

**PENGARUH TAHAJUD PADA KETENANGAN JIWA
(Studi Terhadap Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangawo
Paciran Lamongan)**

SKRIPSI

Diajukan sebagai pemenuhan syarat dalam menggapai
gelar Sarjana Strata Satu di Studi Tasawuf & Psikoterapi



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Disusun Oleh:

**ACHMAD SIFAUL RIJAL
NIM: E77218039**

**PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2022

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Achmad Sifaul Rijal

Nim : E77218039

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat

Institusi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya skripsi ini berjudul “Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Santri Putra di Pondok Pesantren Karangaswo Paciran Lamongan)” adalah murni hasil dari karya sendiri, kecuali dalam hal-hal yang merujuk dari sumbernya.

Surabaya, 21 Juli 2022


Achmad Sifaul Rijal
Nim. E77218039

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan dibawah ini menyetujui;

Nama : Achmad Sifaal Rijal


Nim : E77218039

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa
(Studi terhadap Santri Putra di Pondok
Pesantren Karangawo Paciran Lamongan)

Disetujui pada 19 Juli 2022 oleh:

Pembimbing



Drs. Tasmuji, M.Ag
Nip : 196209271992031005

PENGESAHAN SKRIPSI


Skripsi ini dengan berjudul "Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Santri Putra di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan)" ditulis oleh Achmad Sifaul Rijal ini telah diujikan dalam sidang skripsi pada program studi Tasawuf dan Psikoterapi fakultas Ushuluddin dan Filsafat Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Penguji I



(Dr. Tasmuji, M.Ah)
196209271992031005

Penguji II



(Dr. Mukhammad Zamzami, M.Fil.D) ..
198109152009011011

Penguji III



(Dra. Khodijah, M.Si)
196611101993032001

Penguji IV



(Herliyan Imaeni, M.Psi, Psikolog)
201603328

Mengetahui,
Dekan



(Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D)
197008132005011003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ACHMAD SIFAUL RIJAL
NIM : E77218039
Fakultas/Jurusan : USHULUDDIN DAN FILSAFAT/TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
E-mail address : achsifaulrij@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

PENGARUH TAHAJUD PADA KETENANGAN JIWA (STUDI TERHADAP SANTRI PUTRA
DI PONDOK PESANTREN KARANGSAWO PACIRAN LAMONGAN)

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 18 Agustus 2022

Penulis

(Achmad Sifaul Rijal)

ABSTRAK

Achmad Sifaul Rijal, Nim E77218039. “Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa (Studi Terhadap Santri Putra di Pondok Pesantren Karangasawo Paciran Lamongan)”.

Dalam penelitian yang dilakukan ini berupaya untuk menemukan, mengukur, dan mendeskripsikan Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangasawo Paciran Lamongan. Dengan perolehan datanya menggunakan metode kuantitatif sebagai alat penelitian.

Hasil pendekatan kuantitatif dengan menguji data variabel Tahajud(X) dan Variabel Ketenangan Jiwa(Y) menggunakan pengujian statistik regresi linear sederhana untuk mengetahui seberapa besar nilai signifikansi, korelasi dan besarnya nilai peranan variabel X terhadap Y dengan analisis koefisien determinasi dengan bantuan Software SPSS version 28.0 For Windows, maka hasilnya bahwa kedua variabel dinyatakan signifikan dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$, dengan korelasi 0,718 yang tergolong “kuat” dan nilai koefisien determinasi 0,516 yang artinya besarnya pengaruh tahajud (51,6%) terhadap ketenangan jiwa, sehingga selebihnya terdapat pengaruh dari variabel lainnya. Demikian ini memberikan kesimpulan bahwa tahajud memberikan pengaruh bagi ketenangan jiwa, karena santri yang melaksanakan tahajud dapat merasakan ketenangan jiwa. Namun terdapat adanya pengaruh lain yang mana tidak diteliti di penelitian ini.

Kata kunci : Tahajud, Ketenangan Jiwa.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI | ii |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING | iii |
| PENGESAHAN SKRIPSI..... | iv |
| MOTTO | v |
| LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | vi |
| ABSTRAK | vii |
| KATA PENGANTAR..... | viii |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 5 |
| C. Rumusan Masalah..... | 6 |
| D. Tujuan Penelitian | 6 |
| E. Manfaat Penelitian | 6 |
| F. Penelitian Terdahulu | 7 |
| G. Hipotesis Penelitian..... | 12 |
| H. Definisi Operasional..... | 13 |
| I. Metode Penelitian..... | 14 |
| 1. Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 15 |
| 2. Populasi dan Sempel | 16 |
| 3. Sumber Data | 17 |
| 4. Variabel, Indikator dan Instrumen Penelitian..... | 18 |
| 5. Pengumpulan Data..... | 20 |
| J. Pengolahan Data Penelitian | 22 |
| K. Analisis Data..... | 23 |
| L. Sistematika Penulisan | 25 |
| BAB II KAJIAN TEORI TAHAJUD DAN KETENANGAN JIWA | 27 |

| | |
|--|-----------|
| A. Kajian Teori Tentang Tahajud..... | 27 |
| 1. Pengertian Tahajud | 27 |
| 2. Hukum Tahajud | 28 |
| 3. Etika Melaksanakan Tahajud | 29 |
| 4. Waktu Pelaksanaan Tahajud | 30 |
| 5. Manfaat Dan Hikmah Tahajud | 31 |
| B. Ketenangan Jiwa | 34 |
| 1. Pengertian Jiwa | 34 |
| 2. Pengertian Ketenangan Jiwa | 36 |
| 3. Indikator Ketenangan Jiwa | 39 |
| 4. Cara Memperoleh Ketenangan Jiwa | 40 |
| BAB III PEMAPARAN DATA..... | 42 |
| A. Gambaran Tempat Penelitian..... | 42 |
| 1. Profil Umum Pondok Pesantren karangsawo | 42 |
| 2. Sejarah Singkat Berdirinya Pondok Pesantren Karangsawo | 42 |
| 3. Visi, Misi dan Motto Pondok Pesantren Karangsawo | 43 |
| 4. Lokasi Pondok Pesantren Karangsawo | 44 |
| 5. Sarana Dan Prasarana Pondok Pesantren Karangsawo | 44 |
| 6. Jadwal Kegiatan Pondok Pesantren Karangsawo..... | 45 |
| 7. Unit Pendidikan Pondok Pesantren Karangsawo..... | 46 |
| 8. Kegiatan Shalat Tahajud di Pondok Pesantren Karangsawo..... | 47 |
| B. Data Statistik Deskriptif..... | 47 |
| a. Data Statistik Deskripsi Tahajud..... | 48 |
| b. Data Statistik Deskripsi Ketenangan Jiwa | 56 |
| BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN | 64 |
| A. Pelaksanaan Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangsawo | 64 |
| B. Analisis Data | 65 |
| 1. Uji Instrumen Penelitian | 65 |
| 2. Uji Asumsi Klasik | 69 |
| 3. Uji hipotesis Data Penelitian | 73 |
| 4. Uji Regresi Liniers Sederhana..... | 74 |

| | |
|---|-----------|
| C. Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangasawo Paciran Lamongan..... | 77 |
| BAB V PENUTUP..... | 82 |
| A. Kesimpulan | 82 |
| B. Saran | 83 |
| DAFTAR PUSTAKA | 84 |
| LAMPIRAN..... | 86 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. 1 Jadwal Penelitian..... | 16 |
| Tabel 1. 2 Variabel, Indikator dan Instrumen Penelitian | 19 |
| Tabel 1. 3 Skor Skala Likert | 21 |
| Tabel 3. 1 sarana dan prasarna | 44 |
| Tabel 3. 2 jadwal kegiatan pondok pesantren | 45 |
| Tabel 3. 3 karakter responden | 48 |
| Tabel 4. 1 Nilai Hasil Uji Validitas Tahajud | 66 |
| Tabel 4. 2 Nilai Hasil Uji Validitass Ketenangan Jiwa..... | 67 |
| Tabel 4. 3 Nilai Hasil Realibilitas Tahajud..... | 68 |
| Tabel 4. 4 Nilai Hasil Realibilitas Ketenangan Jiwa..... | 68 |
| Tabel 4. 5 Nilai Hasil Uji Normalitas Shapiro Wilk..... | 70 |
| Tabel 4. 6 Nilai Hasil Uji Linieritas | 71 |
| Tabel 4. 7 Nilai Hasil Uji Homogenitas..... | 72 |
| Tabel 4. 8 Nilai Hasil Uji Hipotesis | 74 |
| Tabel 4. 9 Nilai Hasil Uji Regresi Linear Sederhana..... | 75 |
| Tabel 4. 10 Nilai Hasil Uji Korelasi..... | 76 |
| Tabel 4. 11 Kategori Skor Korelasi..... | 76 |
| Tabel 4. 12 Nilai Hasil Uji Koefisiensi Determinasi | 77 |

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 Surat Izin Penelitian..... | 86 |
| Lampiran 2 Angket Pertanyaan..... | 87 |
| Lampiran 3 Blue Print Variabel Tahajud dan Ketenangan Jiwa..... | 89 |
| Lampiran 4 Kegiatan Tahajud..... | 89 |
| Lampiran 5 Kegiatan Santri | 90 |
| Lampiran 6 Data Angket Variabel Independen (Tahajud)..... | 90 |
| Lampiran 7 Data Angket Variabel Dependen (Ketenangan Jiwa)..... | 91 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam Islam, Ibadah merupakan wujud penghambaan diri seorang hamba kepada Allah SWT. Adapun sesuatu perilaku manusia juga bisa ternilai Ibadah apabila didasari dengan niat dan sikap yang ditunjukkan untuk pengabdian diri dan penghambaan diri hanya untuk Allah semata.¹ Hal ini disinggung dalam al-Quran surah al-Dzariyat [51] : (56);

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

“Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku”.

Dalam kehidupan ini Tuhan menciptakan manusia tidak lain untuk menyembah kepada-Nya. Dengan Ibadah, seorang hamba akan menjadi dekat dengan Allah SWT. Sedangkan Ibadah paling utama ialah shalat. Keutamaan shalat dapat dilihat sebagaimana menjadi perintah langsung dari Allah kepada Nabi Muhammad Saw dalam peristiwa Isra mi'raj.²

Maka shalat merupakan ibadah yang menghubungkan langsung antara manusia kepada Allah. Karena itu di dalam shalat berisi pujian-pujian atas Keagungan dan Kamuliaan Allah SWT. Selain itu shalat harus dilakukan dengan menghadirkan Allah dalam hati, dengan kesadaran jika sedang berhadapan langsung dengan Allah, menghayati makna bacaan dalam shalat dan merasa bahwa dirinya sedang berkomunikasi dengan Allah. Maka orang

¹ Muh. Shalihin, *The Miracle Of Shalat* (Jakarta : Erlangga, 2011), 15.

² Yuyun Yunita, *Peristiwa Isra' Mi'raj Nabi Muhammad Saw Dan Pembelajarannya* (Jurnal Dewantara, Vol. Xi, No. 01, 2021),127.

yang melakukan shalat seperti itu akan merasakan ketenangan jiwa dan merasakan kedekatan diri dengan Allah .³

Sebagaimana Santri yang tinggal di pondok pesantren dengan adanya pendidikan keagamaan dan dididik mengamalkan ibadah wajib maupun sunnah. Hal ini merupakan latihan spiritual yang dapat mendekatkan diri kepada Allah. Dengan dasar bahwa dalam diri manusia terdapat dimensi spiritual yang menjadi fitrah manusia sebagai bentuk keyakinan bahwa terdapat kekuatan besar dibalik terciptanya kehidupan dan seisinya ini yakni Tuhan. Sehingga spiritual menjadi suatu kebutuhan bagi rohani(jiwa) manusia. Sebagai upaya pemenuhan kebutuhan itu dapat dilakukan dengan shalat malam yang menjadi tradisi seorang santri ketika di Pondok Pesantren. Dari kegiatan shalat malam atau disebut tahajud ini sebagai upaya pembiasaan dan pemenuhan kebutuhan bagi rohani (jiwa). karena kondisi jiwa santri dalam masa perkembangan diri terkadang terdapat sesuatu yang tidak stabil di dalamnya, misalnya gelisah ataupun stress. Sehingga adanya pembiasaan tahajud bagi Santri apakah merupakan salah satu ibadah yang dapat memenuhi kebutuhan jiwa, atau dengan kata lain dapat menjaga keseimbangan jiwa bagi santri.

Ketenangan jiwa merupakan kondisi jiwa yang merasakan adanya ketentraman dan kedamaian. Jika jiwa seseorang tenang, maka terjadi keseimbangan pada kondisi jiwanya. Jiwa tersebut lebih terjaga kesadarannya dalam memilih maupun melakukan tindakan sesuatu. Jiwa tersebut akan lebih

³ Safrilsyah, *Psikologi Ibadah Dalam Islam* (Banda Aceh: Naskah Aceh, 2013), 80.

mudah meninggalkan perbuatan buruk dan selalu menempatkan langkah pada perbuatan yang baik.⁴

Maka setiap dari manusia pasti ingin mempunyai jiwa yang tenang dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Untuk mendapatkan ketenangan dapat diperoleh dengan melakukan ibadah sunnah yang sangat mulia yakni shalat tahajud. Menurut suatu hadits dari riwayat Muslim dan Abu Hurairah, mengatakan: Rasulullah berpesan, diantara shalat sunnah yang dimuliakan setelah adanya shalat fardhu yaitu shalat sunnah yang dikerjakan pada malam hari sehabis bangun tidur(tahajud).⁵ Sebab mendirikan shalat malam, zikir, dan berdoa di waktu sepertiga malam akan dikabulkan. Karena malam itulah waktu yang sangat tepat dalam bermunajat kepada Allah. Dengan mendirikan shalat tahajud sebagai cara seorang hambah mendekatkan diri dengan berdialog disaat sunyi dan tenang serta dimana masih banyak orang yang tertidur. Maka dalam keheningan malam itu dengan shalat tahajud akan membuahkan hikmah-hikmah yang tak terhingga. Dalam firman Allah dijelaskan:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan di sebagian waktu malam, dirikanlah(shalat) tahajud sebagai ibadah tambahan untuk kamu; maka Tuhan-mu akan mengangkat-mu pada tempat yang terpuji”. (Q.S. Al-Isra [17] : 79).

Shalat tahajud mempunyai beragam manfaat baik dilihat dari pandangan religius dan kesehatan psikis. Karena ketika melakukannya terdapat dimensi zikir dan berpengaruh baik bagi kondisi jiwa. Dengan mengingat

⁴ Zaenal Aqib, *Konseling Kesehatan Mental: Untuk Mahasiswa, Guru, Konselor, Dosen* (Bandung: Yrama Widya, 2013), 44.

⁵ Sobron Zayyan, *Dahsyatnya Shalat Fardhu dan Sunnah* (Bandung: Kawan Pustaka, 2011), 123.

Keagungan Allah, maka jiwa orang itu mendapat ketenangan. Maka orang yang melakukan shalat tahajud di malam hari juga mendapatkan ketenangan jiwa, sebab dalam shalat itu terdapat dimensi zikir yang mana kondisi hati berusaha untuk selalu ingat kepada Allah SWT. Serta suasana sunyi dan tenang di malam hari mengantarkan kondisi jiwa seseorang untuk bertaqarrub kepada Allah. Bagi siapapun yang bertahajud dengan tujuan bertaqarrub kepada Allah dengan ketulusan hati akan menjadi kenikmatan tersendiri. Dan selain itu juga berpengaruh bagi dimensi jiwa manusia, yakni adanya ketenangan jiwa yang dirasakan oleh psikisnya.⁶

Dalam perspektif Imam Ghazali bahwa kesempurnaan dan ketenangan jiwa merupakan fenomena yang tidak stabil atau berubah-ubah, sehingga menjadi tujuan yang harus dicapai. Karena dari perspektif tasawuf akhlaqi dalam pemikiran Ghazali dijelaskan tentang mencapai ketenangan jiwa yang harus dilalui dengan jalan latihan dan pendidikan agama atau disebut tazkiyatun al-nafs, yang dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok. Menurutnya, tazkiyatun al-nafs merupakan cara yang harus ditempuh sebagai proses yang dilakukan yakni melalui merasakan atau menghayati pengalaman intuitif (al-dawq), karena tidak hanya dengan penggapaian akal, sebab dengan intuisi yang menjadikan jiwa mudah tersentuh dan menyentuh hakekat-hakekat secara langsung, bukan hanya teoritik. Karena intuisi yang cerdas dapat menemukan dan menyentuh oleh rasa terhadap yang hakiki dan akan menciptakan keadaan jiwa yang tenang. Dalam melakukan tazkiyatun al-nafs

⁶ Asy-Syifa, *Al-Quran Dan Terjemahannya* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2007) 1248-1249.

dapat dilakukan dengan; ibadah-ibadah syar'iyah, zikir kepada Allah. Maka salah satunya ialah tahajud.⁷

Oleh karena itu penulis terarahkan pada penelitian terhadap adanya pelaksanaan tahajud yang dilakukan oleh para santri putra. Sebab disisi lain tahajud merupakan bentuk latihan spiritual yang menyimpan hikmah-hikmah yang berpengaruh bagi rohani(jiwa) manusia. Sehingga penulis ingin menemukan dan mengetahui apakah terdapat pengaruh dari shalat tahajud pada ketenangan jiwa di kalangan Santri Putra. Karena dibalik kegiatan keseharian Santri yang dimulai dari bangun tidur sampai akan tidur disibukkan oleh tuntutan belajar, sosial, ibadah dan lainnya. Sedangkan bagaimana kondisi ketenangan jiwanya dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. Sehingga penulis melakukan penelitian dengan mengangkat masalah terkait pengaruh tahajud bagi ketenangan jiwa, dengan judul “Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan (Studi Terhadap Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan)”.

B. Identifikasi Masalah

- 1) Pelaksanaan shalat tahajud di Pondok Pesantren Karangawo sebagai upaya pembiasaan bagi para Santri Putra.
- 2) Pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi jiwa Santri Putra di Pondok Pesantren Karangawo.

⁷ Syakur, “*Metode Ketenangan Jiwa.*”, 171.

C. Rumusan Masalah

Dari akar masalah yang sudah diidentifikasi, maka rumusan masalah dibuat sebagai demikian ini;

- 1) Bagaimana pelaksanaan shalat tahajud di Pondok Pesantren Karangaswo?
- 2) Bagaimana pengaruh shalat tahajud pada ketenangan jiwa bagi Santri Putra di Pondok Pesantren Karangaswo Paciran Lamongan?

D. Tujuan Penelitian

Dengan adanya rumusan penelitian di atas, sehingga tujuan penelitian sebagai berikut;

- 1) Untuk Mengetahui bagaimana pelaksanaan kegiatan tahajud di Pondok Pesantren Karangaswo Paciran Lamongan.
- 2) Untuk mengetahui bagaimana pengaruh shalat tahajud sebagai upaya mendapatkan ketenangan jiwa bagi Santri Putra Karangaswo Paciran Lamongan.

E. Manfaat Penelitian

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagaimana berikut ini;

- 1) Teoritis

Dari adanya penelitian ini dengan harapan supaya menjadi literatur bagi lingkup akademis sebagai orang yang menggeluti keilmuan tentang pengaruh shalat tahajud dan cara mendapatkan ketenangan jiwa di era modern ini, yang mana manusianya mulai mengalami kegoncangan baik secara materi maupun rohani. Sehingga dapat menjadi acuan dalam

memecahkan masalah terkait timbulnya kegoncangan jiwa bagi masyarakat modern sekarang.

2) Praktis

buah daripada hasil penelitian ini dapat memberikan wacana baru berupa wawasan serta pengetahuan terhadap dunia terapi dan khususnya umat Islam bahwa dengan shalat tahajud sebagai ibadah sunnah dan menjadi obat rohani bagi jiwa. Sebab ketenangan jiwa menjadi keseimbangan untuk kita menjalani kehidupan sehari-hari.

F. Penelitian Terdahulu

Dalam penyusunan sebuah penelitian perlu adanya penelitian terdahulu agar tidak ada kesamaan pada hasil penelitian orang lain maupun hasil sebelumnya. Dengan itu dapat menjadi pembandingan antara hasil kepenulisan. Maka peneliti di sini membuat penelitian yang berjudul “Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan. Dari judul tersebut penulis mengambil hasil penelitian terdahulu baik berupa skripsi maupun jurnal yang relevan dengan penelitian ini.

1) Skripsi, di tulis oleh Ahmad Wahyudin, berjudul “Nilai-nilai Spiritual Shalat Tahajud (Studi di Pesantren Salafiyah Bani Rijah Bojonegoro-Serang)”, dengan alat *library research dan Field Research*. Fokus membahas tentang nilai-nilai spiritual shalat tahajud sebagai pembinaan melatih karakter Santri supaya mandiri dalam aspek ekonomi, kecerdasan spiritual dan intelektual. Maka titik fokus dari penelitian ini ialah nilai-nilai spiritual dari shalat tahajud sebagai refleksi terhadap pembinaan karakter Santri. penelitian tersebut berbeda dengan penelitian ini, yang fokus

membahas pengaruh tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.⁸

- 2) Skripsi, ditulis oleh Nurul Hidayah, berjudul “Shalat Khusyuk sebagai Terapi Ketenangan Jiwa (Kajian Surat al-Mu’minun Ayat 2)”, kajian *library research* dengan hasil deskriptif. Fokus membahas shalat khusyu’ sebagai terapi bagi ketenangan jiwa dalam kajian surat tersebut. Maka berbeda pada penelitian ini yang fokus membahas pengaruh tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.⁹
- 3) Skripsi, ditulis oleh Suhaeni, berjudul “Pengaruh Pembiasaan Shalat Tahajud Terhadap Kecerdasan Spiritual Santriwati Pondok Pesantren Al-Aziziyah Putri Kepek Gunungsari”, dengan metode kuantitatif. Fokus membahas tentang pengaruh shalat tahajud terhadap kecerdasan spiritual Santriwati di pondok pesantren tersebut. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹⁰
- 4) Skripsi, ditulis oleh Neli Ariska Putri, berjudul “Pembiasaan Shalat Tahajud Dalam Membentuk Karakter Disiplin Santri Di Pesantren Darul Aitam Aqshal Ghayat Jakarta”, metode kualitatif. Berfokus membahas tentang pembentukan karakter disiplin santri dengan menerapkan pembiasaan shalat tahajud. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas

⁸ Ahmad Wahyudin, “*Nilai-Nilai Spiritual Shalat Tahajud*” (Skripsi: Fakultas Ushuluddin, Dakwah Dan Adab, IAIN Sultan Maulana hassanuddin, Banten, 2015).

⁹ Nurul Hidayah, “*Shalat Khusyu’ Sebagai terapi Ketenangan Jiwa (Kajian Surat Al-Mu’minun Ayat 2*” (Skripsi: Fakultas dakwah Dan Komunikasi, UIN Ar-Raniry, Aceh, 2021).

¹⁰ Suhaeni, “*Pengaruh Pembiasaan Shalat Tahajud Terhadap kecerdasan Spiritual Santriwati Pondok Pesantren Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari*” (Skripsi: Fakultas Tarbiyah Dan keguruan, Uin Mataram, 2020)

pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹¹

5) Skripsi, ditulis oleh Eka Puji Lestari, berjudul “Pembiasaan Salat Tahajud Dan Salat Dhuha Dalam Penurunan Tingkat Kecemasan Santri Putri Di Pondok Pesantren Al Barokah Mangunsuman Siman Ponorogo Tahun 2020/2021” dengan metode kualitatif. Berfokus membahas terkait pembiasaan salat tahajud dan salat dhuha sebagai cara menurunkan tingkat kecemasan santri di Pondok Pesantren Al Barokah. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹²

6) Skripsi, ditulis oleh Lathifatul Azzizah, berjudul “Pengaruh Intensitas Shalat Tahajud Terhadap Perilaku Sosial Santri Di Pondok Pesantren Al-Hikam Tuguejo Semarang Tahun 2014” dengan metode Kuantitatif. berfokus membahas tentang adanya pengaruh positif dan hubungannya tahajud pada perilaku sosial santri di Pondok Pesantren al-Hikam. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹³

¹¹ Neli Ariska Putri, “*Pembiasaan Shalat Tahajud dalam Membentuk Karakter disiplin Santri di Pesantren darul Aitam Aqshal Ghayat Jakarta*” (skripsi: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan, UIN Syaif Hidayatullah, Jakarta, 2021).

¹² Eka Puji Lestari, “*Pembiasaan Salat Tahajud Dan Salat Dhuha Dalam Penurunan Tingkat Kecemasan Santri Putri Di Pondok Pesantren Al Barokah Mangunsuman Siman Ponorogo tahun 2020/2021*” (Skripsi: Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan, IAIN Ponorogo, 2021).

¹³ Lathifatul Azzizah, “*Pengaruh Intensitas Shalat Tahajud Terhadap Perilaku Sosial Santri Di Pondok Pesantren Al-Hikam Tuguejo Semarang Tahun 2014*” (Skripsi: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan, IAIN Walisongo, Semarang, 2014).

- 7) Skripsi, ditulis oleh Aisyah Fitriyatun Nisa, berjudul “Hubungan Pembiasaan Shalat Tahajud Dengan Kesehatan Mental Remaja Putri di SMP Islam Terpadu Bangkinang” dengan metode kuantitatif. Berfokus membahas tentang hubungan shalat tahajud dengan kesehatan mental remaja Putri di SMP Islam. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹⁴
- 8) Skripsi, ditulis oleh Indri Cahyani, berjudul “Pembiasaan Shalat Tahajud Dalam Meningkatkan Kesuksesan Belajar Aqidah Akhlak Peserta Didik Kelas XII di Madrasah Aliyah Bertaraf Internassional Amanatul Ummah Pacet Mojokerto” dengan metode deskriptif kualitatif. Berfokus membahas tentang pelaksanaan pembiasaan shalat tahajud yang berjalan dengan baik dapat meningkatkan kesuksesan belajar peserta didik. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹⁵
- 9) Skripsi, ditulis Oleh Annisa Nur Illah HS, berjudul “Pengaruh Salat Tahajjud Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar” dengan metode deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional* dan Teknik *Consecutive*. Berfokus membahas frekuensi (intensitas) salat tahajud yang mempunyai pengaruh dan makna

¹⁴ Aisyah Fitriyatun Nisa, “*Hubungan Pembiasaan Shalat Tahajud Dengan Kesehatan Mental Remaja Putri di SMP Islam Terpadu Bangkinang*” (Skripsi: Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2022).

¹⁵ Indri Cahyani, “*Pembiasaan Shalat Tahajud Dalam Meningkatkan Kesuksesan Belajar Aqidah Akhlak Peserta Didik Kelas XII di Madrasah Aliyah Bertaraf Internassional Amanatul Ummah Pacet Mojokerto*”(Skripsi: Fakultas Tarbiyah, Institut Pesantren KH. Abdul Chalim Mojokerto, 2020).

secara mendalam terhadap tingkat stres mahasiswa. Berbeda dengan penelitian ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹⁶

- 10) Jurnal, ditulis oleh Ulfa Fiansin Chusna, Novia Fetri Aliza, dengan judul “Penerapan Terapi Shalat Tahajud Sebagai *Coping Religious* Pada Pasien Rawat Inap Di Rumah Sehat Avicenna Kediri”, dengan metode kualitatif deskriptif. Titik fokusnya membahas penerapan shalat tahajud sebagai terapi bagi pasien. Berbeda dengan penelitian penulis ini yang fokus membahas pengaruh pembiasaan tahajud terhadap kondisi psikis Santri, yakni tahajud berpengaruh terhadap ketenangan jiwa Santri.¹⁷

Maka beberapa penelitian terdahulu tersebut mempunyai tujuan penelitian atau titik fokus yang berbeda dengan penelitian ini, yakni dari tahajud terdapat pengaruh yang berbeda terhadap beberapa variabel dependen atau terkait. Dari penelitian di atas tidak terdapat penelitian yang meneliti tentang pengaruh tahajud terhadap ketenangan jiwa.

Namun penelitian diatas membahas pengaruh tahajud terhadap beberapa variabel independen yang berbeda-beda yakni terhadap kedisiplinan, kesehatan mental, tingkat stres, kecerdasan spiritual, kesuksesan belajar dan sebagai terapi. Dan terdapat pembahasan shalat khusyuk sebagai media mewujudkan ketenangan jiwa. Sehingga berbeda

¹⁶ Annisa Nur Illah HS, “Pengaruh Salat Tahajjud Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar” (Skripsi: Fakultas Kedokteran Muhammadiyah Makassar, 2015).

¹⁷ Ulfa Fiansin Chusna, Novia Fetri Aliza, “Penerapan Terapi Shalat Tahajud Sebagai *Coping Religious* Pada Pasien Rawat Inap Di Rumah Sehat Avicenna Kediri” (Jurnal: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference, 2020).

dengan penelitian ini yang fokus membahas “Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra yang mana penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Karangasawo Paciran Lamongan”.

G. Hipotesis Penelitian

Pada penelitian ini tentu mempunyai hipotesis penelitian sebagai upaya menggambarkan atau memprediksi terhadap permasalahan penelitian. Yakni menyatakan adanya korelasi diantara variabel independen dan variabel dependen. Maka hipotesis pada penelitian ini ialah mencari hubungan pengaruh tahajud sebagai variabel independen terhadap ketenangan jiwa sebagai variabel dependen yang mana subyek penelitian ialah Santri Putra di Pondok Pesantren Karangasawo. Dengan menentukan arah penelitian serta metode analisis data untuk membuktikan adanya hubungan atau korelasi anatara dua variabel tersebut.¹⁸ Sebagaimana pendapat Nursalam bahwa tujuan dari susunan suatu hipotesis ialah *pertama* untuk mejadi jembatan teori dengan kenyataan, *kedua* untuk menjadi alat ukur yang mampu sebagai alat pengembangan ilmu pengetahuan, namun hipotesis tersebut harus menghasilkan suatu penemuan, *ketiga* untuk menjadi petunjuk dalam upaya identifikasi dan interpretasi pada suatu hasil.¹⁹

Maka dengan dasar rumusan hipotesis penelitian ini, sebagai berikut;

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

¹⁸ Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta; Literasi Media Publishing, Juni 2015), 56.

¹⁹ Syahrudin dan Salim, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Citapustaka Media, 2012), 101.

Pada hipotesis ini menyatakan jika terdapat adanya pengaruh antara variabel X (Independen) dan variabel dependen (Y). sehingga hipotesis Ha dalam penelitian ini ialah terdapat adanya pengaruh Tahajud pada ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Karangawo Paciran lamongan.

2. Hipotesis Nihil (Ho)

Pada hipotesis ini menyatakan jika tidak adanya pengaruh antara variabel X (Independen) dan variabel dependen (Y). Sehingga hipotesis Ho dalam penelitian ini ialah tidak terdapat adanya pengaruh Tahajud pada ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Karangawo Paciran lamongan.

H. Definisi Operasional

1. Tahajud

Tahajud merupakan ibadah shalat yang dikerjakan dalam waktu malam setelah shalat Isya' sampai terbitnya fajar, dengan syarat sudah tertidur walupun sebentar, dan hukumnya ialah sunnah mu'akadah. Lalu melakukan shalat tahajud minimal dua raka'at sampai tak terhinghah. Dengan dasar bahwa shalat yang mulia setelah shalat fardhu ialah shalat malam(tahajud). Dan shalat malam ini mempunyai manfaat dan pengaruh yang positif bagi yang melakukan.²⁰

2. Ketenangan jiwa

²⁰ Moh. Rifa'i, Risalah Tuntunan Shalat Lengkap (Semarang: Pt Kary Putra, 2014), 88.

berawal dari “tenang” yang berarti “hal”, “suasana” atau “keadaan” (dalam diri) dan ketentuan (jiwa, perasaan, hati, dan pikiran).

Ketenangan jiwa dalam ilmu psikologi tersusun dari kata “ketenangan” dan “jiwa”. Maka dari dua kata itu mempunyai perspektif bahwa keadaan tenang yang mencakup jiwa, hati dan pikiran dengan tidak ada munculnya perasaan gelisah dan takut.²¹

Ketenangan jiwa pada penelitian ini ialah ketenangan jiwa yang secara psikis merasakan ketenangan, yakni jiwa yang dibimbing secara spiritual dengan Kegiatan tahajud dapat membuahkan jiwa yang dekat dengan Allah. Sehingga menimbulkan ketenangan bagi jiwa seorang Santri. Karena itu jiwa yang tenang ini mempunyai keseimbangan dalam menjalani kehidupan.

I. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini dilakukan dengan sebuah alat atau metode penelitian untuk dapat menggali dan memperoleh data dengan menggunakan metode kuantitatif. Maka penelitian ini dilakukan dalam tujuan menemukan dan membuktikan secara teoritis terhadap populasi atau sampel tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian. Dengan proses analisis secara kuantitatif yang bersifat statistik sebagai tujuan membuktikan hipotesis sebagai tujuan penelitian.

Dengan itu untuk perolehan datanya menggunakan angket atau kuesioner yang sesuai dengan instrumen penelitian, untuk memperoleh data dari

²¹ Abdul Mujib Dan Yusuf Mudzakir, (Mengutip Wahbah Al- Zuhailiy), *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002),183.

informan. Sebagaimana pandangan S. Margono²² bahwa penelitian kuantitatif sebagai suatu proses menumbuhkan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diteliti. Maka penelitian ini dilakukan berupaya untuk mengetahui dan menemukan tentang adanya pengaruh tahajud pada ketenangan jiwa yang mana subyek penelitian ini ialah Santri Putra yang ada di Pondok Pesantren Karangasowo.

1. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Di Pondok Pesantren Karangasowo Paciran Lamongan dengan alasan bahwa di tempat tersebut terdapat kelompok sosial yang bermukim di Pondok Pesantren untuk menuntut ilmu pengetahuan agama maupun umum. Dengan karakter sosial yang mempunyai jiwa yang tenang. Disamping itu mereka dibimbing mendirikan shalat tahajud dimalam hari, yang mana banyak sekali keutamaan-keutamaan yang diberikan oleh Allah kepada yang mengamalkannya. sehingga penulis tertarik untuk melakkukan penelitian terhadap pengaruh tahajud pada ketenangan jiwa santri pura di Pondok Pesantren Karangasowo. Maka pada waktu pelaksanaan penelitian dilakukan mulai pada tanggal 20 Mei 2022, sampai 29 Juni 2022.

²² Samsu, *METODE PENELITIAN: (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development)*, (Jambi; Pusaka Jambi, 2017), 162.

Tabel 1. 1

Jadwal Penelitian

| No | Kegiatan | Bulan Mei | Bulan Juni | | | |
|----|--|-----------|------------|---|---|---|
| | | Minggu Ke | | | | |
| | | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Membuat rancangan penelitian dan kuesioner penelitian. | √ | | | | |
| 2 | Melakukan survey dan menyebarkan kuesioner kepada responden. dan Pengujian data; uji validitas dan uji reliabilitas. | | √ | | | |
| 3 | Penyajian data kuesioner. | | | √ | | |
| 4 | Menganalisis data melalui uji regresi linear sederhana, dengan program SPSS. | | | | √ | |
| 5 | Membuat Kesimpulan dari hasil analisi data | | | | | √ |

2. Populasi dan Sempel

1) Populasi

Populasi merupakan jumlah yang terdiri atas, obyek atau subyek dengan karakteristik tertentu untuk dipilih dan dipelajari sebagai suatu

penelitian, sehingga dapat menarik suatu kesimpulan. Dalam populasi juga tidak hanya orang saja melainkan benda, hewan dan yang lainnya, serta seluruh aspek yang ada disekitar lokasi penelitian, baik itu karakteristik, sifat maupaun wujudnya. Menurut Ismayanto menyatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian yang bisa berupa orang, benda, atau lainnya, yang terpenting hal itu dapat memberikan informasi berupa data untuk diteliti adanya. Dan populasi yang diketahui jumlahnya disebut *populasi finitif*. Maka populasi yang dimaksud ialah jumlah Santri Putra di Pondok Pesantren Karangasawo Paciran Lamongan yang sebanyak 104 orang.

2) Sampel

Sampel ialah sebagian anggota yang diambil dari populasi, apabila dengan subyeknya kurang dari 100, harus diambil semuanya atau disebut penelitian populasi. Apabila lebih dari 100 dapat diambil diantara 10% sampai 15 %, 20% sampai 25% dan selebihnya.²³

Dengan simple random sampling yakni dengan memilih sampel sederhana karena dari adanya populasi tersebut kemudian sebagiannya diambil secara acak untuk menjadi sampel tanpa memperhatikan strata.²⁴

3. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

²³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1996), 120.

²⁴ Ibid, 64.

Sumber data primer yang berupa data utama dan paling penting dalam penelitian ini, diperoleh dari subyek penelitian secara langsung. Dengan menggunakan angket(kuesioner) yang disebarakan pada responden atau subyek penelitian. Subyek penelitian ialah santri putra di Pondok Pesanten Karangawo Paciran Lamongan.

b. Data sekunder

Pada data sekunder diperoleh dari beberapa karya-karya ilmiah sebagai literatur yang menjadi tambahan secara relevan bagi penelitian ini, Serta misalnya buku, jurnal, artikel dan lainnya. Yang mana mendukung untuk melengkapi terkait teori-teori kajian dalam penelitian ini.

4. Variabel, Indikator dan Instrumen Penelitian

1) Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel sebagai obyek penelitian. Dalam pengertiannya variabel merupakan nilai, sifat, dari orang atau obyek atau kegiatan yang memiliki variasi yang beragam yang ditentukan oleh peneliti serta dipelajari dan memberikan kesimpulan.²⁵

Adanya variabel pada penelitian menjadi faktor dan peran bagi fenomena atau peristiwa yang sedang diteliti. Dan terdapat dua variabel yakni, independen sebagai variabel bebas, sedangkan dependen sebagai variabel terkait. Maka variabel bebas mempunyai pengaruh atau menjadi faktor adanya sesuatu yang beruba atau munculnya sesuatu sebagai variabel terkait.

²⁵ Ibid,.

2) Indikator Penelitian

a. Tahajud

- 1) Penerapan yang baik.
- 2) Niat melakukan tahajud.
- 3) Penghayatan ketika melakukan tahajud.
- 4) Merasakan pengaruh hikmah tahajud.

b. Ketenangan jiwa

- 1) Mempunyai akhlak yang baik.
- 2) Emosional yang baik (positif).
- 3) Mudah bersyukur.
- 4) Mudah bersabar.

3) Instrumen Penelitian

Pada instrumen penelitian ini digunakan sebagai upaya pengumpulan data-data melalui observasi, survei, wawancara kepada pengasuh, dan santri putra di pondok pesantren Desa Paciran Lamongan.

Dan menyebar angket penelitian kepada Santri Putra.

Tabel 1. 2

Variabel, Indikator dan Instrumen Penelitian

| No | Variabel | Indikator | Item Soal | Total Soal |
|----|-------------------------|--|----------------------|-------------|
| 1 | Tahajud (Independen) | a. Penerapan tahajud b. Niat melakukan tahajud c. Penghayatan ketika melakukan tahajud | 1,2 3,4 5,6,7, | 3 1 3 |

| | | | | |
|---|----------------------------|--------------------------------------|----------|----|
| | | d. Merasakan pengaruh Hikmah Tahajud | 8,9,10 | 3 |
| 2 | Ketenangan Jiwa (Dependen) | a. Akhlak yang baik | 1,2,7,8 | 5 |
| | | b. Emosional positif | 3,6,9,10 | 6 |
| | | c. Mudah bersyukur | 5, | 2 |
| | | d. Mudah bersabar | 4, | 2 |
| | Jumlah | | | 20 |

Adanya instrumen penelitian supaya tujuannya lebih terarah dalam menemukan dan mengetahui adanya pengaruh tahajud yang dilakukan Santri Putra terhadap kondisi psikisnya.

5. Pengumpulan Data

1) Metode Survei

Metode survei merupakan jenis metode penelitian yang melakukan pengumpulan data dilapangan dengan menggunakan angket sebagai instrumen utama. Menurut Gay dan Diehl menyatakan bahwa “Metode penelitian survei merupakan metode yang digunakan sebagai kategori umum penelitian yang menggunakan angket dan wawancara.” Metode ini sering digunakan, karena dengan konsep yang sederhana dan cepat dalam pengambilan datanya.²⁶

2) Teknik angket

²⁶ Samsu, *METODE PENELITIAN: (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development)*.

Angket menjadi alat dalam mengumpulkan data. Dengan berupa pertanyaan-pertanyaan secara tertulis kepada responden, yang kembalinya hasil jawaban juga secara tertulis yang datanya dalam bentuk angket. Karena pertanyaan dalam angket sudah tersedia jawaban yang terbatas yaitu, tidak pernah, jarang, sering, dan selalu. Sehingga responden tidak dapat memberikan jawaban lain. Penelitian ini ditujukan pada subyek penelitian, yakni santri putra di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan. Angket digunakan dengan ketentuan setiap jawaban dari item pertanyaan terdapat nilai berdasarkan skala likert guna mengetahui berupa nilai angka terhadap sikap, perasaan, dan pengalaman responden terhadap keadaan yang diteliti. Sebagai berikut;

Tabel 1. 3
Skor Skala Likert

| Jawaban | Skor |
|----------------|-------------|
| Selalu | 4 |
| Sering | 3 |
| Jarang | 2 |
| Tidak pernah | 1 |

3) Wawancara

Pada proses wawancara ini dilakukan untuk memperoleh informasi sebagai data yang diperlukan pada penelitian ini. Dalam wawancara yang dilakukan secara terbuka kepada informan sebagai

subyek penelitian. Dengan menyiapkan beberapa pertanyaan terkait pelaksanaan tahajud dan pengaruhnya pada kondisi jiwa Santri. Untuk informannya ialah pengasuh pondok pesantren.

4) Dokumentasi

Pada teknik dokumentasi ini merupakan upaya pengumpulan data yang terkait dengan variabel maupun data responden dengan menggunakan media yakni foto, video dan jenis dokumen lain. Karena itu dokumentasi sebagai upaya pembuktian secara akurat terhadap berlangsungnya kondisi dan situasi di lapangan termasuk kegiatan shalat tahajud di Pondok Pesantren. Sehingga dokumen tersebut menjadi penguat bagi kebenaran pada penelitian tersebut.

J. Pengelolaan Data Penelitian

Pada proses pengolahan data dilakukan dengan pendekatan kuantitatif yakni sebagai proses memperoleh data secara ringkas dari hasil mentahan, yang dilakukan dengan metode tertentu. Maka proses tersebut dilakukan dengan cara berikut;

1. Analisis Deskriptif

Pada analisis ini dilakukan analisis data menggunakan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data-data yang sudah dikumpulkan dengan sesuai keadaan adanya tanpa bertujuan untuk membuat kesimpulan yang berlaku bagi umum. Maka analisis deskriptif ini digunakan untuk menggambarkan pengaruh tahajud bagi ketenangan jiwa Santri Putra di Pondok Pesantren Karangawo.

2. Editing/verifikasi

Sebagai upaya proses verifikasi data yang telah diperoleh dengan dicek dan diperiksa untuk mengetahui adanya kemungkinan akan data yang telah masuk tidak memenuhi syarat atau tidak dapat diterima. Maka akan diverifikasi ulang terkait kelengkapan data angket yang terjawab, karena jika adanya kekurangan dari angket tersebut. Akan diperbaiki atau disempurnakan jawaban dengan menghubungi ulang responden, agar angket tersebut valid.

3. Tabulating

Data yang masih berupa angket akan dipindahkan oleh penulis ke dalam bentuk tabel. Setelah data dikelola dengan bentuk tersebut dan hasilnya dinyatakan sah. Maka data table akan dianalisa dengan teknik deskriptif dan presentatif.

4. Analiting

Pada langkah ini ialah pengolahan data yang telah dianalisa secara verbal, agar hasil penelitian lebih mudah pemahamannya.

K. Analisis Data

Pada proses penelitian fase ini dilakukan secara bertahap dalam mengarahkan data sampai pada tahap penarikan kesimpulan sebagaimana tujuan pada penelitian ini, yakni;

1. Metode analisis data yang digunakan oleh penulis pada penelitian ini ialah dengan menggunakan program *Software IBM SPSS (Statistical Program for Social Science) version 28.0.1.1. for windows* sebagai alat analisis modern untuk menguji hipotesis yang diajukan, yakni Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra di Pondok Pesantren Karangasawo.

2. Uji Instrumen Penelitian

Pada uji ini dilakukan dalam dua proses, yakni uji validitas sebagai alat yang menggambarkan kemampuan suatu instrumen penelitian dalam memperoleh data. Dan uji reliabilitas yang menguji ketepatan suatu instrumen penelitian dalam memperoleh data.²⁷

3. Uji Asumsi Klasik

Uji ini dilakukan sebelum uji hipotesis, yang mana data yang terkumpul di uji secara normalitas, linieritas, dan homogenitas. Lalu, jika hasil data tersebut dapat dikatakan normal, linier dan homogen, maka dapat dilanjutkan pada uji hipotesis.

4. Uji Parsial (Uji t)

Uji t merupakan pengukur seberapa pengaruh satu variabel independen secara individual dalam menjelaskan adanya variabel dependen. Dengan adanya dasar pengambilan keputusan yakni menggunakan angka probabilitas signifikansi bahwa 1) jika angka probabilitas signifikansi $> 0,05$ artinya H_0 diterima dan H_a tidak diterima. 2) jika angka probabilitas signifikansi $< 0,05$ artinya H_0 tidak diterima dan H_a diterima.

5. Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis ini digunakan hanya pada satu variabel independen dan satu variabel dependen. Karena tujuan metode ini guna sebagai peramalan atau

²⁷ Syahrudin dan Salim, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, 134.

prediksi terhadap besaran nilai variabel dependen yang dipengaruhi oleh variabel independen.²⁸

Dengan menggunakan rumus regresi linear sederhana yakni;

$$Y = \alpha + b \cdot X$$

Keterangan;

Y = Variabel terkait → Ketenangan Jiwa

X = Variabel bebas → Tahajud

α dan b = Konstanta

L. Sistematika Penulisan

Dalam sistematika penulisan ini disusun agar mendapatkan gambaran yang lebih mudah pada penulisan ini dengan diuraikan pada setiap bab-nya yang mana akan terdiri dari lima bab, berikut ini;

BAB *Pertama* : Pendahuluan; Sebagai Penjelasan Tentang Latar Belakang, Identifikasi dan Rumusan Penelitian, Tujuan Penulisan, Penelitian Terdahulu, Hipotesis Penelitian, Definisi Operasional, Metode Penelitian, Teknik Penyajian Data, Teknik Analisis, Dan Sistematika Penulisan.

BAB *Kedua* : Kajian Teoritis Tahajud dan Ketenangan Jiwa.

BAB *Ketiga* : Pemaparan Data; Gambaran Umum Profil Pondok Pesantren Karangaswo, Data Statistik Deskriptif.

BAB *Keempat* : Analisa Data Kuantitatif; dengan Uji Validitas dan Reabilitas, Uji Asumsi Klasik, Uji hipotesis, dan Uji Regresi Sederhana.

²⁸ Samsu, *METODE PENELITIAN: (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development)*, 155.

Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren
Tahfizhul Quran Karangaswo.

BAB *Kelima* : Penutup Yang Diisi Dengan Hasil Yakni, Kesimpulan
Dan Saran.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II
KAJIAN TEORI
TAHAJUD DAN KETENANGAN JIWA

A. Kajian Teori Tentang Tahajud

1. Pengertian Tahajud

Tahajud secara bahasa bermula dari kata “*tahajjada*” yang diartikan sebagai bangun disengaja, terjaga. Namun secara istilah tahajud ialah shalat sunnah yang diamalkan pada waktu malam hari, atau setelah shalat isya’ dengan syarat sudah tertidur atau bangun dari tidur. Sehingga dapat dikatakan Shalat tahajud, jika sudah memenuhi syarat tertidur meskipun sebentar dan tidak dikatakan tahajud dengan sebab belum tertidur melainkan seperti shalat sunnah yang lain.¹

Pelaksanaan shalat tahajud dapat diamalkan dengan Jumlah raka’atnya minimal dua dan Jumlah maksimalnya tidak dibatasi, serta waktunya ialah setelah isya’ dan sampai terbitnya fajar. Sehingga setelah shalat Isya’ kemudian tertidur walaupun sebentar dan terbangun untuk melakukan shalat sunnah, dapat dikatakan tahajud. Sedangkan nama lain dari tahajud biasa disebut *qiyamul lail*, namun ada perbedaan keterangan, dimana *qiyamul lail* juga dikerjakan di malam hari tetapi tanpa syarat harus tertidur. Berbeda dengan

¹ Nur Hafifah Dan Muchammad Saiful Machfud, “Pengaruh Shalat Tahajud Terhadap Esq (Emotional Spiritual Quotient) Santri,” *Jkaka:Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam* 1, No. 1 (20 Januari 2021): 63.

tahajud yang harus tertidur lebih dulu sebelum mengerjakannya. Dalam firman Allah dijelaskan;

وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا

Artinya : “dari sebagian malam hari, maka bersujudlah kepada-Nya dan bertasbihlah(memujilah) kepada-Nya, pada waktu malam yang panjang.” (Q.S. Al-Insan: Ayat: 6).

Karena itu diriwayatkan pada sebuah hadis diriwayatkan bahwa Nabi Saw tidak pernah lepas dari menjalankan shalat tahajud sampai pada dipanggilnya ke hadapan Allah.²

2. Hukum Tahajud

Tahajud merupakan ibadah tambahan yang dianjurkan karena kemuliaannya, namun hukum melakukan tahajud ialah sunnah mu’akadah. Sunnah mu’akadah yakni sunnah yang dikuatkan dengan dalil. Maka berdasarkan hadis yang diriwayatkan Muslim; dari Abu Hurairah; Rasulullah bersabda “Puasa yang paling mulia setelah Ramadhan ialah puasa dibulan Muharram. Dan shalat yang paling mulia setelah shalat fardhu ialah shalat malam(tahajud)”.

Sebagaimana dijelaskan dalam firman-Nya.

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

² Sulis Istiqomah, “Relevansi Antara Shalat Tahajjud Dan Ketenangan Jiwa (Studi Kasus Yayasan Pondok Pesantren Putri An-Nuriyah)” (Skripsi: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, UIN Sunan Ampel, 2012), 13.

“Dan di sebagian waktu malam, dirikanlah(shalat) tahajud sebagai ibadah tambahan untuk kamu; maka Tuhan-mu akan mengangkat-mu pada tempat yang terpuji”. (Q.S. Al-Isra [17] : 79).

Dengan penjelasan menurut tafsir Ibnu Kathir yang dikutip oleh Aisyah bahwa shalat malam merupakan perintah Allah kepada Nabi Muhammad Saw sebagai ibadah tambahan. Hal ini juga dijelaskan pada hadis yang diriwayatkan oleh Abu Huraira r.a. dari Rasulullah Saw. Ketika Rasul ditanya tentang Shalat yang mulia setelah shalat fardhu. Beliau menjawab dengan berdasarkan ayat:

عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

Bagian ayat diatas diterangkan dalam tafsir Ibnu Kathir yang dikutip oleh Aisyah bahwa bagi siapa yang mengerjakan apa yang telah diperintahkan oleh-Nya, sungguh akan memperoleh kemuliaan dari-Nya. Maka ini menunjukkan bahwa orang yang mengerjakan shalat malam sebagai upaya menambah amal ibadahnya. Sungguh ia akan mendapatkan kemuliaan dari Allah.³

3. Etika Melaksanakan Tahajud

Dalam melakukan tahajud ada beberapa hal yang harus diperhatikan:

- 1) Wudhu dan berdoa sebelum tidur.
- 2) Berniat melakukan shalat tahajud sebelum tidur.

³ Aisyah Fitriyhtun Nisa, “Hubungan Pembiasaan Shalat Tahajjud Dengan Kesehatan Mental Remaja Putri Di Smp Islam Terpadu Bangkinang” (Skripsi: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2022), 17.

- 3) Ketika bangun, membersihkan wajah habis tidur dan bersuci.
- 4) Hendaknya membangunkan keluarga untuk melakukan tahajud bersama.
- 5) Ketika mengantuk hendaknya shalatnya dihentikan dulu, sampai ngantuknya hilang.
- 6) Tidak memaksakan diri, hendaknya dilakukan semampunya, tapi lebih baik membiasakan diri. Karena jika sudah terbiasa tidak akan ngantuk maupun merasa berat.
- 7) Dianjurkan sekali di waktu malam untuk memohon ampunan kepada Allah.

4. Waktu Pelaksanaan Tahajud

Pada malam hari terbagi menjadi tiga waktu yang disunnahkan mendirikan tahajud, berikut ini⁴:

- 1) Dalam waktu yang pertama, ialah disunnahkan tahajud di sepertiga malam yang lebih awal diantara pukul 19:00 sampai 22:00.
- 2) Dalam waktu yang kedua, ialah disunnahkan tahajud pada sepertiga malam yang lebih utama diantara pukul 22:00 sampai 01:00 lebih dini.
- 3) Dalam waktu yang ketiga atau terakhir ialah disunnahkan tahajud pada sepertiga malam yang paling utama diantara pukul 01:00 sampai datang waktunya shalat fardhu subuh.

⁴ Hafifah dan Machfud, “Pengaruh Shalat Tahajud Terhadap ESQ (Emotional Spiritual Quotient) Santri.”, 70.

5. Manfaat Dan Hikmah Tahajud

Dilihat dari manfaatnya, tahajud mempunyai rahasia keutamaan yang luas bagi yang mengamalkannya, sebagai berikut;

1) Menjauhkan Diri Dari Dosa dan mendapat Ampunan-Nya

Maka orang yang melaksanakan tahajud akan dijauhkan dari dosa yang artinya, dijauhkan dari segala perbuatan buruk yang dilarang oleh Allah. Karena itu tahajud dapat menghapus sifat jahat maupun buruk dan mengangkat derajat seseorang. Sehingga harus menjaga hati agar tetap terhindar dari sifat yang jahat dapat diupayakan dengan mendirikan shalat tahajud. Hal ini dijelaskan dalam Firman Allah;

”...وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرِ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ

وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ”

“Dan dirikanlah Shalat. Karena shalat itu menjauhkan diri dari (perbuatan-perbuatan) yang buruk dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) ialah lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah yang lain). Dan Allah lebih mengetahui apa yang kamu perbuat”. (Q.S. Al-Ankabut ayat ke 45).

Ayat diatas menerangkan tentang hikmah shalat yang menjadikan hamba merasa selalu dalam pengawasan Allah, dan jika hamba tersebut selalu ingat kepada Allah. Maka tidak akan mungkin hamba tersebut

melakukan kemaksiatan. Namun orang yang selalu ingat kepada-Nya kan mendapat petunjuk dan selalu bertaqwa.⁵

2) Memperkuat Kedekatan Kepada Allah

Dalam menjaga hubungan yang dekat kepada Allah harus berusaha mendekat dengan menjalankan perintah-Nya. Salah satu bentuk usaha tersebut ialah dengan menjalankan tahajud i waktu malam hari. Karena tahajud di keheningan malam dapat menjaga konsentrasi saat menghadap kepada Allah.

Dengan menjalankan ibadah di malam hari dapat menjadi pendekatan langsung kepada Allah. Sehingga jiwa merasa lebih dekat dan erat dengan hubungan ibadah tahajud. Karena itu tahajud merupakan metode atau jalan bagi orang yang meminta ampunan, pertolongan, dan kemudahan dalam segala urusan. Maka dengan tahajud dapat memperoleh perlindungan dari Allah, serta pertolongan-Nya dari kerusakan Jiwa.⁶

3) Penyembuh Bagi Jiwa

Semua orang tentu ingin mendapatkan ketenangan dalam jiwanya, sedangkan untuk mendapatkan itu tidak mudah. Dengan adanya permasalahan ataupun dalam hidup yang dialami manusia, dapat menjadikan jiwa tidak tenang. Sebab tidak dapat menyelesaikannya dan tidak dapat menerima cobaan itu dengan ikhlas.

⁵ Ummi Latifah, “*Salat Tahajjud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa*” (Skripsi: Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan, 2016), 50.

⁶ Ibid, 53.

Maka agar memperoleh ketenangan jiwa seharusnya dengan menjaga hubungan dengan Allah, artinya selalu berupaya mendekatkan diri kepada-Nya. Dalam upaya mendekatkan diri kepada Allah dapat dilakukan dengan ibadah shalat yaitu tahajud. Karena dengan bertahajud dapat memperoleh ketenangan hati, pikiran dan jiwa. yang mana tahajud bisa menjadi obat atau mengurangi rasah sakit dalam tubuh baik fisik maupun psikis. Hal ini dibuktikan dari pandangan orang salaf yang menyatakan bahwa bangun malam, melakukan tahajud dan bermunajat kepada Allah dapat menjaga kesehatan tubuh. Hal ini sebagaimana yang dinyatakan oleh Moh Sholeh bahwa dengan melakukan tahajud dapat meningkatkan kemampuan pengendalian diri yakni berupa ketenangan jiwa.⁷

4) Sebagai metode mendekatkan diri Kepada Allah

Tujuan hidup ialah mendekatkan diri kepada Allah, sebab orang-orang yang dekat kepada-Nya akan merasakan ketenangan jiwa dan mudah mengontrol diri.⁸

5) Diangkat derajatnya disisi Allah

Hal ini dijelaskan dalam al-Quran bahwa Allah akan mengangkat para hambah-Nya ke derajat mulia disisi-Nya bagi yang beristiqamah menjalankan shalat malam. Dalam firman-Nya Q.S. al-Isra ayat 79 yang artinya;

⁷ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud* (Jakarta: PT. Mizan Publika, 2012), 3.

⁸ Nur Hafifah Dan Muchammad Saiful Machfud, "Pengaruh Shalat Tahajud Terhadap Esq (Emotional Spiritual Quotient) Santri," *Jkaka:Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam* 1, No. 1 20 Januari 2021, 72.

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan pada malam hari, hendaklah engkau shalat tahajud sebagai tambahan bagi engkau. Mudah-mudahan Tuhan mengangkat engkau ketempat(derajat) yang terpuji”.⁹

6) Dikabulkan Doa-doanya Oleh Allah

Maka bagi hamba yang bangun malam hari untuk tahajud dan memanjatkan doa. Tentu doa-doa tersebut akan dikabulkan Oleh Allah. Sebagaimana sabda Rasulullah dalam hadis¹⁰;

“Allah turun kelangit dunia setiap malam pada sepertiga malam terakhir. Lalu, Allah berfirman “siapa yang berdoa kepada-Ku niscaya akan Ku beri!”, “Siapa yang meminta ampunan Ku, niscaya Aku ampuni.” Demikianlah keadaannya setiap malam”. (H.R. Bukhari & Muslim).

B. Ketenangan Jiwa

1. Pengertian Jiwa

Dalam bahasa arab kata “nafs” bermakna luas, yang lebih dikenal dengan jiwa. Dalam psikologi, jiwa sangat dikaitkan pada tingkah laku manusia. Karena para psikolog mengamati terhadap tingkah laku manusia sebagai indikator dari keadaan jiwanya. Sebab itu dari berbagai teori dalam psikologi mempunyai perspektif bahwa jiwa-lah yang menjadi sebab dibalik gerak-gerik dari tingkah laku manusia.¹¹

⁹ Said bin Ali Wahf Al-Qathani. *Ensiklopedi Shalat* (Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i, 2006).

¹⁰ Ibid.

¹¹ Abd Syukur, “Metode Ketenangan Jiwa: Suatu Perbandingan Antara Al-Ghazâlî Dan Sigmund Freud,” *Islamica: Jurnal Studi Keislaman* 1, No. 2 (22 Januari 2014),162.

Berbeda dalam perspektif Imam Ghazali yang berdasarkan dari sudut pandang keabadian jiwa, menjelaskan bahwa jiwa manusia mempunyai sifat yang bertabiat ilahiyah, ingin melakukan kebaikan dan rindu kepada Tuhannya. Sehingga mungkin memperoleh sinar atas cahaya Ketuhanan agar timbul keinginan mendekatkan diri kepada tuhan. Hal ini berdasarkan aliran spiritualisme yang menyatakan dengan prinsip keyakinannya bahwa jiwa(ruh) merupakan inti(subtansi) yang mempunyai tabiat ketuhanan yang melekat, meskipun terpisah dengan jasad saat mengalami kematian, tetapi jiwa tidak akan hancur.

Namun, jiwa dan jasad manusia merupakan realitas yang bertemu dan menyatu dalam kehidupan dunia. Sehingga terdapat dorongan dari keinginan-keinginan secara fisik yang mana keinginan itu bersifat materil(duniawi). Maka hal itu bisa membuat jiwa merasa terkenggang. Dan jiwa terasa terbebani serta bisa menimbulkan ketidaktenangan atau gelisah. Oleh sebab itu dalam tasawuf mempunyai solusi sebagai penyembuh atas kegelisanhan atau jiwa yang tidak tenang. Menurut ahli tasawuf upaya yang harus dilakukan untuk menyucikan jiwa dan hati ialah dengan metode memperbanyak zikir atau mengingat kepada Allah. Demikian ini dalam tasawuf terdapat *maqamat* dan *ahwal* sebagai metode untuk menyucikan diri dan mendekatkan diri menuju Allah. Dalam pandangan Ghazali bahwa proses penyucian diri dapat dilakukan dengan *riyadah*, *muhassabah*, dan *mujahadah*.¹²

¹² Ibid, 167.

2. Pengertian Ketenangan Jiwa

Dalam pengertian menurut bahasa “ketenangan” berasal dari kata “tenang” yang ditambahkan ke-an, yang artinya tidak gusar, menatap, yakni kondisi jiwa dengan keadaan seimbang yang menjadi sebab seseorang tidak gugup atau resah. Selain itu tenang dapat diartikan diam, tidak merasa gelisah, tidak cemas dan tidak susah, atau sebaliknya yakni suasana yang terkondisikan dengan emosi yang positif dalam menghadapi sesuatu.¹³

Dalam perspektif Ghazali menyatakan bahwa ketenangan jiwa merupakan keadaan yang dialami dan dirasakan oleh manusia, yang mana dalam tasawuf disebut *ahwal*. Namun pada kenyataannya jiwa dan jasad merupakan hubungan yang dapat dikatakan memiliki keseimbangan. Disamping itu terdapat perbedaan sifat dan karakteristik masing-masing dari keduanya. Sehingga sifat dan karakteristiknya secara substansial berdiri sendiri meskipun berdampingan. Yakni jasad yang bersifat fisik dan materil pada dasarnya tidak mempunyai efektifitas, akan tetapi terikat oleh hukum alam dan tidak dapat melakukan perbuatannya sendiri di kehidupan dunia ini. Sedangkan jiwa merupakan metafisik yang keberadaannya tidak dapat digambarkan secara bentuk struktur materil, akan tetapi mempunyai daya yang dapat bergerak, mengetahui dan bersifat kekal.¹⁴

Maka ini menunjukkan bahwa keadaan jiwa dan jasad yang mempunyai dasar sifat dan karakteristik yang berbeda. Sehingga hal itu dapat membuat

¹³ Burhanuddin Burhanuddin, “Zikir Dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Kegalauan Jiwa),” *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 6, No. 1 (30 April 2020), 20.

¹⁴ Abd Syakur, “Metode Ketenangan Jiwa: Suatu Perbandingan Antara Al-Ghazâlî Dan Sigmund Freud,” 169.

kepribadian manusia yang beragam. Karena dari keduanya akan menimbulkan gejala saling tarik-menarik atas sifat dan karakteristik masing-masing. Demikian ini ketenangan jiwa dapat dikatakan fenomena yang tidak stabil atau berubah-ubah, sehingga menjadi tujuan yang harus dicapai.

Berangkat dari perspektif tasawuf akhlaqi dalam pemikiran Ghazali dijelaskan tentang mencapai ketenangan jiwa yang harus dilalui dengan metode latihan dan pendidikan bagi jiwa atau disebut tazkiyatun al-nafs, yang dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok. Menurutnya, tazkiyatun al-nafs merupakan cara yang harus ditempuh sebagai proses yang dilakukan yakni melalui merasakan atau menghayati pengalaman intuitif (al-dawq) yang dialami, karena tidak hanya dengan penggapaian akal, sebab dengan intuisi yang dapat menjadikan jiwa mudah tersentuh dan menyentuh hakekat-hakekat secara langsung, bukan hanya teoritik. Karena intuisi yang cerdas dapat menemukan dan menyentuh oleh rasa terhadap yang hakiki dan akan menyiptakan keadaan jiwa yang tenang. Dalam melakukan tazkiyatun al-nafs dapat dilakukan dengan; ibadah-ibadah syar'iyah, zikir kepada Allah, dan melepas diri dari cinta duniawi.¹⁵

Maka untuk mengetahui bagaimana keadaan jiwa, perlu diketahui adanya beberapa istilah dari keadaan jiwa manusia perspektif Islam¹⁶ sebagai berikut;

a) Al-Nafs Al-Ammarah Bi Al-Su'

¹⁵ Syukur, "Metode Ketenangan Jiwa.", 171

¹⁶ Fuad Mahbub Siraj, "Relevansi Konsep Jiwa Al-Ghazali Dalam Pembentukan Mentalitas Yang Berakhlak," *Inquiry Jurnal Ilmiah Psikologi* 09, No. 1 (Juli 2018), 36.

Jiwa yang meninggalkan perintah-perintah untuk perbuatan baik, dan lebih cenderung mengikuti tipuan syaitan yang ingin selalu mendorong manusia untuk melakukan perbuatan-perbuatan hina yang dilarang agama, serta dorongan hawa nafsu yang buruk. Sehingga nafs ini mengajak manusia untuk melakukan perbuatan jahat.

b) Al- Nafs Al-Lawwamah

Jiwa yang merasa tenang tetapi tidak sempurna ketenangannya, karena masih bisa terpeleset ke dalam perbuatan yang buruk. Selain itu jiwa ini juga mencelah kepada dirinya sendiri sebagai wujud penyesalan setelah melakukan keburukan meskipun disebabkan keteledoran atau kelalaiannya. Sehingga dapat dikatakan jika jiwa ini lebih baik dari jiwa ammarah, karena nafs lawwamah ini mempunyai sifat rasional dan masih terdorong pada perbuatan kebaikan. Meskipun, dorongan yang lebih kuat pada perbuatan kejahatan.

c) Al-Nafs Al-Muthmainnah

Jiwa ini lebih mulia dari sebelumnya, sebagaimana kondisi jiwa ini yang selalu dalam keadaan tenang. Sehingga jiwanya telah terlepas dari sifat-sifat kebinatangan dan jiwanya terpancar penuh oleh cahaya ilahiyah.

Demikian ini golongan jiwa dalam diri manusia yang semua itu tidak tetap atau berubah-ubah, sehingga bagaimana upaya manusia untuk menang dalam menghadapi tipudaya syaitan yang membisik ke dalam qalbu. Maka dengan tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) dan selalu waspada dengan cara taqwa kepada Allah. Karena manusia yang berusaha menjaga kesucian diri,

iman, dan taqwalah yang hanya dapat memenangkan jiwanya dari tipuan hawa nafsu dan syaitan.

3. Indikator Ketenangan Jiwa

Dalam pengamatan terhadap ketenangan jiwa seseorang memang tidak begitu mudah diketahui, sebab hal tersebut tidak bisa diperiksa, diukur, atau dilihat dengan alat medis. Sedangkan cara untuk mengetahui ketenangan jiwa ialah dengan tindakan, tingkah laku, pikiran, atau perasaan. Dimaksud ialah pengamatan dari tingkah lakunya, dengan itu dapat dilihat kondisi jiwanya, dan dapat diketahui keadaan emosionalnya. Karena ada goncangan dalam jiwa dapat mempengaruhi tindakan juga. Maka dapat dilihat karakteristik bagi ketenangan jiwa berikut ini:

Dari pandangan menurut Abdul Mujid, menyatakan ada beberapa ciri atau indikator ketenangan jiwa ialah jika keadaan jiwa yang tenang dan tentram akan digambarkan sebagai berikut¹⁷;

- 1) Terdapat kemampuan diri sebagai individual dapat menghadapi perkembangan dan permasalahan yang terus ada mengikuti perubahan zaman.
- 2) Terdapat kemampuan diri sebagai individu yang sabar dalam memecahkan persoalan dalam menjalani kehidupan.
- 3) Terdapat upaya yang optimis sebagai individual dalam menjalani hidup dengan kehidupan yang selalu dalam hal-hal yang positif.

¹⁷ Abdul Mujid Dan Yusuf Mudzakkir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo, 2001), 139.

Sedangkan, dari pandangan hakim, terkait indikator ketenangan jiwa ialah¹⁸;

- 1) Suasana jiwa tidak kacau (rileks).
- 2) Lebih lapang dada dalam menerima keadaan atau kenyataan hidup dengan adanya(pasrah).
- 3) Mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi permasalahan.
- 4) Dapat menempatkan diri atau menyesuaikan diri terhadap keadaan sekitar, dan tertib mematuhi norma-norma yang ada di tengah masyarakat (bisa beradaptasi).
- 5) Adanya kesadaran diri memahami kekurangan dan kelebihan pribadi sendiri serta menyadari kemampuan diri sendiri dalam menjalani kehidupan (menenal diri).
- 6) Mampu menjalani kehidupan dengan mematuhi dasar keagamaan (bertaqwa kepada Allah).

4. Cara Memperoleh Ketenangan Jiwa

Dalam menggapai ketenangan jiwa terdapat beberapa faktor untuk memperolehnya¹⁹

¹⁸ Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi* (Jakarta: Puspa Swara, 2003), 35 .

¹⁹ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi* (Jakarta: Gema Insani, 2005), 452.

- 1) Faktor pertama ialah memperkuat nilai-nilai spiritual dalam diri dengan menguatkan keimanan dan ketauhidan kepada Allah. Serta tidak mensyirikan-nya.
- 2) Faktor kedua ialah mengontrol diri dalam memenuhi kebutuhan jasmani dengan memberikan motivasi agar mudah mengendalikan emosioanal.
- 3) Faktor ketiga ialah memahami dan menerapkan konsep tentang menjaga kesehatan jiwa. Karena jiwa yang sehat dapat memperoleh ketenangan, tentran, dan rasa aman.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

PEMAPARAN DATA

A. Gambaran Tempat Penelitian

1. Profil Umum Pondok Pesantren karangsawo

Nama : Karangawo

Nspp : 510035240232

Alamat : Jl. Gunungjati No. 99 Rt/Rw.07/01, Seketer Desa
Paciran, Kel. Paciran, Kec. Paciran, Lamongan –
Jawa Timur

Kode Pos : 62264

Telepon : 081553752249

Titik Koordinat : -6,8733680(Latitude), 112,3267490(Longitude).

Tahun didirikan : 2012 M/1433H

Pengasuh : KH. Minhajul Abidin

2. Sejarah Singkat Berdirinya Pondok Pesantren Karangawo

Berdirinya Pondok Pesantren Karangawo ini sejak tanggal tahun 2010 namun baru di resmikan oleh kemenag RI pada tanggal 15 Desember 2012. Letaknya yang bertempat di lahan yang masih asri dan permai, di Sekeret Desa Paciran, Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Jawa Timur. Tujuan berdirinya ini sebagai penerus perjuangan dari misi

pengembangan agama Islam yang dahulunya dirintis oleh Ki Darsono alias Kyai Pucangsari alias Panembahan Tubagus Anom, sebagai seorang Tokoh pioner Islam di Desa Paciran pada zamannya. Lalu, berdirinya Pondok Pesantren ini bermula dengan riyadha yang berat dan panjang, yang dilakukan oleh pengasuhnya sendiri, yakni KH. Minhajul Abidin. Sehingga pada suatu malam beliau mendapatkan ilham(hawatif) untuk mendirikan sebuah Pondok Pesantren yang saat ini bernama Pondok Pesantren Karangsawo.⁴⁸

3. Visi, Misi dan Motto Pondok Pesantren Karangsawo

Visi dari Pondok Pesantren Karangsawo;

- 1) Menegakkan syari'at Islam ala Ahlus Sunnah Wal Jamaah.
- 2) Mencerdaskan Ummat Muslim.
- 3) Bermanfaat bagi lingkungan sekitar dan sesama.
- 4) Membentuk generasi Muslim berakhlakul Karimah.

Misi dari Pondok Pesantren Karangsawo:

- 1) Melestarikan amaliyah dan tradisi para waliyullah dan ulama-ulama salafus shalih.
- 2) Mengkaji al-Quran, Hadis, dan Kitab Salaf.
- 3) Memberikan layanan sosial, pendidikan, dan agama.

⁴⁸ <http://www.karangsawo.com/p/sejarah-visi-misi-dan-moto-pondok.html?m=1>.

- 4) Memberikan teladan sikap yang santun di tengah masyarakat.

Motto :

“Islam, Cerdas, Manfaat, dan santun”.

4. Lokasi Pondok Pesantren Karangawo

Letak Pondok Pesantren ini di sekeret Desa Paciran yang bertempat di wilayah Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. Jalan yang dilalui sangat mudah karena letaknya di daerah pesisir utara. Sehingga dari arah Timur; Gresik, Surabaya maupun dari Barat; Tuban, Bojonegoro bisa langsung ke arah Pantai Utara Paciran dan masuk ke Gang Jl. Gunungjati, yang berada di selatannya PT. Lintech. Dari jalan raya ke lokasi sekitar 700 meter, bisa ditempuh dengan kendaraan bermotor maupaun mobil. Karena letaknya di dalam pedesaan yang masih asri dengan lahan yang dikelilingi persawaan, dapat menciptakan suasana yang nyaman dan kondusif bagi kegiatan pendidikan para Santri.

5. Sarana Dan Prasarana Pondok Pesantren Karangawo

Dalam menjalani kebutuhan keseharian di Pondok Pesantren Karangawo, tersedia fasilitas sarana dan prasarana sebagai berikut;

Tabel 3. 1

sarana dan prasarna

| Sarana | Jumlah |
|-------------------------|--------|
| Asrama Santri | 2 |
| Gedung Madrasah Diniyah | 1 |
| Gedung Smp | 1 |
| Masjid | 1 |

| | |
|-----------------------|----|
| Musholah | 1 |
| Kantor | 2 |
| Laboratorium komputer | 1 |
| Kantin | 2 |
| Lapangan olahraga | 1 |
| Pos kesehatan | 1 |
| Kamar Santri | 10 |
| Kamar mandi | 15 |
| Dapur Santri | 1 |
| Tandon air | 1 |

6. Jadwal Kegiatan Pondok Pesantren Karangaswo

Dalam Pondok Pesantren Karangaswo telah dijadwalkan aktivitas keseharian bagi Santrinya, berikut ini;

Tabel 3. 2
jadwal kegiatan pondok pesantren

| Waktu | Hari | | | | | | |
|-------|--|--------|------|-------|---------------------------|------------------------------|------|
| | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jum'at | Sabtu | Ahad |
| 03:30 | Shalat Tahajud | | | | | | |
| 04:00 | Jama'ah Shalat Subuh | | | | | | |
| 05:00 | Pengajian Al-Quran Bil Ghaib | | | | Pembacaan Yaasin & Tahlil | Pengajian Al-Quran Bil Ghaib | |
| 06:30 | Shalat Dhuha | | | | | | |
| 07:00 | Sekolah SMP-(Dalam Ponpes), Mts-MA-SMA-SMK(Diluar Lingkungan Ponpes) | | | | | | |
| 15:00 | Jamaah Shalat Ashar | | | | | | |
| 15:30 | Madrasah Diniyah | | | | Pelatihan Qira'ah | Madrasah Diniyah | |
| 17:00 | Pembacaan Surah Yaasin, Al-Waqi'ah, Dan Ar-Rahman | | | | | | |
| 17:45 | Jamaah Shalat Maghrib | | | | | | |

| | | | |
|-------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 18:15 | Pengajian Al-Quran Bin Nadhor | Shala wat Dziba , | Pengajian Al-Quran Bin Nadhor |
| 19:30 | Jamaah Shalat Isya' | | |
| 20:45 | Ta kro r | Muhadharah | Istigh ostah Takror |
| 22:00 | Istirahat | | |

7. Unit Pendidikan Pondok Pesantren Karangawo

a) Majlis Zikir

Adanya Majlis Zikir ini sebagai pendidikan non formal yang diikuti secara umum oleh masyarakat, maupun Santri. Sebagai penerus syiar Islam dengan tradisi amaliyah Ahlus Sunnah Wal Jamaah yang diadakan setiap Kamis malam. Dengan dipimpin oleh pengasuh dalam membaca Istihatsa dan manaqib serta doa penutup.

b) Madrasah Diniyah

Pada Madrasah Diniyah ini dibagi menjadi dua jenjang pendidikan yaitu wustho dan ulya. Kemudian disetiap jenjang dikelompokkan menjadi tiga tingkatan yakni 1,2,3.

c) Tahfidzul Qur'an

Untuk pendidikan ini merupakan program yang dianjurkan bagi seluruh Santri untuk menghafalkan al-Quran, dengan dijadwalkan pada setiap hari setelah subuh kecuali hari jum'at.

d) SMP Unggulan

Untuk pendidikan formal ini baru didirikan pada tahun kemaren 2021, sehingga tahun ini baru ada dua angkatan. Dalam SMP Unggulan Karangasawo mempunyai kurikulum khusus yakni program Unggulan Tahfidul Quran.

8. Kegiatan Shalat Tahajud di Pondok Pesantren Karangasawo

Dalam pelaksanaan tahajud sudah berlaku sejak berdirinya pondok pesantren tersebut. Pada waktu dilakukan pada sekitar pukul 03:30 yang bertempat di masjid. Kegiatan ini dianjurkan bagi seluruh Santri Putra yang dilakukan secara berjamaah. Menurut pendapat Kyai Minhajul Abidin selaku Pengasuh pondok pesantren tersebut beliau menjelaskan bahwa “Tujuan dari pelaksanaan tahajud ini untuk mendidik jiwa Santri menjadi jiwa yang spiritual, jiwa yang muthmainnah dan dekat dengan Allah. Serta mengharap mendapatkan keutamaan tahajud yakni kemuliaan disisi Allah, ilmu yang bermanfaat, dan terkabulnya segala doa baik doa untuk kedua orang tua, para guru-guru, maupun doa atas segala hajat. Shalat yang dikerjakan diantaranya shalat hajat, tahajud, taubat, dan witr.”⁴⁹

B. Data Statistik Deskriptif

Data statistik deskriptif akan berdasarkan karakteristik responden sesuai dari hasil kuesioner yang dapat diketahui pada tabel berikut;

⁴⁹ K.H. Minhajul ‘Abidin (Pengasuh Pondok Pesantren Karangasawo), Wawancara, Lamongan, 11 Juni 2022.

Tabel 3. 3

karakter responden

| No | Usia | Jumlah | Prosentase |
|----|----------|--------|------------|
| 1 | 13 Tahun | 15 | 57,7% |
| 2 | 14 Tahun | 11 | 42,3% |
| | Jumlah | 26 | 100% |

a. Data Statistik Deskripsi Tahajud

1) Keaktifan mengikuti shalat tahajud di Pondok Pesantren.

| X1 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 9 | 34,6 | 34,6 | 34,6 |
| | Sering | 14 | 53,8 | 53,8 | 88,5 |
| | Jarang | 3 | 11,5 | 11,5 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian (34,6%) responden selalu aktif mengikuti shalat tahajud, (53,8%) responden sering aktif mengikuti shalat tahajud, dan (11,6%) jarang mengikuti shalat tahajud, sedangkan (0%) responden menyatakan tidak pernah aktif mengikuti shalat tahajud.

2) Melakukan shalat tahajud secara berjamaah.

| X2 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 11 | 42,3 | 42,3 | 53,8 |

| | | | | | |
|--|--------------|----|-------|-------|-------|
| | Jarang | 10 | 38,5 | 38,5 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian (11,5%) responden selalu melakukan shalat tahajud secara berjamaah, (42,3%) responden sering melakukan shalat tahajud secara berjamaah, (38,5%) responden jarang melakukan shalat tahajud secara berjamaah, sedangkan (7,7%) responden tidak pernah melakukan shalat tahajud secara berjamaah.

3) Berniat sebelum tidur untuk bangun shalat tahajud.

| X3 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 1 | 3,8 | 3,8 | 3,8 |
| | Sering | 3 | 11,5 | 11,5 | 15,4 |
| | Jarang | 15 | 57,7 | 57,7 | 73,1 |
| | Tidak Pernah | 7 | 26,9 | 26,9 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian (3,8%) responden selalu berniat sebelum tidur untuk bangun shalat tahajud, (11,5%) responden sering berniat sebelum tidur untuk bangun shalat tahajud, (57,7%) responden jarang berniat sebelum tidur untuk bangun shalat tahajud, dan (26,9%) responden tidak pernah berniat untuk bangun shalat tahajud.

- 4) Mengikuti kegiatan shalat tahajud dengan tulus.

| X4 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 10 | 38,5 | 38,5 | 50,0 |
| | Jarang | 11 | 42,3 | 42,3 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian (11,5) responden selalu mengikuti kegiatan shalat tahajud dengan tulus, (38,5) responden sering mengikuti kegiatan shalat tahajud dengan tulus, (42,3%) responden jarang mengikuti kegiatan shalat tahajud dengan tulus, sedangkan (7,7%) responden tidak pernah mengikuti kegiatan shalat tahajud dengan tulus.

- 5) Membaca doa dan zikir dalam shalat tahajud dengan khusyu' (penghayatan).

| X5 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 11 | 42,3 | 42,3 | 53,8 |
| | Jarang | 10 | 38,5 | 38,5 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (11,5%) responden selalu membaca doa dan zikir dalam shalat tahajud dengan khusyu'(penghayatan), (42,3%) responden sering membaca doa dan zikir dalam shalat tahajud dengan khusyu'(penghayatan), (38,5%) responden jarang membaca doa dan zikir dalam shalat tahajud secara khusyu'(penghayatan), (7,7%) responden tidak pernah membaca doa dan zikir dalam shalat tahajud dengan khusyu'(penghayatan).

6) Merasakan dekat kepada Allah dalam shalat tahajud.

| X6 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 9 | 34,6 | 34,6 | 46,2 |
| | Jarang | 12 | 46,2 | 46,2 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (11,5%) responden selalu merasakan dekat kepada Allah dalam shalat tahajud, (34,6%) responden sering merasakan dekat kepada Allah dalam shalat tahajud, (46,2%) responden jarang merasakan dekat kepada Allah dalam shalat tahajud, dan (7,7%) responden tidak pernah merasakan dekat kepada Allah dalam shalat tahajud.

7) Merasakan ketenangan hati dalam shalat tahajud.

| X7 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 14 | 53,8 | 53,8 | 65,4 |
| | Jarang | 9 | 34,6 | 34,6 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (11,5%) responden selalu merasakan ketenangan hati dalam shalat tahajud, (53,8%) responden sering merasakan ketenangan hati dalam shalat tahajud, (34,6%) responden jarang merasakan ketenangan hati dalam shalat tahajud, dan (0%) responden tidak pernah merasakan ketenangan hati dalam shalat tahajud.

8) Merasakan shalat tahajud berpengaruh baik bagi kehidupan.

| X8 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 5 | 19,2 | 19,2 | 19,2 |
| | Sering | 15 | 57,7 | 57,7 | 76,9 |
| | Jarang | 5 | 19,2 | 19,2 | 96,2 |
| | Tidak Pernah | 1 | 3,8 | 3,8 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (19,2%) responden

selalu merasakan shalat tahajud berpengaruh baik bagi kehidupan, (57,7%) responden sering merasakan shalat tahajud berpengaruh baik bagi kehidupan, (19,2%) responden jarang merasakan shalat tahajud berpengaruh baik bagi kehidupan, (3,8%) responden tidak pernah merasakan shalat tahajud berpengaruh baik bagi kehidupan.

9) Melakukan shalat tahajud dengan ikhlas.

| X9 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 9 | 34,6 | 34,6 | 34,6 |
| | Sering | 10 | 38,5 | 38,5 | 73,1 |
| | Jarang | 6 | 23,1 | 23,1 | 96,2 |
| | Tidak Pernah | 1 | 3,8 | 3,8 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (34,6%) responden selalu melakukan shalat tahajud dengan ikhlas, (38,5%) responden sering melakukan shalat tahajud dengan ikhlas, (23,1%) responden jarang melakukan shalat tahajud dengan ikhlas, dan (3,8) responden tidak pernah melakukan shalat tahajud dengan ikhlas.

10) Merasa adanya pengaruh shalat tahajud terhadap perubahan diri(pribadi) jadi lebih baik.

| X10 |
|-----|
|-----|

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Selalu | 6 | 23,1 | 23,1 | 23,1 |
| | Sering | 9 | 34,6 | 34,6 | 57,7 |
| | Jarang | 9 | 34,6 | 34,6 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian besar (23,1%) responden selalu merasa adanya pengaruh shalat tahajud terhadap perubahan diri(pribadi) jadi lebih baik, (34,6%) responden sering merasa adanya pengaruh shalat tahajud bagi perubahan diri(pribadi) jadi lebih baik, (34,6%) responden jarang merasa adanya pengaruh shalat tahajud bagi perubahan diri(pribadi) jadi lebih baik, dan (7,7%) responden tidak pernah merasa adanya pengaruh shalat tahajud bagi perubahan diri(pribadi) jadi lebih baik.

Maka dari hasil data deskriptif diatas jika diambil nilai tengah(sering) untuk menyatakan bagaimana kondisi tahajud yang dilakukan oleh santri putra, berikut;

| Nomor Soal | Nilai Angket |
|------------|--------------|
| X1 | 53,8% |
| X2 | 42,3% |
| X3 | 11,5% |

| | |
|-----------|-------|
| X4 | 38,5% |
| X5 | 42,3% |
| X6 | 34,6% |
| X7 | 53,8% |
| X8 | 57,7% |
| X9 | 38,5% |
| X10 | 34,6% |
| Rata-rata | 40,8% |

Maka dari hasil nilai rata-rata dari jawaban variabel tahajud ialah 40,8%, untuk mengetahui kategorinya dengan berdasarkan pengambilan keputusan berikut:

- 1) 65-80 = tergolong sangat baik
- 2) 50-65 = tergolong baik
- 3) 35-50 = tergolong cukup baik
- 4) 20-35 = tergolong kurang baik

Demikian ini dapat dinyatakan berdasarkan kategori di atas dengan nilai tahajud 40,8% termasuk dalam kategori “tergolong cukup baik”. Hasil itu menunjukkan jika pelaksanaan tahajud yang dilakukan oleh para santri putra ialah tergolong cukup baik.

b. Data Statistik Deskripsi Ketenangan Jiwa

1) Mematuhi peraturan di Pondok Pesantren.

| Y01 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 14 | 53,8 | 53,8 | 65,4 |
| | Jarang | 9 | 34,6 | 34,6 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas merupakan hasil pilihan jawaban dari responden yang menunjukkan bahwa sebagian (11,5%) responden menyatakan selalu mematuhi peraturan di Pondok Pesantren, (53,8%) responden menyatakan sering mematuhi peraturan di Pondok Pesantren, (34,6%) responden menyatakan jarang mematuhi peraturan di pondok pesantren, dan (0%) responden menyatakan tidak pernah mematuhi peraturan di Pondok Pesantren.

2) Membantu teman yang sedang kesusahan.

| Y02 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 10 | 38,5 | 38,5 | 38,5 |
| | Sering | 11 | 42,3 | 42,3 | 80,8 |
| | Jarang | 5 | 19,2 | 19,2 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas, menunjukkan hasil dari pilihan jawaban responden bahwa sebagian besar (38,5%) responden menyatakan selalu Membantu teman yang sedang kesusahan., (42,3%) responden sering Membantu teman yang sedang kesusahan., (19,2%) responden membantu teman yang sedang kesusahan., (0%) responden menyatakan tidak pernah Membantu teman yang sedang kesusahan..

3) Mudah mengontrol emosional ketika menghadapi masalah.

| Y03 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 5 | 19,2 | 19,2 | 19,2 |
| | Sering | 15 | 57,7 | 57,7 | 76,9 |
| | Jarang | 6 | 23,1 | 23,1 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan hasil dari pilihan jawaban responden yang menyatakan bahwa sebagian besar (19,2%) responden selalu mudah mengontrol emosional ketika menghadapi masalah, (57,7%) responden sering mudah mengontrol emosional ketika menghadapi masalah, (23,1%) responden jarang mudah mengontrol emosional ketika menghadaapi masalah, dan (0%) responden tidak pernah mudah mengontrol emosional ketika menghadapi masalah.

4) Menyikapi dengan sabar ketika kehilangan barang.

| Y04 |
|-----|
|-----|

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Selalu | 3 | 11,5 | 11,5 | 11,5 |
| | Sering | 16 | 61,5 | 61,5 | 73,1 |
| | Jarang | 5 | 19,2 | 19,2 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar (11,5%) responden menyatakan selalu menyikapi dengan sabar ketika kehilangan barang, (61,5%) responden sering menyikapi dengan sabar ketika kehilangan barang, (19,2%) responden jarang menyikapi dengan sabar ketika kehilangan barang, dan (7,7%) responden tidak pernah menyikapi dengan sabar ketika kehilangan barang.

- 5) Mudah bersyukur dan menerima keadaan yang seadanya.

| Y05 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 9 | 34,6 | 34,6 | 34,6 |
| | Sering | 15 | 57,7 | 57,7 | 92,3 |
| | Jarang | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan jika sebagian besar (34,6%) responden menyatakan selalu mudah bersyukur dan menerima keadaan yang seadanya, (57,7%) responden sering mudah bersyukur dan menerima keadaan yang seadanya, (7,7%) responden jarang mudah

bersyukur dan menerima keadaan yang seadanya, dan (0%) responden tidak pernah mudah bersyukur dan menerima keadaan yang seadanya.

- 6) Berusaha menyelesaikan masalah dengan sabar dan bijaksana.

| Y06 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 7 | 26,9 | 26,9 | 26,9 |
| | Sering | 13 | 50,0 | 50,0 | 76,9 |
| | Jarang | 6 | 23,1 | 23,1 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar (26,9%) responden menyatakan selalu berusaha menyelesaikan masalah dengan sabar dan bijaksana, (50,0%) responden sering berusaha menyelesaikan masalah dengan sabar dan bijaksana, (23,1%) responden jarang berusaha menyelesaikan masalah dengan sabar dan bijaksana, dan (0%) responden tidak pernah berusaha menyelesaikan masalah dengan sabar dan bijaksana.

- 7) Berusaha melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

| Y07 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 6 | 23,1 | 23,1 | 23,1 |
| | Sering | 19 | 73,1 | 73,1 | 96,2 |
| | Jarang | 1 | 3,8 | 3,8 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar (23,1%) responden selalu berusaha melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar, (73,1%) responden sering berusaha melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar, (3,8%) responden jarang melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi lingkungan, dan (0%) responden tidak pernah melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

8) Dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar.

| Y08 | | | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 5 | 19,2 | 19,2 | 19,2 |
| | Sering | 13 | 50,0 | 50,0 | 69,2 |
| | Jarang | 8 | 30,8 | 30,8 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar (19,2%) responden menyatakan selalu dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar, (50,0%) responden sering dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar, (30,8%) responden jarang dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar, dan (0%) responden tidak pernah dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar.

9) Menyikapi dengan pasrah(tawakkal) atas ketentuan (takdir) dari Allah.

| Y09 |
|-----|
|-----|

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Selalu | 9 | 34,6 | 34,6 | 34,6 |
| | Sering | 8 | 30,8 | 30,8 | 65,4 |
| | Jarang | 9 | 34,6 | 34,6 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar (34,6%) responden menyatakan selalu menyikapi dengan pasrah(tawakkal) atas ketentuan (takdir) dari Allah, (30,8%) responden sering menyikapi dengan pasrah(tawakkal) atas ketentuan(takdir) dari Allah, (34,6%) responden jarang menyikapi dengan pasrah(tawakkal) atas ketentuan(takdir) dari Allah, dan (0%) responden tidak pernah menyikapi dengan pasrah(tawakkal) atas ketentuan(takdir) dari Allah.

10) Tidak takut dalam menghadapi masalah.

| Y10 | | | | | |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Selalu | 4 | 15,4 | 15,4 | 15,4 |
| | Sering | 10 | 38,5 | 38,5 | 53,8 |
| | Jarang | 10 | 38,5 | 38,5 | 92,3 |
| | Tidak Pernah | 2 | 7,7 | 7,7 | 100,0 |
| | Total | 26 | 100,0 | 100,0 | |

Dengan adanya tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian (15,4%) responden menyatakan selalu tidak takut dalam menghadapi masalah, (38,5%) responden sering tidak takut dalam menghadapi masalah, (38,5%)

responden jarang tidak takut dalam menghadapi masalah, dan (7,7%) responden tidak pernah tidak takut dalam menghadapi masalah.

Maka dari hasil data deskriptif diatas jika diambil nilai tengah(sering) untuk menyatakan bagaimana kondisi ketenangan jiwa santri putra ialah sebagai berikut;

| Nomor Soal | Nilai Angket |
|------------|--------------|
| Y1 | 53,8% |
| Y2 | 42,3% |
| Y3 | 57,7% |
| Y4 | 61,5% |
| Y5 | 57,7% |
| Y6 | 50,0% |
| Y7 | 73,1% |
| Y8 | 50,0% |
| Y9 | 30,8% |
| Y10 | 38,5% |
| Rata-rata | 51,5% |

Maka hasil nilai rata-rata dari jawaban variabel ketenangan jiwa ialah 51,5 %, untuk mengetahui kategorinya dengan berdasarkan pengambilan keputusan berikut:

- 1) 65-80 = tergolong sangat baik

- 2) 50-65 = tergolong baik
- 3) 35-50 = tergolong cukup baik
- 4) 20-35 = tergolong kurang baik

Demikian ini dapat dinyatakan berdasarkan kategori di atas dengan nilai ketenangan jiwa sebesar 51,5% termasuk pada kategori “tergolong baik”. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi ketenangan jiwa sebagai keadaan psikis yang dialami oleh santri putra ialah tergolong baik.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Pelaksanaan Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangawo

Tahajud di Pondok Pesantren Karangawo sudah berlaku sejak berdirinya pondok pesantren tersebut. Pada waktu dilakukan pada sekitar pukul 03:30 yang bertempat di masjid. Kegiatan ini dianjurkan bagi seluruh Santri Putra yang dilakukan secara berjamaah. Menurut pendapat Kyai Minhajul Abidin selaku Pengasuh pondok pesantren tersebut beliau menjelaskan bahwa “Tujuan dari pelaksanaan tahajud ini untuk mendidik jiwa Santri menjadi jiwa yang spiritual, jiwa yang muthmainnah dan dekat dengan Allah. Serta mengharap mendapatkan keutamaan tahajud yakni kemuliaan disisi Allah, ilmu yang bermanfaat, dan terkabulnya segala doa baik doa untuk kedua orang tua, para guru-guru, maupun doa atas segala hajat. Shalat yang dikerjakan diantaranya shalat hajat, tahajud, taubat, dan witr.⁵⁰

Sebagaimana penjelasan tentang hukum tahajud sebagai ibadah tambahan yang dianjurkan karena kemuliaannya, namun hukum melakukan tahajud ialah sunnah mu’akadah. Sunnah mu’akadah yakni sunnah yang dikuatkan dengan dalil. Maka berdasarkan hadis yang diriwayatkan Muslim; dari Abu Hurairah; Rasulullah bersabda “Puasa yang paling mulia setelah Ramadhan

⁵⁰ K.H. Minhajul ‘Abidin (Pengasuh Pondok Pesantren Karangawo), Wawancara, Lamongan, 11 Juni 2022.

ialah bulan Muharram. Dan shalat yang paling mulia setelah shalat fardhu ialah shalat malam”.⁵¹

Hal ini juga diterangkan dalam al-Quran bahwa Allah memberikan perintah untuk melakukan shalat tahajud. Dalam firman-Nya Q.S. al-Isra ayat 79 yang artinya;

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

Arinya: “Dan pada malam hari, hendaklah engkau shalat tahajud sebagai tambahan bagi engkau. Mudah-mudahan Tuhan mengangkat engkau ketempat(derajat) yang terpuji”.⁵²

B. Analisis Data

1. Uji Instrumen Penelitian

a. Uji validitas

Pada uji ini sebagai pengujian terhadap setiap variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yang mana seluruh pertanyaan pada variabel tahajud terdapat 10 item yang harus dijawab oleh responden. dengan dasar penentuan keputusan jika nilai korelasi (r hitung) $>$ r tabel, artinya item dinyatakan valid. Dengan $N=26$ dan diperoleh nilai r tabel sebesar 0,388.

⁵¹ Sobron Zayyan, *Dahsyatnya Shalat Fardhu dan Sunnah*, 123.

⁵² Said bin Ali Wahf Al-Qathani. *Ensiklopedi Shalat* (Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i, 2006).

Tabel 4. 1

Nilai Hasil Uji Validitas Tahajud

| | | |
|------------|---------------------|--------|
| X01 | Pearson Correlation | ,479* |
| | Sig. (2-tailed) | 0,013 |
| | N | 26 |
| X02 | Pearson Correlation | ,849** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X03 | Pearson Correlation | ,521** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,006 |
| | N | 26 |
| X04 | Pearson Correlation | ,871** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X05 | Pearson Correlation | ,795** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X06 | Pearson Correlation | ,859** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X07 | Pearson Correlation | ,576** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,002 |
| | N | 26 |
| X08 | Pearson Correlation | ,696** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X09 | Pearson Correlation | ,691** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| X10 | Pearson Correlation | ,651** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| TOTAL X | Pearson Correlation | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | |
| | N | 26 |

Dari hasil uji validitas instrumen variabel Tahajud dinyatakan bahwa 10 item pertanyaan mempunyai r hitung $>$ r tabel (0,388) dengan ini dapat dikatakan seluruh item tersebut valid.

Tabel 4. 2

Nilai Hasil Uji Validitass Ketenangan Jiwa

| | | |
|------------|---------------------|--------|
| Y01 | Pearson Correlation | ,699** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| Y02 | Pearson Correlation | ,588** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,002 |
| | N | 26 |
| Y03 | Pearson Correlation | ,626** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,001 |
| | N | 26 |
| Y04 | Pearson Correlation | ,583** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,002 |
| | N | 26 |
| Y05 | Pearson Correlation | ,709** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| Y06 | Pearson Correlation | ,521** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,006 |
| | N | 26 |
| Y07 | Pearson Correlation | ,693** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| Y08 | Pearson Correlation | ,473* |
| | Sig. (2-tailed) | 0,015 |
| | N | 26 |
| Y09 | Pearson Correlation | ,653** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| Y10 | Pearson Correlation | ,723** |
| | Sig. (2-tailed) | 0,000 |
| | N | 26 |
| TOTAL Y | Pearson Correlation | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | |
| | N | 26 |

Dari hasil uji validitas instrumen variabel Ketenangan Jiwa menunjukkan bahwa 10 item pertanyaan mempunyai r hitung $>$ r tabel (0,388) dengan ini dapat dikatakan seluruh item tersebut valid.

b. Uji Realibilitas

Uji reliabilitass ini digunakan untuk mengukur suatu kuesioner terkait indikator dari variabel tersebut, maka dikatakan kuesioner itu reliabel jika jawabannya konsisten.

Tabel 4. 3

Nilai Hasil Realibilitas Tahajud

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|-------------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| 0,886 | 10 |

Dengan dasar data tabel di atas sebagai hasil uji realibilitas diketahui bahwa nilai Cronbach's Alpha 0,886, yang artinya nilai (α) lebih dari 0,6 maka item variabel Tahajud dapat dikatakan reliabel.

Tabel 4. 4

Nilai Hasil Realibilitas Ketenangan Jiwa

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|-------------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| 0,820 | 10 |

Berdasarkan data tabel di atas sebagai hasil uji reliabilitas yang dapat diketahui nilai Cronbach's Alpha 0,820, yang artinya nilai (α) lebih dari 0,6 maka item variabel ketenangan dapat dikatakan reliabel.

2. Uji Asumsi Klasik

Pada uji Asumsi Klasik ini sebagai syarat sebelum menguji hipotesis, yang mana terdapat tiga macam yakni uji normalitas, uji linieritas, dan uji homogenitas, sebagai berikut;

a) Uji normalitas

Dalam uji ini sebagai upaya pengujian untuk mendapat ketentuan data yang diperoleh sebagai data yang berdistribusi normal atau tidak⁵³. Untuk melakukan uji normalitas dengan menggunakan *Software IBM SPSS (Statistical Program for Social Science) version 28.0.1.1. for windows* dengan kriteria data akan dianggap normal jika skor sig. > taraf signifikan (t s) yakni sebesar 0,05.

Dapat dilakukan dengan beberapa metode sesuai kriteria berikut;

- Uji normalitas probabilitas shapiro wilk

Digunakan pada jumlah sampel kurang dari 50 sampel.

- Uji normalitas probabilitas Kolmogorov Smirnov

Digunakan pada jumlah sampel lebih dari 50.

Maka peneliti menggunakan uji Shapiro Wilk;

⁵³ Dodiet Aditya Setyawan, Petunjuk praktikum uji normalitas dan homogenitas data dengan spss, (Klaten: Cv Tahta Media Grup, 2021), 5.

Tabel 4. 5

Nilai Hasil Uji Normalitas Shapiro Wilk

| Tests of Normality | | | | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|-------|
| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
| | Statistic | Df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Tahajud | 0,145 | 26 | 0,166 | 0,973 | 26 | 0,695 |
| Ketenangan Jiwa | 0,153 | 26 | 0,123 | 0,969 | 26 | 0,604 |
| a. Lilliefors Significance Correction | | | | | | |

Dari hasil perhitungan pada tabel di atas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari uji Shapiro wilk untuk variabel independen(X) = 0,695, dan variabel dependen(Y) = 0,604. Maka dari hasil Sig. Kedua variabel > 0,05, yang artinya data penelitian berdistribusi normal. Hal ini berdasarkan pengambilan keputusan;

1. Apabila nilai sig. > 0,05 artinya data dari penelitian tersebut berdistribusi secara normal.
2. Apabila nilai sig. < 0,05 artinya data dari penelitian tidak berdistribusi secara normal.

b) Uji Linieritas

Dalam uji ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan yang linier secara signifikan atau tidak diantara dua variabel ini. Karena jika ada hubungan yang linier secara signifikan diantara keduanya, maka dapat dikatakan berkorelasi dengan baik. Dinyatakan uji linieritas ini merupakan syarat atau asumsi sebelum dilakukan analisis korelasi. Suatu analisis dengan menggunakan *Software IBM SPSS (Statistical Program for Social*

Science) version 28.0.1.1. for windows harus berpedoman pada dasar pengambilan keputusan, maka pada linieritas ini terdapat suatu cara, yakni;

Dengan keputusan perbandingan nilai signifikansi(sig.) dengan 0,05;

- Apabila nilai *deviation from linearity sig.* > 0,05, artinya terdapat adanya hubungan yang linear secara signifikan diantara kedua variabel tersebut.
- Apabila nilai *deviation from linearity sig.* < 0,05, artinya tidak terdapat adanya hubungan yang linear secara signifikan diantara kedua variabel tersebut.

Tabel 4. 6
Nilai Hasil Uji Linieritas

| ANOVA Table | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|-------|
| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| Ketenangan Jiwa * Tahajud | Between Groups | Combined | 404,038 | 14 | 28,860 | 3,895 | 0,015 |
| | | Linearity | 250,475 | 1 | 250,475 | 33,806 | 0,000 |
| | | Deviation from Linearity | 153,563 | 13 | 11,813 | 1,594 | 0,222 |
| | Within Groups | | 81,500 | 11 | 7,409 | | |
| | Total | | 485,538 | 25 | | | |

Dengan hasil dari tabel tersebut, diperoleh hasil nilai *deviation from linearity* secara sig. ialah 0,222 > 0,05, artinya terdapat adanya hubungan yang linear secara signifikan diantara variabel independen dengan variabel dependen.

c) Uji homogenitas

Uji homogenitas merupakan proses uji data supaya mengetahui bahwa data dari variabel independen dan dependen mempunyai sifat yang homogen atau tidak. Uji ini dikatakan sebagai salah satu dari prasyarat analisis data.⁵⁴ Suatu analisis dengan alat *SPSS* yang berpedoman pada dasar pengambilan keputusan secara homogenitas, yakni:;

- Apabila nilai signifikansi (P-Value) < 0,05 artinya kedua variabel tersebut dinyatakan tidak homogen.
- Apabila nilai signifikansi (P-Value) > 0,05 artinya kedua variabel tersebut dinyatakan sama atau homogen.

Tabel 4. 7
Nilai Hasil Uji Homogenitas

| Tests of Homogeneity of Variances | | | | | |
|--|---|---------------------|-----|-------|-------|
| | | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| Ketenangan jiwa | Based on Mean | 2,979 | 6 | 11 | 0,056 |
| | Based on Median | 0,243 | 6 | 11 | 0,952 |
| | Based on Median and with adjusted df | 0,243 | 6 | 5,356 | 0,944 |
| | Based on trimmed mean | 2,439 | 6 | 11 | 0,095 |

Dalam tabel di atas terdapat hasil nilai signifikansi (P-Value) > 0,05. Dengan itu dapat dinyatakan bahwa varian dari data tersebut ialah sama atau disebut homogen.

⁵⁴ Ibid, 14.

3. Uji hipotesis Data Penelitian

Uji ini sebagai pengujian data untuk mengetahui adanya pengaruh atau tidak diantara variabel independen dan variabel dependen dengan hasil yang signifikan berdasarkan alat hitung dengan SPSS, sebagai berikut;

Uji hipotesis:

Ho: tidak adanya pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen.

Ha: adanya pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen.

Dasar pengambilan keputusan;

1) Adapun pengambilan keputusan dengan dasar dari nilai signifikan (Sig.) hasil output SPSS adalah;

- Apabila nilai signifikan (Sig.) $< 0,05$, artinya bahwa ada pengaruh dari variabel independen pada variabel dependen.
- Apabila nilai signifikan (Sig.) $> 0,05$, artinya bahwa tidak ada pengaruh dari variabel independen pada variabel dependen.

2) uji hipotesis ini sering disebut sebagai uji t, yang mana dasar pengambilan keputusan dalam uji t ialah;

untuk mencari t tabel yakni dengan tingkat kepercayaan = 95% atau $(\alpha) = 0,05$.

Derajat kebebasan (df) = $n-k-1$

$$= 26 - 1 - 1 = 24, \text{ diperoleh } t_{\text{tabel}} = 2,063.$$

- Apabila nilai t hitung $>$ t tabel, artinya ada pengaruh dari variabel independen pada variabel dependen.
- Apabila nilai t hitung $<$ t tabel, artinya tidak ada pengaruh dari variabel independen pada variabel dependen.

Tabel 4. 8
Nilai Hasil Uji Hipotesis

| Coefficients^a | | | | | | |
|---------------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|-------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 14,343 | 3,097 | | 4,632 | 0,000 |
| | Tahajud | 0,573 | 0,113 | 0,718 | 5,057 | 0,000 |

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

Maka nilai signifikan T hitung tahajud ialah 0,000. Dan besarnya nilai t hitung 0,718. Jika T hitung $>$ T tabel artinya H_0 tidak diterima dan H_a diterima. Sedangkan hasil dari T hitung (0,718) $>$ (2,063) T_{tabel} , sehingga disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 tidak diterima.

4. Uji Regresi Liniers Sederhana

Dari tabel hasil perhitungan di bawah terdapat hasil nilai regresi sederhana yakni nilai Constant B sebesar 14,343, sedangkan nilai tahajud (B/kofesien regresi) sebesar 0,573, sehingga model regresi yakni sebagai berikut:

Tabel 4. 9

Nilai Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|-------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 14,343 | 3,097 | | 4,632 | 0,000 |
| | Tahajud | 0,573 | 0,113 | 0,718 | 5,057 | 0,000 |

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

$$Y = a + b \cdot X$$

$$= 14,343 + 0,573 \cdot X$$

Persamaan tersebut dapat dijelaskan dengan berikut;

- Konstanta = 14,343

menyatakan bahwa jika variabel tahajud dianggap nol, maka variabel ketenangan jiwa santri ialah 14,343, atau dengan kata lain mengandung makna bahwa nilai konsisten variabel (Y) ketenangan jiwa ialah sebesar 14,343.

- Koefisien X = 0,573

menyatakan bahwa jika ada kenaikan 1% pada nilai (X) kegiatan shalat tahajud, maka akan meningkatkan nilai variabel ketenangan jiwa santri sebesar 0,573. Apabila dari koefisien regresi tersebut nilainya positif, maka dapat dinyatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y bernilai positif.

a. Korelasi

Pada diantara variaabel independen dan variabel dependen mempunyai korelasi yang menunjukkan berapa besar kekuatan antara hubungan tersebut, berikut:

Tabel 4. 10
Nilai Hasil Uji Korelasi

| Correlations | | | |
|----------------------------|------------------------|------------------------|----------------|
| | | Ketenangan Jiwa | Tahajud |
| Pearson Correlation | Ketenangan Jiwa | 1,000 | 0,718 |
| | Tahajud | 0,718 | 1,000 |
| Sig. (1-tailed) | Ketenangan Jiwa | | 0,000 |
| | Tahajud | 0,000 | |
| N | Ketenangan Jiwa | 26 | 26 |
| | Tahajud | 26 | 26 |

Pada tabel di atas di peroleh hasil korelasi sebesar 0,718 yang menyatakan bahwa hasil nilai dari korelasi tersebut jika nyatakan dengan dasar pada kategori di tabel berikut;

Tabel 4. 11
Kategori Skor Korelasi

| Interprestasi Koefesien Korelasi | |
|---|------------------------|
| Interval Koefesien | Tigkat Hubungan |
| 0,00 – 0,199 | Sangat Rendah |
| 0,20 – 0,399 | Rendah |
| 0,40 – 0,599 | Sedang(Cukupkuat) |
| 0,60 – 0,799 | Kuat |
| 0,80 – 1,000 | Sangat Kuat |

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai korelasi 0,718 yang termasuk pada kategori interpretasi koefisien korelasi diantara nilai 0,60 – 0,799, artinya dinyatakan korelasinya “kuat”.

b. Koefisien determinasi (R²)

Untuk mengetahui berapa persen pengaruh variabel tahajud(X) pada variabel ketenangan jiwa(Y) dalam tabel berikut;

Tabel 4. 12
Nilai Hasil Uji Koefisiensi Determinasi

| Model Summary | | | | |
|----------------------|-------------------|-----------------|--------------------------|-----------------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | ,718 ^a | 0,516 | 0,496 | 3,130 |

a. Predictors: (Constants), Tahajud

b. Dependent Variabel: Ketenangan Jiwa

Pada tabel diatas diperoleh nilai (R Square) R² yang menunjukkan nilai pengaru kedua variabel, yakni variabel bebas tahajud mempengaruhi variabel independen ketenangan jiwa sebesar 51,6% dan sisanya yakni 48,4% dipenaruhi oleh variabel lain.

C. Pengaruh Tahajud Pada Ketenangan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Karangawo Paciran Lamongan

Dalam shalat merupakan proses muhasabah diri dengan berdialog untuk meluapkan segala emosi yang menjadi beban jiwa, terlebih pada saat sujud. Hal ini, dikutip dari hadis, rasulullah saw berpesan bahwa “*keadaan hamba yang*

sangat dekat kepada tuhanNya ialah disaat ia bersujud, sehingga memperbanyaklah berdoa”(H.R. muslim).⁵⁵

Maka bagi hamba yang mendirikan shalat tahajud dikeheningan malam, dengan bermunajat kepada-Nya untuk mencurahkan persoalan hidup. Ia akan memperoleh keutamaan dan rahasia dari ilahi. Karena tahajud menjadi shalat sunnah yang sungguh-sungguh diperintahkan kepada umat Nabi saw walaupun hukumnya sunnah mu'akadah. Selain itu, dijelaskan dalam sebuah hadis bahwa setiap sepertiga malam yang terakhir Allah turun kelangit pertama dengan seruan “wahai hamba-ku yang sedang ruku’ dan sujud, permohonanmu akan aku beri, doa-doa mu akan aku kabulkan, dan dosa-dosamu akan aku ampuni”. Dan diketahui bahwa tahajud ini merupakan kebiasaan bagi orang-orang yang bertaqwa dan beriman di zaman dahulu, karena selain sebagai ibadah sunnah, juga dapat memberikan pengaruh bagi kesehatan baik fisik maupun psikis.⁵⁶

Sehingga Allah akan memberikan anugerah berupa ketenangan jiwa terhadap orang-orang yang dengan ikhlas menjaga kesucian jiwanya. Dari manfaatnya tahajud berpengaruh mengobati penyakit rohani dan jasmani, yakni orang yang melaksanakan tahajud akan memperoleh keutamaan tahajud; mendapat ampunan dari Allah, memperoleh ketenangan jiwa, menjauhkan diri dari penyakit hati dan jasmani, memperlancar pernafasan dan aliran darah, merilekskan otot, mengurangi stress dan menguatkan imun tubuh.

⁵⁵ Siti Chodijah, “Konsep Shalat Tahajud Melalui Pendekatan Psikoterapi Hubungannya Dengan Psikologi Kesehatan (Penelitian Di Klinik Terapi Tahajud Surabaya),” T.T., 420.

⁵⁶ Ibid, 422.

Demikian ini shalat tahajud merupakan ibadah yang dapat memberikan pengaruh bagi jasmani maupun rohani. sebagaimana Santri Putra di Pondok Pesantren karangsawo. Mereka menjalankan shalat tahajud sebagai salah satu kegiatan Pondok Pesantren. Tentunya dari ketertarikan setiap individu berbeda dan juga terjadi perbedaan pengaruhnya bagi masing-masing. Maka penelitian ini memperoleh hasil analisis data kuantitatif yang dapat menyatakan bahwa terdapat pengaruh tahajud bagi ketenangan jiwa Santri Putra di Pondok Pesantren karangsawo. Supaya dapat mengetahui dan menemukan adanya pengaruh tahajud terhadap ketenangan jiwa Santri Putra dapat dibuktikan dengan hasil data penelitian kuantitatif.

Dari hasil wawancara kepada Kyai Minhajul Abidin selaku pengasuh Pondok Pesantren Karangasawo yang mana beliau menyatakan bahwa shalat tahajud bagi para santri itu penting sekali, sebab selagi masih di Pondok Pesantren. Mereka disini dididik melakukan Shalat tahajud agar dapat terbiasa mengamalkan sunnah tersebut. Tahajud menjadi kunci bagi para santri untuk dapat memperoleh ilmu yang melekat dalam jiwanya, serta menjadi jiwa yang beriman dan bertawa, dekat kepada Allah, dan mempunyai jiwa yang tenang. Dengan melakukan shalat hajat, tahajud, taubat, dan witr.⁵⁷

Hal ini sesuai dengan hasil dari analisis data kuantitatif yang menunjukkan bahwa;

- Dengan hasil uji hipotesis yang menyatakan hipotesis alternatif (Ha) bahwa terdapat adanya pengaruh tahajud pada ketenangan jiwa Santri Putra di

⁵⁷ K.H. Minhajul 'Abidin (Pengasuh Pondok Pesantren Karangasawo), Wawancara, Lamongan, 11 Juni 2022.

Pondok Karangawo Paciran lamongan. Hal itu berdasarkan nilai signifikansi ($0,000 < \text{nilai probabilitas } (0,05)$). Dengan nilai korelasi 0,718 yang tergolong pada kategori interpretasi koefisiens korelasi diantara nilai 0,60 – 0,799 yakni “kuat”.

- Dengan hasil analisis regresi linear yang mana nilai sig. $0,001 < 0,05$, maka data dapat dikatakan signifikan. Serta hasil nilai koefisien determinasi (R Square) R^2 sebesar 0,516, artinya variabel ketenangan jiwa (dependen) dipengaruhi oleh variabel tahajud (independen) dengan presentasi sebesar 51,6% dan selebihnya atau dipengaruhi variabel lain sebesar 48,4%.

Maka cara mencapai ketenangan jiwa yang dilakukan oleh santri Putra ialah melalui tahajud (shalat malam). Dengan ini dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh dari shalat tahajud yang dilakukan oleh para santri putra yakni memperoleh ketenangan jiwa. Sebagaimana tahajud merupakan upaya latihan spiritual untuk mendidik jiwa (rohani) manusia agar menjadi jiwa yang tenang dan dekat dengan Allah.

Hal ini sebagaimana pendapat Imam Ghazali yang mana menjelaskan Ghazali bahwa manusia yang asalnya makhluk metafisis kemudian dikongkritkan oleh bentuk jasmani. Dan tidak dapat ditolak adanya pernyataan bahwa aspek jasmani berperan dalam upaya proses penyempurnaan jiwa. Karena dalam perspektif Ghazali bahwa kesempurnaan dan ketenangan jiwa merupakan fenomena yang tidak stabil atau berubah-ubah, sehingga menjadi tujuan yang harus dicapai. Untuk mencapai ketenangan jiwa yang harus dilalui dengan jalan latihan dan pendidikan agama atau disebut tazkiyatun al-nafs, yang dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok.

Maka tahajud sebagai bentuk latihan jiwa untuk membersihkan jiwa dari kotoran emosi yang buruk misalnya stress atau gelisah. Sehingga dengan tahajud sebagai cara untuk memperoleh ketenangan jiwa. hal ini sesuai dengan pernyataan dari Moh Sholeh bahwa terdapat suatu hubungan yang erat antara rajinnya mengamalkan shalat tahajud dan peningkatan kemampuan pengendalian diri berupa ketenangan.⁵⁸



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁵⁸ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud* (Jakarta: PT. Mizan Publika, 2012), 3.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dengan lakukannya penelitian ini, penulis memperoleh hasil dari analisis data yang akan ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan tahajud dilakukan pada pukul 03:30 WIB yang dilakukan secara berjamaah oleh para Santri Putra. Dengan melakukan shalat hajat, tahajud, taubat, dan witr. Adanya tahajud dalam kegiatan Pondok Pesantren ini sebagai bentuk pembiasaan dalam mendidik jiwa. supaya Supaya Santri Putra terbiasa dalam beribadah dan mendapatkan hasil dari ibadah tersebut, yakni ketenangan jiwa. Hal ini berdasarkan hasil data deskripsi yang menunjukkan nilai variabel tahajud ialah 40,8% yang termasuk dalam kategori “tergolong cukup baik”. Dan nilai variabel ketenangan jiwa ialah 51,5% yang termasuk dalam kategori “tergolong baik”.
2. Dari hasil analisis data, menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen(tahajud) terhadap variabel dependen(ketenangan jiwa) dengan hasil analisis regresi linear yang mana nilai sig. $0,001 < 0,05$, maka data dapat dikatakan signifikan. Serta hasil nilai koefisien determinasi (R Square) R^2 sebesar 0,516, artinya variabel ketenangan jiwa (dependen) dipengaruhi oleh variabel tahajud (independen) dengan presentasi sebesar 51,6% dan selebihnya atau dipengaruhi variabel lain sebesar 48,4%. Demikian ini dinyatakan bahwa tahajud pasti

berpengaruh bagi kondisi jiwa santri, dengan ini santri yang melakukan tahajud akan memperoleh ketenangan jiwa.

B. Saran

Dengan dasar hasil penelitian ini yang telah didapatkan kesimpulannya, maka dapat diberikan saran, sebagai berikut;

1. Bagi para santri yang sedang menjalankan kewajiban menuntut ilmu di Pondok Pesantren diharapkan untuk menjaga keistiqamahan dalam menjalankan kegiatan Pondok Pesantren, termasuk tahajud. Karena tahajud memberikan manfaat yang luar biasa bagi santri, sebagai latihan atau lebih disebut *riyadha*-nya santri ketika di pondok pesantren agar menjadi jiwa spiritual, jiwa yang tenang dan bermental kuat dalam menghadapi perubahan zaman sekarang.
2. Untuk para pengurus pondok pesantren dapat memberikan dukungan penuh dalam setiap kegiatan santri, termasuk juga tahajud. Agar para santri semakin merasakan manfaat yang luar biasa dari tahajud.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khuli. Hilmi, "Ajaibnya Gerakan Shalat" Yogyakarta: Redaksi Divapress, 2013.
- Al-Qathani. Said bin Ali Wahf. Ensiklopedi Shalat (Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i, 2006.
- Aqib. Zaenal, *Konseling Kesehatan Mental: Untuk Mahasiswa, Guru, Konselor, Dosen Bandung*: Yrama Widya, 2013.
- Asy-Syifa, *Al-Quran Dan Terjemahannya*, Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2007.
- Az-Zahrani. Musfir Bin Said, *Konseling Terapi*, Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Arikunto. Suharsimi, *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1996), 120.
- Burhanuddin, "Zikir Dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 6, No. 1 30 April 2020.
- Chodijah. Siti, "Konsep Shalat Tahajud Melalui Pendekatan Psikoterapi Hubungannya Dengan Psikologi Kesehatan (Penelitian Di Klinik Terapi Tahajud Surabaya). 2019.
- Hafifah. Nur Dan Machfud. Muchammad Saiful, "Pengaruh Shalat Tahajud Terhadap Esq (Emotional Spiritual Quotient) Santri," *Jkaka:Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam* 1, No. 1 20 Januari 2021.
- Hakim Thursan, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi* Jakarta: Puspa Swara, 2003.
- Latifah. Ummi, "Salat Tahajjud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa" , Skripsi: Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan, 2016.
- Mujib. Abdul Dan Mudzakir. Yusuf, (Mengutip Wahbah Al- Zuhailiy), *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Mulyadi. Seto, Besuki. Heru, dan Prabowo. Hendro, *Metode Penelitian Kualitatif dan Mixed Method*, Depok: PT RagaGrafindo Persada, 2019.
- Nisa, Aisyah Fitriyahtun. "Hubunngan Pembiasaan Shalat Tahajjud Dengan Kesehatan Mental Remaja Putri Di Smp Islam Terpadu Bangkinang"

.Skripsi: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2022.

Rifa'i. Moh, Risalah Tuntunan Shalat Lengkap, Semarang: Pt Kary Putra, 2014.

Safrihsyah, Psikologi Ibadah Dalam Islam, Banda Aceh: Naskah Aceh, 2013.

Samsu, METODE PENELITIAN: (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development) Jambi: Pusaka Jambi, 2017.

Setyawan. Dodiet Aditya, Petunjuk praktikum uji normalitas dan homogenitas data dengan spss, Klaten: Cv Tahta Media Grup, 2021.

Shalihin. Muh, The Miracle Of Shalat, Jakarta : Erlangga, 2011.

Sholeh. Moh, Terapi Shalat Tahajud, Jakarta: PT. Mizan Publika, 2012.

Siraj. Fuad Mahbub, "Relevansi Konsep Jiwa Al-Ghazali Dalam Pembentukan Mentalitas Yang Berakhlak," Inquiry Jurnal Ilmiah Psikologi 09, No. 1 Juli 2018.

Siyoto. Sandu, Dasar Metodologi Penelitian, Yogyakarta; Literasi Media Publishing, Juni 2015.

Syakur, Abd. "Metode Ketenangan Jiwa: Suatu Perbandingan Antara Al-Ghazâlî Dan Sigmund Freud," Islamica: Jurnal Studi Keislaman 1, No. 2, 22 Januari 2014.

Yunita, Yuyun. Peristiwa Isra' Mi'raj Nabi Muhammad Saw Dan Pembelajarannya, Jurnal Dewantara, Vol. Xi, No. 01, 2021.

Zayyan, Sobron. Dahsyatnya Shalat Fardhu dan Sunnah (Bandung: Kawan Pustaka, 2011), 123.

Wawancara

'Abidin. K.H. Minhajul, Pengasuh Pondok Pesantren Karangawo, Wawancara, Lamongan, 11 Juni 2022.

Web

<http://www.karangawo.com/p/sejarah-visi-misi-dan-moto-pondok.html?m=1>