarnya.

Terapi ini melibatkan unsur spiritualitas yaitu keimanan dan keyakinan serta kedekatan pada sang pencipta. Kedekatan akan ada jika dalam hati menjadi baik, Hati akan menjadi baik jika mengenal tuhan, pencitanya, asma' dan sifatnya.<sup>75</sup> Energi dari spiritualitas membantu seseorang untuk selalu merasa sehat.<sup>76</sup> Jadi dengan berdzikir seorang akan ingat kepada Allah dan merasa setiap langkahnya akan selalu ditemani dengan Allah Dengan demikian, dalam kondisi sebagaimana tersebut, seseorang akan memperoleh ketenangan. Hal ini sesuai dengan sebagaimana berikut:

---

<sup>74</sup> Asnaniar, Wa Ode Sri. "Pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas hidup pasien luka kaki diabetes"2021 h.453

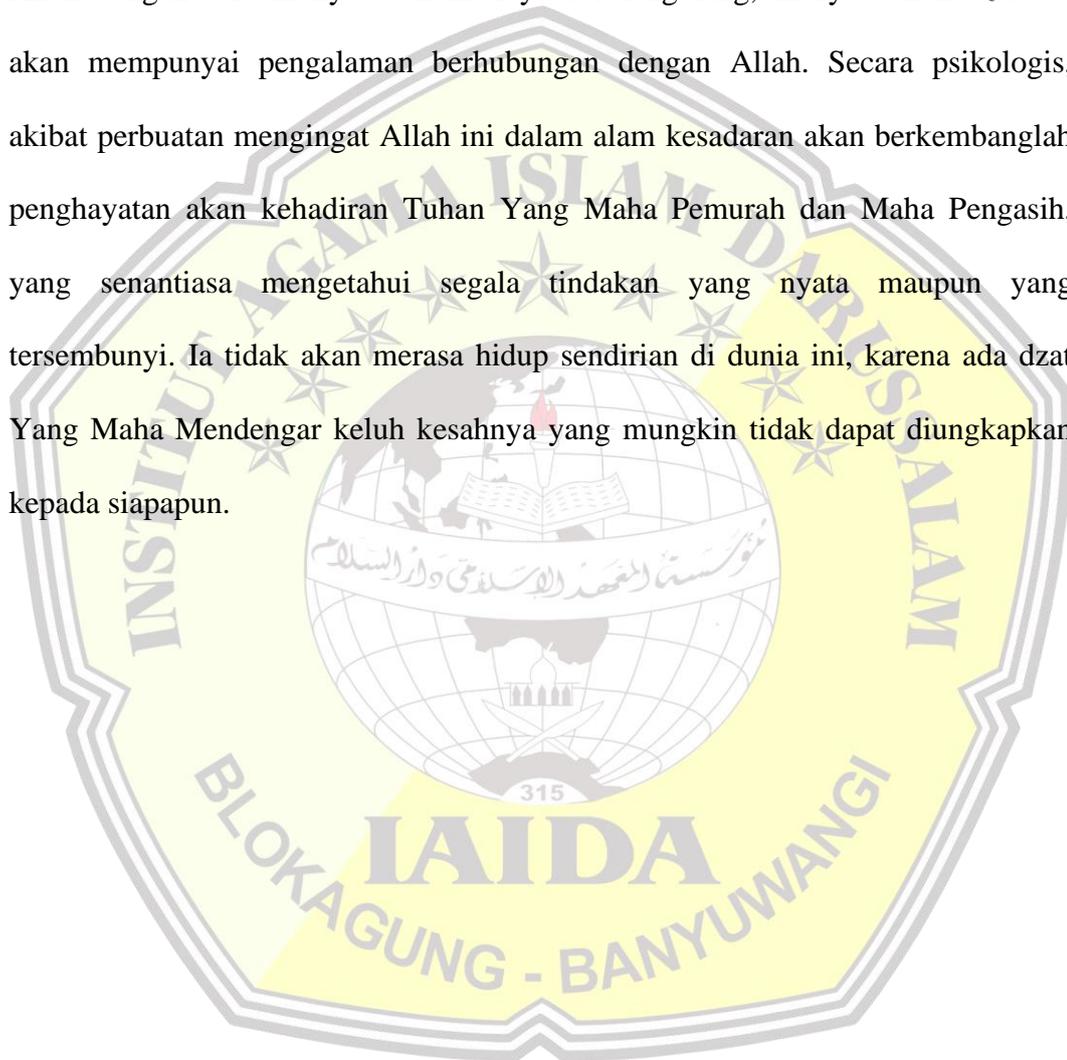
<sup>75</sup> Al-Jauziyah Ibnu Qoyim, ath-thibbu an-nabawi (yogyakarta:DIVA press,2020),20

<sup>76</sup> Zamry, A.M. "Sehat tanpa obat" Cara Islami meraih kesehatan jasmani & rohani. ( Maret, 2012),hlm 67

أَلَدِّينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

*Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi Tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya mengingat Allah-lah hati menjadi tentram.*

Prinsip pokok dalam dzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan *dzakirin* akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada dzat Yang Maha Mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun.



## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan bahwasanya pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia yaitu seseorang memiliki hati yang tenang, seseorang akan terhindar dari penyakit hati seperti riya', sum'ah, munafik dan penyakit hati lainnya.

Adapun faktor yang mempengaruhi hati seseorang tidak tenang adalah adanya rasa iri, dengki, kurang, mudah larut dalam kesedihan. Kurangnya perhatian dari keluarga dan lingkungan sekitar sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan emosi pada lansia.

Penelitian ini dilakukan pada jam'iyah azzakiyah yang sudah lanjut usia, memberikan hasil yang sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan sebelumnya, dimana ada pengaruh yang kuat antara pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jam'iyah azzakiyah dengan arah positif. Selanjutnya dari hasil koefisien determinan ( $R^2$ ) sebesar 66,1% hal ini menunjukkan bahwa pengamalan dzikir memiliki pengaruh terhadap ketenangan jiwa pada lansia.

## B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki berbagai keterbatasan dalam pelaksanaannya, keterbatasan-keterbatasan tersebut yaitu:

1. Banyak lansia yang terkendala dalam membaca kuisioner, sehingga perlu bantuan untuk membacakan satu persatu
2. Ruang lingkup penelitian masih cukup kecil, sehingga generalisasi dari hasil penelitian ini belum maksimal
3. Ruang gerak peneliti yang terbatas karena status peneliti sekarang sebagai santri. Sehingga perlu ada bantuan orang lain dalam perizinan angket.

## C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia di jami'iyah azzakiyah, maka penulis memberikan beberapa saran yang mungkin dapat membantu yaitu sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan dan pengalaman dalam menghadapi perannya di masa mendatang, terutama yang berhubungan pemberian bantuan kepada klien terkait ketenangan jiwa.
2. Bagi warga hendaknya mengajak para lansia-lansia yang lain yang belum mengikuti pengajian
3. Bagi para lansia, hendaknya lebih memerhatikan kesehatan mentalnya sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adaiyah, Sholichatul, 2019 “*Upaya Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Melalui Pengajian Wirid Shalawat Kubra di Kelurahan Bulu Kota Semarang*”, (Skripsi UIN, Semarang).
- Akibat Perubahan Sosial; *Stress Menjadi Pembunuh Kedua Setelah Jantung*. Diakses tanggal 3 september 2022, <http://www.Kompas Cyber Net.Com>.
- Ahmad Chodjim, 2003 Alfatihah, *Membuka Matahari Dengan Surat Pembuka*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta)
- Abu Wardah Bin Askat, 2000 *Wasiat Dzikir dan Doa Rasulullah SAW*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana,)
- Asnaniar, wa ode sri, sudarman, and sintawati majid. “*Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kualitas Hidup Pasien Luka Kaki Diabetik.*” <Http://Journal.Stikeskendal.Ac.Id/Index.Php/Keperawatan> 14 (June 2022).
- Asmaran As, 1992. *Pengantar Studi Akhlak*, Rajawali Pers, Jakarta
- Ahmad Tanzeh, 2009, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Sukses Offset)
- Anissa, doni fitri, and ifdil. 2016 “*Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia).*” *Universitas Negeri Padang & Universitas Negeri Padang* 5
- Hamzah dan L. Susanti *Metode Penelitian*,
- B. Hurlock Elizabeth, 2002 *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* ( Jakarta Erlangga).
- Chaplin, C.P. 1989. *Ensiklopedi Psikologi*. Terjemahan Kartini Kartono. Bandung: Remaja Rosdakarya

Della adelina and triana noor Edwina dewayani soeharto, 2016' *Hubungan Kecerdasan Ruhaniah Dengan Kesiapan Menghadapi Kematian Pada Lansia'*, jurnal psikologi.

Ensiklopedi Islam, jilid 6(Jakarta: PT Ihtiar Baru van Hoeve,...)

Hamzah Ya'kub, 1996, *Etika Islam*, CV Diponegoro, Bandung.

Hanum, parida, rahayu lubis, and rasmaliah. 2018 "*Hubungan Karakteristik Dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan.*" *jumantik*

Hurlock, Elizabeth B. 1997. *Psikologi Perkembangan*. Cetakan ke-5. Jakarta: Erlangga,

Irwanto, dkk, 1991*Psikologi Umum*. (Jakarta: PT Grafindo Pustaka Utama, )

Kumala, olivia dwi, yogi suprayogi, and fuad nashori. "*Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi.*" *Universitas Islam Indonesia, Jl. Kaliurang Km.14,5 Yogyakarta* 4 (June 2017). <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1260>.

Mujid, Abdul dan Jusuf Mudzakkir. 2001. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*.Jakarta: Raja Grafindo Persada.

McGhie, Andre. 1996. *Penerapan Psikologi dalam Perawatan*. Terjemahan Ika Pattinasarany. Cetakan ke-1. Yogyakarta: Andi Offset

Syeikh Nawawi Ibn Umar al jawi, 2008*Nasho-ihul 'ibad* (Nasehat Bagi Sang Hamba), ter. Abu Mujadidul Islam Mafa, (Surabaya: Gita Media Press,)

Salafuddin Abu Sayyid, 2007*Syarah Hadits Arba'in*, Pustaka Arafah, Solo,

Saiful Hadi El-Sutha, 2016 *Shalat Samudra Hikmah* (WahyuQolbu,).

Setiyani, novita febr. 2018 “*Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi.*” Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

Sari, wuri septi purdian. 2021 “*Dzikir Tarekat Naqsabandiyah Dan Pengaruhnya Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Jamaah Tarekat Di Desa Rawajaya Kecamatan Tabir Selatan Kabupaten Merangin.*” fakultas dakwah universitas islam negeri sulthan thaha saifuddin jambi..

Sari, Efiti Ayu. 2015 “*Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelis Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek.*” FAKULTAS Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (Iain) Tulungagung..

Supriadi. 2015 “*Lanjut Usia Dan Permasalahannya.*” Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Bukittinggi, Sumatera Barat 10

Subandi. 2009. *Psikologi Dzikir*

Samsul Munir Amin, *Energi Dzikir*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2008 )..

Schindler, John A. 1992. *Bagaimana Menikmati Hidup 365 Hari dalam Setahun* Terjemahan Sahat Simamora. Cetakan ke-1. Jakarta: Bumi Aksara.

Sugiyono, 2010 *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.

Ghazali. 1984. *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qalbi*. Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. Jakarta: Tirta Mas.

<sup>1</sup>[https://www.banyuwangikab.go.id/pemerintahan/desa/23\(April,](https://www.banyuwangikab.go.id/pemerintahan/desa/23(April,) 2023) pada tanggal 30 Mei 2023 pukul 21.30



**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**IAIDA**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**TERAKREDITASI**  
**BLOKAGUNG - BANYUWANGI**

Alamat : Pon. Pes. Darussalam Blokagung 02/IV Karangdoro Tegalsari Banyuwangi Jawa Timur - 68491 No. Hp: 085258405333 , Website: www.iaida.ac.id , E-mail: laidablokagung@gmail.com

Nomor : 31.5/175.25/IAIDA/FDKI/C.3/III/2023  
Lamp. : -  
Hal : **PENGANTAR PENELITIAN**

Kepada Yang Terhormat:  
**Ketua Jam'iyah Manaqib Annuriyah**  
**Blokagung.**  
di -  
tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Darussalam (IAIDA) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

N a m a : NABILLA RAHMADIANTI  
NIM : 19122110028  
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Alamat : MUARA BURNAI I, LEMPUNG JAYA, OKI  
HP : -085335404602  
Dosen Pembimbing : Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

***"Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia di Jam'iyah Manaqib Annuriyah RT2/RW4 Blokagung."***

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



**Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom**  
NIPY. 3150128107201

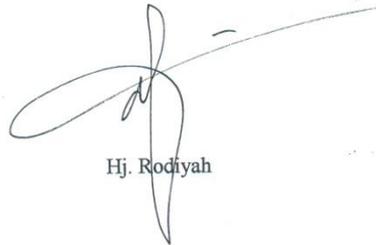
**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Yang bertandatangan di bawah ini, pengurus jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung Desa Karangdoro Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi, dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswi yang beridentitas dibawah ini:

Nama : Nabilla Rahmadianti  
Tempat Tanggal Lahir : Muara Burnai 1, 14 November 2001  
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam  
Nim : 19122110028  
Alamat : OKI, Sumatra Selatan

Benar-benar telah mengadakan penelitian di lembaga kami dengan penulisan studi pendahuluan yang berjudul "**Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam'iyah Azzakiyah Dusun Blokagung, Desa Karangdoro**" Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Sarjana Sosial. Demikian surat keterangan ini kami buat, untuk sedapatnya dipergunakan sebagaimana mestinya.

Blokagung, 20 Maret 2023  
Ketua Jam'iyah Azzakiyah



Hj. Rodiyah



**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**IAIDA**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**TERAKREDITASI**  
**BLOKAGUNG - BANYUWANGI**

Alamat : Pon. Pes. Darussalam Blokagung 02/IV Karangdoro Tegalsari Banyuwangi Jawa Timur - 68491 Telp. (0333) 847459, Fax. (0333) 846221, Hp: 085258405333 , Website: www.iaida.ac.id>Email: iaidablokagung@gmail.com

**KARTU BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Mabilla Rahmadiani  
NIM : 19192110028  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : PENCARUH PENGAMALAN DIRIK TERHADAP  
KETENANGAN JIWA PADA LAUSIA & JAM'IAH  
ABZAKIYAH DESUN BLOKAGUNG DESA KARANGDORO  
Pembimbing : Halimatus Sa'diah , S.Psi., M.A

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Bab 1 - BAB 3	06/01/23	
2	Bab 4 - Bab 5	10/01/23	
3	Revisi Bab 5	18/01/23	
4	Bab 5 dan Bab 6	15/02/23	
5	revisi bab 5 dan bab 6	28/02/23	
6	revisi bab 5	04/03/23	
7	acc bab 5 - bab 6	20/03/23	
8	ACC sidang	08/06/23	
9			
10			
11			
12			

Blokagung.....2022

Ketua Prodi  
Bimbingan dan Konseling Islam

Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A  
NIPY. 3151301019001

## Plagiarism Checker X Originality Report



Plagiarism Quantity: 24% Duplicate



Date	Monday, June 12, 2023
Words	2487 Plagiarized Words / Total 10530 Words
Sources	More than 227 Sources Identified
Remarks	Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement

## Sources found:

Click on the highlighted sentence to see sources

## Internet Pages

- <1% <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/ipp>
- <1% <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/a>
- <1% <https://digilib.uin-suka.ac.id/19356/1/1>
- <1% <https://www.brilio.net/wow/40-kata-kata->
- <1% <https://www.kompasiana.com/dunzfr/63cbf1>
- <1% <https://repository.unair.ac.id/93502/5/5>
- <1% <https://pspi.mercubuana.yogya.ac.id/wp-c>
- 1% [https://theses.uinsgd.ac.id/14738/4/4\\_b](https://theses.uinsgd.ac.id/14738/4/4_b)
- <1% <https://id.scribd.com/document/275143067>
- <1% <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/ipp>
- <1% <https://www.yosefpedia.com/2020/05/keseh>
- <1% <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2>
- <1% [https://id.wikipedia.org/wiki/Diabetes\\_m](https://id.wikipedia.org/wiki/Diabetes_m)
- <1% [http://eprints.ums.ac.id/18330/2/BAB\\_1.p](http://eprints.ums.ac.id/18330/2/BAB_1.p)
- <1% <http://repository.radenfatah.ac.id/19336>
- <1% <http://repo.uinsatu.ac.id/9472/5/BAB%20I>
- <1% <http://repository.uinib.ac.id/442/4/Bab%4>
- 1% [http://digilib.uinsgd.ac.id/27968/4/4\\_ba](http://digilib.uinsgd.ac.id/27968/4/4_ba)
- <1% <https://ayoguruberbagi.kemdikbud.go.id/r>
- <1% <http://repository.wiraraja.ac.id/2130/>

JUDUL PENELITIAN Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia di Dusun Karangdoro RT2/RW4 Latar belakang Jalan hidup seseorang melewati beberapa tahapan kehidupan, mulai dari masa kanak-kanak, remaja, dewasa dan usia tua. Setiap orang tumbuh dan berkembang, mulai dari sembilan bulan dalam kandungan ibunya, hingga akhirnya lahir ke dunia ini sebagai bayi kecil yang ditunggu-tunggu oleh orang tuanya. Selain itu, bayi tumbuh menjadi anak yang sehat kemudian menjadi remaja yang dikagumi banyak orang, yang akhirnya menjadi tua dan meninggal.

Mereka yang berumur panjang pasti akan menjadi tua, umumnya disebut masa tua. Usia tua merupakan fase terakhir dalam siklus hidup seseorang. Usia yang bervariasi antara 60 dan 70 adalah usia akhir seseorang. Saat ini adalah masa di mana setiap orang berharap untuk menjalani kehidupan yang tenang, damai dan menikmati masa pensiun bersama anak cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Padahal, tidak semua senior memiliki kesempatan yang sama untuk memiliki kondisi hidup yang diinginkan oleh senior.

Ada berbagai masalah hidup yang mempengaruhi lansia sepanjang hidupnya, seperti kemiskinan, kegagalan berutang, stres terus menerus atau konflik dengan keluarga atau anak-anak, atau keadaan lain seperti kurangnya keturunan untuk merawat mereka, dll. lanjut usia merupakan tahap perkembangan dengan perubahan yang diakibatkan oleh menurunnya fungsi organ tubuh. Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia antara lain penyusutan berat badan, munculnya keriput, penglihatan mulai rabun, psikomotorik menjadi lambat.

Penurunan fungsi organ tubuh membuat lansia rentan terhadap penyakit yang beresiko kematian.

## SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Saya Nabilla Rahmadiani Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Darussalam akan melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Lansia Di Jam’iya Azzkiyah Dusun Blokagung Desa Karangdo”** tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pengamalan dzikir terhadap ketenangan jiwa pada lansia

Saya mengharapkan kesediaan saudara untuk mengisi kuisisioner. Saya menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas Saudara. Informasi yang Saudara berikan hanya akan dipergunakan untuk pengembangan ilmu psikoterapi dan tidak akan dipergunakan untuk maksud-maksud lain.

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Alamat :

Bersedia untuk menjadi responden dan mengisi kuesioner yang berkaitan dengan penelitian ini. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sadar dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Banyuwangi 15, Februari 2023

Enumerator

Saya yang menyatakan

(.....)

(.....)

## 6. Angket/Kuisisioner Penelitian Variabel X Dan Y

### ANGKET PENELITIAN

### ANGKET TENTANG PENGARUH DZIKIR TERHADAP KETENANGAN

### JIWA

TAHUN 2017.<sup>77</sup>

#### I. Identitas Responden

- Nama : .....
- Usia : .....
- Agama : .....
- Alamat : .....

#### II. Petunjuk pengisian

1. Mohon kesediaan saudara mengisi kuesioner dengan jawaban yang jujur.
2. Berikan tanda (x) di kolom yang sudah disediakan.
3. Peneliti mengucapkan terimakasih telah bersedia menjadi responden, semoga Allah membalas dengan kebaikan yang berlimpah
4. Berikat arti singkatan pada kolom jawaban:

SL= Selalu

SR= Sering

JS= Jarang sekali

TP= Tidak Pernah

---

<sup>77</sup> Aushafi, "Pengaruh terapi dzikir terhadap ketenangan jiwa pedagang pasar johar pasca kebakaran."

### III. Angket Tentang Dzikir

NO	Pernyataan	SL	SR	JS	TP
1	Saya berdzikir setelah shalat lima waktu				
2	Saat beraktivitas saya mengamalkan dzikir				
3	Saya berdzikir pada saat melakukan perjalanan				
4	Saya mengikuti majlis dzikir (tahlil, istighosah, manakib)				
5	Saya meninggalkan majelis dzikir saat dzikir berlangsung				
6	ketika tidak sehat saya tetap berangkat mengikuti majelis dzikir				
7	Saya mengawali segala sesuatu dengan bacaan <i>Basmallah</i>				
8	Dalam sehari saya berdzikir sebanyak 100 kali ( <i>Astagfirullah</i> )				
9	Dalam sehari saya melafalkan dzikir sebanyak 100 kali ( <i>ya allah</i> )				
10	Saya berdzikir saat tidak beraktifitas				
11	Saya mengantuk saat berdzikir				
12	Saya bergurau saat dzikir berlangsung				
13	Saya merasa khusyuk saat berdzikir				
14	Saya bermain handphone saat berdzikir				

15	Tatkala dzikir bersama saya mengeraskan suara				
16	Saya mencari tempat paling belakang saat majelis dzikir				
17	Saya berbicara sendiri saat majelis dzikir berlangsung				
18	Ketika menjadi makmum saya tetap menunggu doa dari imam selesai shalat				
19	Saya datang terlambat ketika acara majelis dzikir				
20	Ketika berdzikir saya meneteskan air mata				
21	Saya menemukan dzikir yang saya ketahui maknanya				
22	Saya mengamalkan dzikir yang saya ketahui artinya				
23	Saya tetap berdzikir meskipun saya tidak paham artinya				
24	Saya membaca terjemahan saat membaca tahlil				
25	Saya mengamalkan dzikir pada momen yang tepat (mis. Ditimpa musibah : <i>Innalillah</i> , Bertaubat : <i>Astaghfirullah</i> , dll)				
26	Saya mengamalkan dzikir yang saya ketahui maknanya				

27	Saya mengimplementasi dzikir yang saya baca di kehidupan sehari-hari (mis. <i>Allahush-shomad</i> = anda benar-benar menggantungkan				
28	Saya membaca " <i>'Audzubillahi minasy-syaithonirrojim</i> " ketika merasa diganggu oleh setan				
29	Saya membaca " <i>Allahu Akbar</i> " saat menyaksikan kebesaran Allah				
30	Saya mengucapkan " <i>Alhamdulillah</i> " pada saat menerima keberuntungan				

#### IV. Angket Tentang Ketenangan Jiwa<sup>78</sup>

No	Pertanyaan	SL	SR	JS	TP
1	Saya mudah marah dan menyalahkan orang lain ketika tertimpa musibah				
2	Saya mudah mengeluh saat tertimpa musibah				
3	Saya merasa ikhlas ketika tertimpa musibah				
4	Saat tertimpa musibah saya mudah berserah diri kepada Allah				

5	Saya mudah meluapkan kemarahan dengan merusak sesuatu				
6	Saya mudah tersinggung dengan perkataan orang lain				
7	Tatkala marah saya mengumpat (misuh)				
8	Saya mudah menyimpan dendam pada tetangga saya				
<b>NO</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SL</b>	<b>SR</b>	<b>JS</b>	<b>TP</b>
9	Saya mudah iri pada tetangga saya				
10	Saya mudah mengambil keputusan dengan emosi				
11	Saya mudah larut dalam kesedihan ketika menghadapi masalah				
12	Saya berusaha mengurangi masalah yang menimpa				
13	Saya mudah bertaubat setelah datangnya masalah yang menimpa				
14	Saya mudah mengurung diri karena bimbang datangnya masalah				
15	Saya mudah menganggap cobaan adalah ujian untuk membuat saya kuat				
16	Saya mudah memilih menyendiri jika dalam keadaan ramai				

17	Saya berkeyakinan bahwa setiap masalah pasti ada solusi				
18	Saya tetap berprasangka baik pada Allah				
19	Saya mudah lari dari suatu masalah				
20	Saya mudah memikirkan kegagalan daripada kesuksesan				
21	Saya mudah meminta pertolongan kepada Allah				
22	Saya tetap melaksanakan shalat lima waktu meskipun sakit				
23	Saya mudah lupa akan shalat lima				
24	Saya mudah menceritakan masalah kepada Allah				
25	Saya berfikir bahwa Allah selalu membantu masalah saya				
26	Saya mudah berprasangka bahwa Allah selalu membuat saya sial				
27	Setelah berusaha akan sesuatu, saya pasrahkan pada Allah				
28	Saya merasa diawasi oleh Allah				
29	Dalam sehari saya mudah menyebut kata Allah sebanyak 100 kali				

30	Saya mudah membohongi orang lain				
----	----------------------------------	--	--	--	--

*7. Berikut adalah hasil angket Pengamalan Dzikir*

No.	Responden	Jumlah skor
1	RD-01	94
2	RD-02	73
3	RD-03	88
4	RD-04	84
5	RD-05	93
6	RD-06	94
7	RD-07	80
8	RD-08	105
9	RD-09	72
10	RD-10	108
11	RD-11	83
12	RD-12	90
13	RD-13	89
14	RD-14	85
15	RD-15	94
16	RD-16	88
17	RD-17	83
18	RD-18	76

19	RD-19	99
20	RD-20	64
21	RD-21	91
22	RD-22	84
23	RD-23	86
24	RD-24	74
25	RD-25	86
26	RD-26	87
27	RD-27	80
28	RD-28	85
29	RD-29	87
30	RD-30	85

**8. Berikut Adalah Hasil Angket Ketenangan Jiwa**

No.	Responden	Jumlah skor
1	RD-01	97
2	RD-02	74
3	RD-03	94
4	RD-04	86
5	RD-05	96
6	RD-06	97
7	RD-07	83
8	RD-08	107
9	RD-09	75

10	RD-10	109
11	RD-11	85
12	RD-12	93
13	RD-13	92
14	RD-14	87
15	RD-15	96
16	RD-16	91
17	RD-17	90
18	RD-18	76
19	RD-19	101
20	RD-20	65
21	RD-21	91
22	RD-22	87
23	RD-23	87
24	RD-24	79
25	RD-25	87
26	RD-26	88
27	RD-27	80
28	RD-28	88
29	RD-29	88
30	RD-30	87

## 1. HASIL PERHITUNGAN DATA

### a. Hasil uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.68271911
Most Extreme Differences	Absolute	.107
	Positive	.086
	Negative	-.107
Test Statistic		.107
Asymp. Sig. (2-tailed)		.066 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

### b. uji linieritas

#### ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KETENAN GAN JIWA *	(Combined)	2.554.133	19	134.428	57.612	.000
	Between Groups	2.501.170	1	2.501.170	1.071.930	.000
	Linearity	52.963	18	2.942	1.261	.363
PENGAMA LAN	Deviation from Linearity					
DZIKIR	Within Groups	23.333	10	2.333		
	Total	2.577.467	29			

**c. Analisis Regresi Linier Sederhana**

**Analisis Regresi Linier Sederhana**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	38.336	7.776		4.930	.000
	Pengamalan Dzikir	.590	.088	.625	6.690	.000

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

**d. Hasil Uji Koefisiensi Determinasi (R<sup>2</sup>)**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.813 <sup>a</sup>	.661	.629	1.65072

a. Predictors: (Constant), PENGAMALAN DZIKIR

**e. Hasil Uji t**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	38.336	7.776		4.930	.000
	Pengamalan Dzikir	.590	.088	.625	6.690	.000

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

*Dokumentasi Penelitian*

***Gambar 01: Wawancara Dengan Salah Satu Pengurus Jam'iyah Azzakiyah  
Dusun Blokagung Desa Karangdoro***



***Gambar 03: Proses Pengisian Kuisisioner Oleh Lansia Yang Di Bantu Oleh  
Rekan Peneli***



### Biodata Penulis



Nama : Nabilla Rahmadiani  
NIM : 19122110028  
TTL : OKI, 14 November 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Prov : Bimbingan Konseling Islam  
Telp : 085335404602  
Alamat : Desa Muara Burnai 1, Kecamatan Lempuing Jaya, Kab. OKI, Provinsi Sumatra Selatan

### Riwayat Pendidikan Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah/Perguruan Tinggi	Bidang Studi
SD	2007	2013	SD N 3 Muara Burnai 1	
SMP	2013	2015	SMP S AN-nur	
SMA	2016	2019	SMA Darussalam	IPA
S1	2019	2023	IAI Darussalam	Bimbingan Konseling Islam

### Riwayat Pendidikan Non Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah
Ula	2016	2020	Madrasah Diniyah AL Amiriyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung
wustho	2020	2022	Madrasah Diniyah AL Amiriyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung
Ulya	2022	Sekarang	Madrasah Diniyah AL Amiriyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung

Banyuwangi, 07 Juni 2023

Nabilla Rahmadiani