



**PENGARUH BIMBINGAN AGAMA ISLAM  
TERHADAP PENURUNAN STRES SANTRI HIFDZUL  
QUR'AN DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL  
HUDA KECAMATAN KALIWUNGU  
KABUPATEN KENDAL**

Skripsi

Program Sarjana (S-1)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)



Oleh

**Musifah**

1102063

**FAKULTAS DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2008**



## NOTA PEMBIMBING

Lampiran : 5 ( lima ) Eksemplar  
Hal : Pesetujuan Naskah Skripsi

**Kepada.**

Yth. Bapak Dekan Fakultas Dakwah  
IAIN Walisongo Semarang  
di Semarang

Assalamu'alikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan kebaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi Saudara/i :

Nama : MUSIFAH  
NIM : 1102063  
Fak./ Jur. : Dakwah / BPI (Bimbingan dan Penyuluhan Islam)  
Judul : **Pengaruh Bimbingan Agama Islam Terhadap Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.**

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikiaan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Semarang, Juni 2008

Pembimbing,

Bidang Subtansi Materi

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

**Prof. Dr. Hj. Ismawati, M.Ag.**

NIP. 150094093

**Dra. Maryatul Qibtiyah, M.Pd.**

NIP 150273103

## SKRIPSI

PENGARUH BIMBINGAN AGAMA ISLAM  
TERHADAP PENURUNAN STRES SANTRI HIFDZUL QUR'AN DI  
PONDOK PESANTREN MIFTAHUL HUDA KECAMATAN KALIWUNGU  
KABUPATEN KENDAL

Disusun oleh:

MUSIFAH  
1102063

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 18 Juli 2008

Dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat

### Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji/  
Dekan / Pembantu Dekan

Penguji I

Drs. Ali Murtadho, M.Pd.  
NIP 150 274 618

Drs. Abdul Ghofier Romas  
NIP 150 070 388

Sekretaris Dewan Penguji  
Pembimbing

Penguji II

Drs. Dr. Hj. Ismawati, M.Ag  
NIP 150 094 093

Abdul Sattar. M.Ag.  
NIP 150 290 160



## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya nyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi di lembaga pendidikan-pendidikan yang lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, Juni 2008

MUSIFAH  
NIM: 1102063



## ABSTRAKSI

Kajian pada penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Di dalam penelitian ini menerangkan bahwa bimbingan agama Islam mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan stres santri Hifdzul Qur'an. Bimbingan agama Islam dengan indikator : pembimbing, terbimbing, metode dan materi. Sedangkan stres santri dengan indikator : pusing, cemas, sedih dan kehilangan semangat.

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah "bahwa bimbingan agama Islam berpengaruh terhadap penurunan stres santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal".

Subyek dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal tahun 2008 yang berjumlah 67 santri, dengan menggunakan metode populasi, data penelitian diperoleh dari teknik angket yang disebarakan kepada responden.

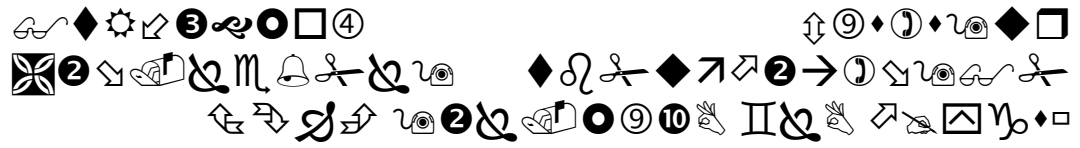
Dalam pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan rumus regresi sederhana untuk mendapatkan persamaan garis regresi dan analisis varian. Dan pengujian hipotesis penelitian menunjukkan bahwa "terdapat pengaruh yang signifikan bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal". Hal ini ditunjukkan oleh persamaan garis regresi  $Y = 89,159 + 0,446x$  dengan Freg = 14,232 yang berarti lebih besar dari taraf signifikan 5 % = 3,98 maupun 1 % = 7,01 pada N = 67.

Dengan demikian uji hipotesis yang diajukan yaitu "*Bimbingan Agama Islam Berpengaruh Terhadap Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal*".

Berdasarkan hasil peneltian ini diharapkan akan menjadi bahan informasi dan masukan bagi pengasuh, pengurus dan santri supaya meningkatkan dan melaksanakan bimbingan agama Islam sebagai upaya untuk menurunkan stres pada santri.



## MOTTO



Artinya : “ Dan sesungguhnya telah kami mudahkan Al-Qur’an untuk pelajaran,  
maka adalah orang yang mengambil pelajaran” (Qs. Al-Qamar : 17).



## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rendah hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Ayahanda dan Ibunda yang tidak henti-hentinya mendoakan, mencurahkan kasih sayang dan bimbingannya.
1. Kakak-kakak dan adik-adik yang senantiasa memotivasi dan memberikan dukungan baik materi maupun non materi hingga dapat terselesaikan skripsi ini.
2. Teman-temanku seperjuangan ( Tri, Yuni, Mbak Atik, Mbak Puji, Nur, Mbak Zaki dll) yang selalu menemani hari-hariku dengan tulus, memotivasi dan mendoakanku.
3. Semua pembaca yang budiman.



## KATA PENGANTAR

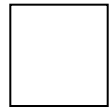
Dengan memanjatkan puji syukur bilqoilina Alkhamdullillah yang telah memberikan kenikmatan kesehatan jasmani mapun rohani, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Agung Muhammad SAW, beserta para kerabat dan sahabatnya.

Skripsi yang berjudul “PENGARUH BIMBINGAN AGAMA ISLAM TERHADAP PENURUNAN STRES SANTRI HIFDZUL QUR’AN DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL HUDA KECAMATAN KALIWUNGU KABUPATEN KENDAL” ini disusun guna melengkapi dan memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Fakultas Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang.

Dengan terselesainya penulisan skripsi ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs H.M. Zain Yusuf, MM selaku Dekan Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Ismawati, M.Ag dan Ibu Dra. Maryatul Qibtiyah, M.Pd, selaku pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak KH. A. Baduhun Badawi AR. Selaku Pengasuh Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.





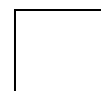
4. Segenap Dosen dan Asisten Dosen serta segenap Civitas Akademika Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya baik langsung maupun tidak langsung demi terselesainya penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi yang tiada tara selama penyelesaian studi serta penyusunan skripsi ini.
6. Kakakku dan adikku yang selalu mendoakan dan memotivasi dengan sepenuh hati sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Teman-teman seperjuangan yang tidak dapat disebut satu persatu, yang tidak bosan-bosannya memberikan motivasi dan dukungan selama kuliah.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kepada mereka semua, penulis tidak bisa membalas jasa-jasanya melainkan hanya untaian terima kasih yang tulus dan doa semoga Allah SWT, mencatat amal kebaikan mereka dan membalasnya, Amin.

Dan akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun kesempurnaan skripsi ini dan semoga skripsi ini dapat membawa manfaat terutama bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

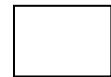
Semarang, Juni 2008

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
ABSTRAKSI.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
1.4. Tinjauan Pustaka.....	5
1.5. Sistematika Penelitian.....	7
BAB II BIMBINGAN AGAMA ISLAM DAN STRES	
2.1. Bimbingan Agama Islam .....	10
2.1.1 Pengertian Bimbingan Agama Islam .....	10
2.1.2 Dasar Bimbingan Agama Islam .....	12
2.1.3 Unsur-unsur Bimbingan Agama Islam.....	14
2.2. Stres .....	21
2.2.1 Pengertian Stres.....	21



2.2.2	Gejala Stres .....	22
2.2.3	Sumber Stres .....	23
2.2.4	Cara Mengatasi Stres.....	24
2.3.	Hubungan Bimbingan Agama Islam Terhadap Stres Santri....	25
2.4.	Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>		
3.1.	Jenis dan Metode Penelitian .....	28
3.2.	Definisi Konseptual dan Operasional .....	28
3.3.	Sumber dan Jenis Data .....	32
3.4.	Populasi .....	33
3.5.	Metode Pengumpulan Data .....	33
3.6.	Teknik Analisis Data .....	34
<b>BAB IV GAMBARAN UMUM PONDOK PESANTREN MIFTAHUL HUDA KALIWUNGU KABUPATEN KENDAL</b>		
4.1.	Situasi Umum Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal .....	40
4.2.	Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal .....	49
<b>BAB V HASIL PENELITIAN</b>		
5.1.	Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	60
5.2.	Analisis Data Penelitian.....	85
5.3.	Analisis Lanjut.....	92
5.4.	Pembahasan Hasil Penelitian.....	93



BAB VI PENUTUP

1.1 Kesimpulan.....	97
1.2 Saran-saran .....	97
1.3 Penutup.....	99

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN



## DAFTAR NAMA RESPONDEN

NO	NAMA	ALAMAT
1	Fitriyati	Indramayu Jawa barat
2	Mafiatun	Kabupaten Kendal
3	Sri Wahyuni	Kabupaten Kendal
4	Siti Dewi Mutmainah	Tegal
5	Muzdalifah	Tegal
6	Mfiqih Puji Winarsih	Tegal
7	Aniqotul Faizah	Tegal
8	Latifatun Ainun Nikmah	Kaliwungu
9	Ulfatun Khasanah	Tegal
10	Nur Chotimatussakdiyah	Tegal
11	Nur Halimatussaadah	Subang
12	Asrotun Azzar	Kaliwungu
13	Siti Ainl Mardiyah	Kabupaten Kendal
14	Maftukha Ulya	Batang
15	Devi Rosanti	Tegal
16	Uswatun Hasanah	Batang
17	Umi Dewi D.	Batang
18	Tukfatul Khoiriyah	Kabupaten Kendal
19	Himatul Aliyah	Kabupaten Kendal
20	Olivia Maheni Putri	Jakarta
21	Solikhati	Pemalang
22	Siti Indalifah	Kabupaten Kendal
23	Asri Wijayanti	Sragen
24	Faizaltul Maula	Ceribon
25	Zainatur Rohmah	Sukorejo
26	Atikizah	Sragen
27	Motoyah	Brebes
28	Roliyah	Brebes
29	Muflihah	Ceribon
30	Qomariyah	Batang
31	Suci Nur Aini	Purwodadi
32	Choirotul Hidayah	Grobogan
33	Anisatul Khoriyah	Sragen
34	Wuryaningsih	Sragen
35	Dewi Magfiroh	Batang
36	Lina Ernawati	Semarang
37	Ulya Syarifah	Kabupaten Kendal
38	Suci Nur Aini	Pemalang
39	Nurul Istiqomah	Tegal
40	Fitriyah Maulfidah	Kabupaten Kendal



<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>ALAMAT</b>
41	Nurul Chotimah	Wonosobo
42	Fina Maelina	Demak
43	Nurul Mu'sodah	Kabupaten Kendal
44	Siti Khoiridoh	Tegal
45	Istiqomah	Pekalongan
46	Tiara Adelia	Tegal
47	Ulfa Anggraini	Batang
48	Evita Sari	Kabupaten Kendal
49	Nova Anggraeni	Kabupaten Kendal
50	Anisa Putri	Ceribon
51	Wahyu Tri Nur Fatimah	Salatiga
52	Tri Ismi Anifa	Semarang
53	Titi Mutaalimah	Brebes
54	Efi Susanti	Mboden Pemalang
55	Lif Nur Afifah	Tegal
56	Susi Hartati	Pemalang
57	Siswati	Wirosari Grobogan
58	Nur Iddah Mustika	Purwodadi
59	Ana Wijayanti	Semarang Barat
60	Siti Nur Faridah	Kabupaten Kendal
61	Minhatul Maula	Subang Jawa Barat
62	Eti Munjiati	Kabupaten Kendal
63	Ainiyatul Lufiyah	Tegal
64	fatimatulzzahra	Tegal
65	Tafsilah BA	Tegal
66	Inayah	Kabupaten Kendal
67	Faridatun Hidayah	Batang

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Hidup pada zaman modern ini ditandai oleh berbagai macam kegiatan dan kesibukan yang banyak menyita waktu, menguras tenaga, dan pikiran. Situasi hidup yang demikian menyebabkan orang menderita kelelahan fisik maupun mental. Tidaklah mustahil bila manusia modern mengalami stres.

Problem kehidupan manusia di jaman modern ini semakin rumit dan kompleks. Problem kehidupan modern itu bukan hanya dialami oleh mereka yang kaya, namun dialami pula oleh para fakir miskin, para remaja, orang dewasa, sampai lansia (Mahfud An. 2003 :1)

Finkelor (2004:3) mengemukakan bahwa semakin maju masyarakat, semakin banyak komplikasi hidup yang dijalaninya, maka semakin sukarlah orang mencapai ketenangan hidup.

M. Quade (1987:4) menyebutkan bahwa tekanan hidup atau stres dapat menimbulkan gejala cemas, tidak berdaya dan merasa putus asa. Penyebab munculnya gejala-gejala stres tersebut adalah kenyataan-kenyataan hidup yang dianggap sulit dan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Hal yang senada juga diungkapkan oleh Harjana (1994:15) bahwa orang yang mengalami ketidakcocokan, ketidakseimbangan atau ketidaksepadanan (*discrepancy*) antara tuntutan hal atau keadaan dan sumber daya biologis, psikologis dan sosial, orang itu mengalami stres. Ketidaksepadanan itu terjadi

karena tuntutan lebih besar daripada sumber daya yang tersedia. Misalnya, orang harus menyelesaikan tugas banyak dan berat dalam waktu pendek.

Stres merupakan reaksi awal dari penyesuaian diri. Stres yang positif (*eustres*) yaitu apabila seseorang mampu menyelesaikan diri dan memotivasi diri, sehingga tidak menimbulkan tindakan negatif. Apabila seseorang gagal menyesuaikan diri terhadap stres, menderita, serta merasa tertekan, maka gejala stresnya sudah membahayakan, atau termasuk dalam kategori *distres*.

Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Miftahul Huda merupakan lembaga keagamaan yang berbasis Islami yang menitikberatkan pengajaran pada bidang Tahfidzul Qur'an atau menghafal Al-Qur'an. Dalam menjalani proses Hifzul Qur'an ada beberapa santri yang menderita stres karena permasalahan yang dihadapi kian pelik. Khususnya pada santri yang menghafal Al-Qur'an juz 1 sampai juz 30. Permasalahan yang timbul dikarenakan banyaknya aktifitas yang dilakukan oleh santri. Di samping menghafal Al-Qur'an santri juga harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain itu santri juga harus mampu membagi waktu antara kegiatan di Pondok Pesantren dan Sekolah, karena sebagian besar santri adalah pelajar.

Problema yang dihadapi oleh santri hifdzul Qur'an memang banyak dan bermacam-macam; mulai dari pengembangan minat, penciptaan lingkungan, pekerjaan, waktu, sampai dengan metode menghafal Al-Qur'an itu sendiri.

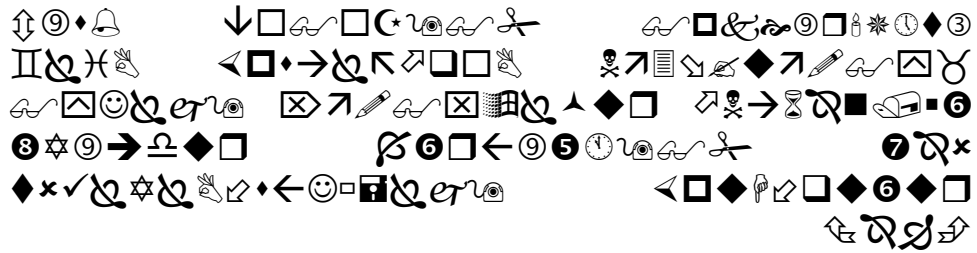
Menurut Al-Hafidz (2000 :41) problematika yang dihadapi oleh santri Hifdzul Qur'an itu secara garis besarnya adalah sebagai berikut :



- a. Menghafal itu susah
- b. Ayat-ayat yang dihafal lupa lagi
- c. Banyaknya ayat-ayat yang serupa
- d. Gangguan – gangguan kejiwaan
- e. Gangguan-gangguan lingkungan
- f. Banyaknya kesibukan

Dikarenakan kompleksnya problem yang dihadapi santri, maka diperlukan pembinaan yang berperan untuk mengikuti dan mengevaluasi perkembangan santri dalam proses menghafal itu sendiri ataupun yang berkaitan dengan psikologis santri. Bimbingan agama Islam diperlukan dengan tujuan agar tercapai proses menghafal dengan kualitas yang baik guna mendapatkan Hafidzul Qur'an yang *representatife*. Akan tetapi untuk mewujudkan hal tersebut tidaklah mudah karena untuk menghafal diperlukan kesiapan-kesiapan yang matang baik mental maupun spiritual, karena kurangnya persiapan juga akan mempengaruhi perkembangan jiwa santri. Untuk itu diperlukan pemecahan (*Solving*) yang diharapkan dapat memberikan masukan sebagai terapi terhadap masalah yang dihadapi oleh santri.

Bimbingan agama Islam merupakan salah satu metode dakwah yang mempunyai peran penting dalam membimbing dan membantu mengatasi permasalahan santri agar tidak mengalami stres. Bimbingan agama Islam di sini sangat dibutuhkan sebagai usaha untuk menuntun dan mengarahkan perilaku yang menyimpang agar sesuai dengan ajaran agama, hukum dan nilai-nilai yang berlaku. Sebagaimana firman Allah Qs. Yunus : 57



Artinya : “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari

Tuhanmu dan Penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada)

dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang

beriman.” (Qs. Yunus: 57 (Depag, 1994 : 315)

Dengan adanya bimbingan diharapkan agar para santri dapat berfikir jernih dan logis jauh dari perasaan cemas, takut, sedih, marah dan sehingga dapat menghafal Al-Qur'an dengan baik demi tercapainya tujuan hidup kita sebagai manusia, yaitu mencari ridha Allah SWT, kebaikan di dunia dan di akhirat.

Dari uraian latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh Bimbingan Agama Islam Terhadap Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka yang menjadi pokok permasalahan yaitu : adakah pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal?

### **1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### 1.3.1 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah : untuk mengetahui sejauh mana pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

#### 1.3.2 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat ditinjau secara teoritis maupun praktis.

##### a. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan bimbingan agama Islam dan stres di Fakultas Dakwah.

##### b. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran bagi pelaksanaan bimbingan dalam mengatasi gangguan kejiwaan khususnya santri yang sedang dalam proses menghafal Al Qur'an dan bagi masyarakat umumnya.

### **1.4 Tinjauan Pustaka**

Untuk dapat mewujudkan penulisan skripsi yang prosedural dan mencapai target yang maksimal, dibutuhkan tinjauan pustaka. Dalam tinjauan

pustaka ini penulis akan memaparkan beberapa hasil penelitian yang relevan sebagai bahan kajian tambahan.

Skripsi yang dimaksud yaitu :

Pertama, penelitian yang dilakukan Masfiah (2007) dalam penelitiannya tersebut berjudul Pengaruh Bimbingan Keagamaan Terhadap Kesehatan Jiwa Penderita penyakit Kanker di RSKD. Kajian pada penelitian ini adalah tentang pengaruh bimbingan keagamaan terhadap kesehatan jiwa penderita penyakit kanker di RSKD. Di dalamnya memuat tentang proses pelaksanaan bimbingan keagamaan sebagai upaya untuk membantu penderita penyakit kanker dalam menghadapi cobaan hidup. Dan dengan adanya bimbingan keagamaan bagi penderita kanker, maka penderita kanker dapat memahami arti dari penyakit, sehingga dengan demikian dapat menghadapi penyakitnya dengan sabar dan mau menjalankan apa yang diarahkan oleh pembimbing. Selain itu juga dapat memberikan nilai spiritual yang tinggi sehingga seorang penderita kanker mempunyai perasaan yang tenang, jiwa yang damai dan hati yang tentram. Hal inilah yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa penderita penyakit kanker. Hasil penelitian menyebutkan bahwa Bimbingan keagamaan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan jiwa penderita kanker di RSKD.

Kedua, penelitian yang dilakukan Milatina (2007) dalam penelitiannya tersebut berjudul Dzikir dan Pengendalian Stres (Studi Kasus Jamaah Pengajian Ma'rifatullah LEMBKOTA Semarang) Analisis Bimbingan dan Konseling Islam. Kajian pada penelitian ini adalah tentang pelaksanaan dzikir

dan pengendalian stres pada jamaah pengajian Ma'rifatullah LEMBKOTA Semarang ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam. Di dalamnya memuat tentang proses pelaksanaan dzikir sebagai upaya yang digunakan sebagai alat penyembuh bagi gangguan kewajiban. Selain itu juga sebagai pembinaan bagi kesehatan jiwa dan merupakan alat terpenting dalam pengendalian stres.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Mujib (1995) penelitian tersebut berjudul Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dan Penyuluhan Ibadah Terhadap Ketenangan Hidup Penderita Kusta di Rumah Sakit Tugurejo Semarang. Fokus pembahasannya adalah tentang pelaksanaan bimbingan dan penyuluhannya adalah tentang pelaksanaan bimbingan dan penyuluhan Islam oleh Rumah Sakit Kusta Tugurejo Semarang terhadap penderita kusta. Dengan demikian bimbingan keagamaan yang diberikan kepada para penderita kusta diharapkan mampu menghadapi tantangan hidup setelah para penderita kusta kembali di tengah-tengah masyarakat.

Dari beberapa hasil review penelitian tersebut, sejauh ini belum ada yang membahas Pengaruh Bimbingan Agama Islam terhadap Stres Santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berkaitan dengan hal tersebut.

## **1.5 Sistematika Penulisan**

Untuk memudahkan dalam memahami gambaran secara menyeluruh tentang penelitian ini maka penulis memberikan sistematika penulisan skripsi. Adapun sistematika penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

**BAB I : PENDAHULUAN**

Bab ini berisi tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan skripsi.

**BAB II : TINJAUAN UMUM TENTANG BIMBINGAN AGAMA ISLAM DAN STRES**

Bab ini menjelaskan tentang bimbingan agama Islam dan stres. Bab kedua ini dibagi menjadi empat sub bab. Sub bab pertama, menjelaskan deskripsi teori bimbingan agama Islam yang meliputi : pengertian bimbingan agama Islam, dasar bimbingan agama Islam, unsur-unsur bimbingan agama Islam, serta tujuan dan fungsi bimbingan agama Islam. Sub bab kedua, menjelaskan tentang definisi teoritik stres yang meliputi : pengertian stres, gejala stres, sumber stres, serta cara mengatasi stres. Sub bab ketiga berisi tentang definisi teoritik hubungan bimbingan agama Islam terhadap stres. Dan, sub bab keempat berisi tentang hipotesis penelitian.

**BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

Metodologi penelitian meliputi : jenis dan metode penelitian, definisi konseptual dan operasional, sumber dan jenis data, populasi, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

**BAB IV : GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN**

Yang berisi tentang gambaran secara umum Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal, yang meliputi : Sejarah berdirinya Pondok Pesantren Miftahul Huda, letak geografis, status dan struktur organisasi, Visi, Misi, tujuan dan sasaran Pondok Pesantren Miftahul Huda, penghuni Pondok Pesantren Miftahul Huda, dan proses pelaksanaan bimbingan agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

#### BAB V : DATA DAN ANALISISNYA

Dalam bab ini akan dipaparkan hasil penelitian dan pembahasan yang terbagi menjadi tiga sub bab. Sub bab pertama, hasil penelitian yang berisi deskripsi data penelitian. Sub bab kedua, berisi tentang pembahasan penelitian dan pengujian hipotesis. Dan, sub bab ketiga berisi analisis lanjut.

#### BAB VI : PENUTUP

Pada bab ini berisi tentang kesimpulan, saran-saran, dan penutup.



## BAB II

### BIMBINGAN AGAMA ISLAM DAN STRES

#### 2.1 Bimbingan Agama Islam

##### 2.1.1 Pengertian Bimbingan Agama Islam

Secara etimologi kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris yaitu *guidance* yang berasal dari kata kerja “*to guide*” yang berarti menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi kehidupannya di masa kini dan masa mendatang. (Arifin, 1994 : 1)

Sedangkan bimbingan secara terminologi, sebagaimana diungkapkan Sukardi (1983 : 65) mendefinisikan bimbingan sebagai pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian dan pemecahan masalah.

Walgito (1995 : 4) mendefinisikan bimbingan sebagai bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekelompok individu –individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Rahman Notawidjaja dalam Winkel (2004 : 27) mendefinisikan bimbingan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat



bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan keluarga serta masyarakat. Dengan demikian dia dapat mengecap kebahagiaan hidupnya serta dapat memberikan sumbangan yang berarti.

Robert L. Gibson/Marianne H. Mitchell dalam bukunya *Introduction to Guidance* mendefinisikan “*Defined Guidance As*” *the process of assisting individuals in making life adjustment. It is need in he home, Scholl, community, and in all other phases, of the individuals environment.* Artinya bimbingan adalah proses membantu individu dalam melakukan penyesuaian hidup, hal ini perlu dalam rumah, sekolah, masyarakat dan seluruh tahapan lingkungan individu yang lain.

Elias Anton Elias menyamakan istilah “*to guide*” dengan bahasa arab “( هدى )”. Sedangkan pengertian هدى atau هدايه itu sendiri adalah

الهداية هي الإرشاد الى الخير قولاً وفعلاً

Artinnya :

Hidayah adalah bimbingan yang diberikan untuk kebaikan seseorang baik perkataan maupun perbuatan.

Bimbingan Islam menurut Hallen (2000 : 17) adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinyu, dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur’an dan Hadist Rosulullah

ke dalam diri, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan Al Qur'an dan Hadist.

Bila internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadist itu telah tercapai dan fitrah beragama telah berkembang secara optimal maka individu tersebut dapat hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akherat.

Faqih (2001 : 4) mendefinisikan bimbingan Islam sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akherat.

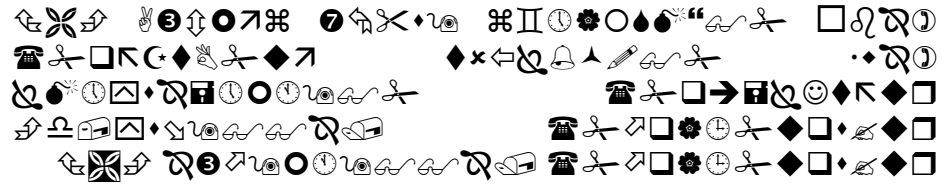
Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada seseorang atau kelompok agar mampu mengembangkan potensi (bakat, minat, dan kemampuan yang dimiliki, mengenali dirinya, mengatasi persoalan-persoalan) sehingga mereka dapat menentukan sendiri jalan hidupnya secara bertanggung jawab sesuai dengan apa yang dicita-citakan yaitu menjadi lebih baik.

### **2.1.2 Dasar Bimbingan Agama Islam**

Dalam melaksanakan bimbingan Islam harus didasarkan pada petunjuk Al-Qur'an dan Hadist, baik yang mengenai ajaran memerintah

atau isyarat agar memberi bimbingan dan petunjuk. Sebagaimana dalam

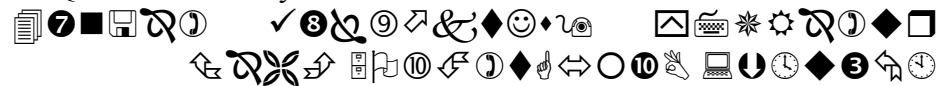
Al Qur'an surat Al-Ashr ayat 3 :



Artinya : “Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian (2)

Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal sholih dan berwasiat (nasehat-menasehati) dengan kebenaran dan berwasiat dengan kesabaran (3)”.

Al-Qur'an surat As syura : 52



Artinya : “Dan sesungguhnya kamu benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus”.

Usaha pemberian bantuan ini didasarkan pada kenyataan bahwa pada hakekatnya tidak ada satu pun manusia di dunia ini yang sempurna. Dalam arti mereka saling membutuhkan antara yang satu dengan yang lain. Bimbingan merupakan kegiatan yang bersumber pada kehidupan manusia. Kenyataan menyebutkan bahwa manusia dalam hidupnya sering menghadapi persoalan-persoalan yang silih berganti. Selain itu, antara manusia yang satu tidak sama dengan yang lainnya, baik dalam sifat-sifatnya maupun dalam kemampuannya. Ada manusia yang mampu mengatasi persoalannya tanpa bantuan orang lain, tetapi

ada pula manusia yang tidak mampu mengatasi persoalannya dan memerlukan bantuan orang lain. Oleh karena itu bimbingan Islam sangatlah diperlukan, karena dalam masyarakat modern persoalan-persoalan yang timbul sangatlah kompleks. Makin maju masyarakat maka akan semakin kompleks persoalan yang dihadapi oleh anggota masyarakat. (Walgito, 1995 : 7)

### 2.1.3 Unsur-Unsur Bimbingan Islam

#### a. Petugas Bimbingan Islam

Petugas Bimbingan Islam adalah pihak yang membimbing atau dapat pula disebut dengan istilah *guide* atau *konselor* (Depag RI, 1975 : 159). Syarat-syarat pembimbing dalam bimbingan Islam menurut Faqih (2001 : 46 - 51) adalah :

##### 1) Kemampuan Keahlian (profesional)

Pembimbing merupakan orang yang memiliki keahlian atau kemampuan profesional di bidang bimbingan Islam. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW :

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : اذا وُسِدَ الأمر الى غير اهله فانتظر الساعه (رواه+ البخارى)

Artinya : “Dari Abu Hurairah r.a. telah berkata : Rosulullah SAW telah bersabda : “Apabila suatu urusan diserahkan pada seseorang yang bukan ahlinya maka tunggulah kehancurannya” (HR. Bukhari)

2) Sifat Kepribadian yang baik (ahlaqul karimah)

Sifat-sifat kepribadian yang baik atau akhlak yang mulia dari seorang pembimbing diantaranya adalah :

- a) *Siddiq* (mencintai dan membenarkan) yakni cinta pada kebenaran dan mengatakan benar sesuatu yang memang benar;
- b) *Amanah* (dapat dipercaya) maksudnya pembimbing mampu menjaga rahasia terbimbing;
- c) *Tabligh* (mau menyampaikan apa yang layak disampaikan) maksudnya pembimbing mau menyampaikan ilmunya kalau diminta nasehat sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya;
- d) *Fathanah* (intelgensi, cerdas, berpengetahuan), pembimbing harus memiliki kemampuan dan kecerdasan yang memadai termasuk sifat inovatif, kreatif, cepat tanggap, dan cepat dapat mengambil keputusan;
- e) *Muklis* (ikhlas dalam menjalankan tugas), pembimbing selalu ikhlas dalam menjalankan tugasnya karena mengharapkan ridha Allah;
- f) Sabar dalam arti pembimbing harus ulet, tabah, ramah, tidak mudah putus asa, tidak mudah marah, mau mendengarkan keluh kesah terbimbing;

- g) *Tawadhu'* (rendah hati), pembimbing harus memiliki sifat rendah hati, tidak sombong, tidak merasa paling tinggi kedudukan maupun ilmunya;
- h) *Shaleh* (mencintai, melakukan, menyokong kebaikan), pembimbing Islam harus bersifat shaleh, karena akan memudahkan melakukan tugasnya;
- i) Adil dalam arti mampu mendudukan permasalahan terbimbing sesuai dengan situasi dan kondisi secara proporsional;
- j) Mampu mengendalikan diri dalam arti harus memiliki kemampuan kuat untuk mengendalikan diri, menjaga kehormatan diri dan terbimbing.

### 3) Kemampuan kemasyarakatan (hubungan sosial)

Pembimbing harus memiliki kemampuan melakukan hubungan sosial, ukhuwah Islamiyah yang tinggi.

### 4) Ketaqwaan kepada Allah

Ketaqwaan merupakan syarat dari segala syarat yang harus dimiliki oleh seorang pembimbing Islam, sebab ketaqwaan merupakan sifat yang paling baik. Pembimbing harus memiliki sifat lahiriyah yang baik dan juga kondisi mental yang baik. Jasmaniyah yang baik, misalnya “berpakaian yang bersih” yang berarti pembimbing harus berpenampilan menarik, sopan, rapi, tertib. Sementara sikap pembimbing yang harus dimiliki adalah

selalu taqwa kepada Allah, beramal shaleh, atau tidak berbuat dosa, *sepi ing pamrih*, dan sabar.

b. Subyek Bimbingan Islam

Subyek bimbingan Islam adalah pihak yang dibimbing atau disebut terbimbing (Depag, 1975 : 159). Menurut Arifin (1976 : 25) bahwa dalam pelaksanaan bimbingan Islam terbimbing harus dipandang dari beberapa segi yaitu :

- 1) Setiap individu adalah mahluk yang memiliki kemampuan dasar beragama yang merupakan fitrah dari Tuhan;
- 2) Setiap individu adalah pribadi yang berkembang secara dinamis memiliki corak, watak, dan kepribadian yang tidak sama dan;
- 3) Setiap individu adalah perkembangan yang peka terhadap segala perubahan.

Subyek bimbingan Islam adalah individu, baik orang perorangan maupun kelompok, yang memerlukan bimbingan tanpa memandang agamanya. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi subyek bimbingan Islam adalah :

1) Motivasi

Motivasi adalah suatu kondisi yang menggerakkan suatu mahluk yang mengarahkan kepada suatu tujuan atau beberapa tujuan dari tingkat tertentu (Arifin, 2000 : 49). Hasil bimbingan akan menjadi optimal jika ada motivasi dari pembimbing. Dengan

adanya motivasi, seorang terbimbing akan menjadi tekun dalam mengikuti bimbingan sehingga akan berhasil dengan baik.

## 2) Minat

Minat adalah kecenderungan hati kepada sesuatu atau keinginan. Minat juga sebagai kecenderungan subyek yang menetap untuk merasa tertarik pada bidang studi (Poerwadarminta, 1999 : 650). Minat besar sekali pengaruhnya terhadap kegiatan bimbingan. Seseorang akan melakukan sesuatu yang diminati tanpa mengenal lelah, sebaliknya tanpa minat seseorang tidak mungkin melakukan sesuatu, walaupun melakukan hanya dengan keterpaksaan dan hal itu akan mengakibatkan kurang baik.

## c. Metode dan Materi Bimbingan Islam

### 1) Metode Bimbingan Islam

Metode merupakan cara yang digunakan untuk mencapai tujuan, demikian juga dalam bimbingan agama Islam diperlukan cara yang tepat untuk digunakan dalam rangka mencapai tujuan yaitu terbentuk individu yang mampu memahami diri dan lingkungannya.

Metode yang digunakan dalam bimbingan agama Islam adalah metode langsung dan tidak langsung. Metode langsung yaitu metode dimana pembimbing melaksanakan komunikasi langsung (tatap muka).



## 2) Materi Bimbingan Islam

Materi Bimbingan Islam adalah semua bahan yang disampaikan terhadap anak asuh, yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadist, adapun materi bimbingan Islam diantaranya : masalah keimanan (aqidah), masalah ke-Islaman (Syari'ah) masalah budi pekerti (akhlaq).

- a. Keimanan masalah aqidah dalam Islam bersifat i'tiqad bathinah yang mencakup masalah-masalah yang erat hubungannya dengan rukun iman. Aqidah merupakan sesuatu yang diyakini secara bulat tidak diliputi keraguan sedikitpun, dapat menimbulkan sifat jiwa yang tercermin dalam perkataan dan perbuatan. Hal ini tertumpu dalam kepercayaan dan keyakinan yang sungguh-sungguh akan ke-Esaan Allah.
- b. Ke-Islaman, syari'ah dalam Islam berhubungan dengan amalan lahir dalam rangka mentaati semua peraturan dan hukum Tuhan guna mengatur hidup dan kehidupan antara hubungan manusia dengan Tuhan. Masalah syari'ah mencakup aspek ibadah dan muamalah.
- c. Budi pekerti, akhlaqul karimah adalah suatu sikap atau sifat yang mendorong untuk melakukan sesuatu perbuatan baik atau buruk yang dilakukan dengan mudah. Perbuatan ini dilihat dari pangkalannya yaitu motif atau niat, seperti

berbakti kepada orang tua, saling hormat menghormati, tolong menolong dan sebagainya ( Syukir, 1983:60 – 62 ).

d. Media Bimbingan Islam

Media adalah alat yang dipakai sebagai perantara untuk melaksanakan suatu kegiatan.

Adapun alat-alat tersebut antara lain adalah :

1) Melalui saluran lisan

Bimbingan secara lisan adalah bimbingan secara langsung dimana pembimbing memberikan materi atau membantu secara langsung.

2) Melalui saluran tertulis

Bimbingan yang dilakukan melalui tulisan-tulisan seperti surat kabar, majalah, buku, brosur, selebaran dan lain-lain.

3). Melalui media audio visual

Bimbingan dilakukan melalui radio dan televisi

Metode dan teknik yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan tergantung pada :

- a. Masalah/problem yang sedang dihadapi
- b. Tujuan penggarapan masalah
- c. Keadaan yang dibimbing
- d. Kemampuan pembimbing menggunakan metode/media
- e. Sarana dan prasarana yang tersedia
- f. Kondisi dan situasi lingkungan sekitar

- g. Organisasi dan administrasi layanan bimbingan
- h. Biaya yang tersedia (Faqih, 2001 : 55)

## **2.2 Stres**

### **2.2.1 Pengertian Stres**

Stres menurut kamus psikologi adalah suatu keadaan tertekan, baik secara fisik maupun psikologi (Kartono, 2000 : 488) sedangkan menurut Cride, Goethals, Kavanough, dan Solomon dalam Bukhori (2003 :29) stres merupakan reaksi terhadap ketidakmampuan untuk mengatasi gangguan fisik dan psikis.

Hardjana (1994 : 14) menyebutkan bahwa stres adalah keadaan atau kondisi yang tercipta bila transaksi orang yang mengalami stres dan hal yang dianggap mendatangkan stres membuat orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan, nyata atau tidak nyata, antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang ada padanya.

Dengan mengambil beberapa pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu keadaan tertekan yang muncul karena adanya ketidaksepadanan antara tuntutan hal atau keadaan dan sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang ada pada dirinya.

### 2.2.2 Gejala Stres

Gejala (symptom) yang timbul ketika seseorang mengalami stres, meliputi gejala psikologis dan gejala fisik (Boenish, 2005 : 5) gejala psikologis :

- Apati atau kelesuan
- Represi
- Penarikan diri
- Kecemasan
- Ketegangan emosional
- Rasa tidak puas
- Mudah marah
- Konsentrasi yang buruk
- Keinginan besar untuk menangis, lari atau bersembunyi
- Kecenderungan cepat terkejut

Sedangkan gejala stres yang berupa fisik adalah sebagai berikut:

- Serangan jantung
- Serangan otak (stroke)
- Tekanan darah tinggi
- Sakit kepala atau migraine
- Kejang perut
- Radang lambung
- Ketegangan otot
- Kehilangan selera makan atau selera makan terlalu besar

Menurut Mahfud An (2003 : 12) gejala stres meliputi :

- a) Gejala Fisikal, antara lain sakit kepala, susah tidur, sakit punggung, mencret-mencret, radang usus besar, sulit buang air besar, gatal-gatal, tekanan darah tinggi, banyak melakukan kekeliruan dan gugup.
- b) Gejala emosional, antara lain sedih, mudah menangis, merana jiwa, mudah marah, gelisah, cemas, mudah tersinggung, gampang menyerang orang lain, bermusuhan, dan sebagainya.
- c) Gejala intelektual, antara lain sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, melamun, daya ingat menurun, prestasi menurun, dan dalam bekerja banyak melakukan kekeliruan.
- d) Gejala hubungan antarpersonal, antara lain kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah membatalkan janji, suka mencari kesalahan orang lain, mendiamkan orang lain dan sebagainya.

Dari pendapat-pendapat para ahli tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pendapat Mahfud An lebih jelas dan lengkap yakni gejala stres meliputi gejala fisikal, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala hubungan antarpersonal.

### **2.2.3 Sumber Stres**

Penyebab stres (stresor) bersumber dari masalah kehidupan sehari-hari, misalnya ketidakharmonisan rumah tangga, kehidupan kota

yang sumpek, beban studi dan pekerjaan, atau kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan. Sumber stres dapat juga berasal dari kejadian-kejadian yang spesifik, seperti penyakit yang kronis, gempa, perubahan hidup (pernikahan, pindah kerja, kematian anggota keluarga) atau kecelakaan (yang menimbulkan perubahan fungsi tubuh atau cacat) (Eliyawati, Maret 2006. <http://www.admin@superadmin>).

#### **2.2.4 Cara Mengatasi Stres**

Hardjana (1994 : 990 menyatakan bahwa banyak metode yang bisa dilakukan untuk mengatasi stres. Metode mengatasi stres dapat berupa :

- a) Tindakan langsung, dalam mengatasi stres berupa perbuatan atau berbuat sesuatu yang nyata secara khusus dan langsung diambil untuk mengatasi hal, peristiwa, orang atau keadaan yang menjadi sumber stres.
- b) Mencari informasi, usaha mengatasi stres dengan mencari informasi bertujuan untuk mengetahui dan memahami situasi stres yang dialami.
- c) Berpaling pada orang lain, pada waktu mengalami stres kita pergi kepada orang lain, baik orang tua, saudara, sahabat, pembimbing untuk meminta pertolongan.

### **2.3 Hubungan Bimbingan Agama Islam Terhadap Stres Santri**

Seperti halnya kita ketahui bahwa perubahan zaman telah membawa manusia kepada kehidupan modern dengan kemajuan teknologi. Dimana kemajuan teknologi telah banyak memunculkan tantangan baru, berbagai tuntutan dan kemampuan harus dipenuhi, sehingga berbagai macam kegiatan dan kesibukan dilaksanakan. Situasi yang demikian menyebabkan orang menderita kelelahan fisik dan mental, bahkan menambah berbagai macam problem kehidupan sehingga tidaklah mustahil bahwa manusia banyak yang mengalami stres. Hal yang demikian juga dialami oleh para santri yang dalam proses mencapai prestasi yang tinggi baik dibidang akademik maupun non akademik dalam rangka memenuhi tuntutan hidup yang semakin menantang.

Gangguan emosi pada anak akan berpengaruh jelek pula pada prestasi belajar anak, daya tangkap, maupun daya ingat akan menurun, keragu-raguan dan kecemasan selalu melanda diri anak (Notosoedirjo, 2005 : 201).

Stres merupakan keadaan yang dapat muncul dimana saja dan kapan saja. Seperti halnya santri, ketidakmampuan mengatasi masalah akan membawa kepada kecemasan, yang juga mempengaruhi perilaku orang yang mengalaminya.

Santri yang baru masuk dalam Pondok Pesantren akan mengalami berbagai macam persoalan. Ada pertentangan batin antara apa yang menjadi keinginannya dengan apa yang harus dilakukan sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pondok Pesantren. Penyesuaian diri dalam kelompok menjadi sangat penting artinya agar ia mampu bertahan hidup dalam kelompok

apabila santri tersebut akan sangat gelisah, cemas, takut, tidak nafsu makan, mudah menangis, dan lain sebagainya.

Disamping harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya santri juga dituntut untuk menjalankan kewajibannya, mematuhi peraturan Pondok Pesantren, dan harus mampu membagi waktu antara kegiatan di Pondok Pesantren dengan kegiatan di sekolah. Hal inilah yang kebanyakan mengakibatkan timbulnya stres atau tekanan batin pada diri santri. Dengan demikian gejala stres dapat di klasifikasikan sesuai dengan pendapat Mahfud An (2003 : 12) yaitu gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual dan gejala hubungan antarpersonal.

Kompleksitas permasalahan tersebut merupakan tantangan bagi pelaksanaan dakwah Islam yang perlu mendapat tanggapan dan penyelesaian dari juru dakwah agar dakwah Islam dapat memberikan motivasi tentang keIslaman baik dari segi lahiriah, maupun batiniah. Salah satu upaya yang dapat mewujudkan berhasilnya ajaran Islam adalah dengan melalui bimbingan Islam. Agama dapat menjadi penolong bagi orang-orang yang sedang menerima kekecewaan. Hal ini sesuai dengan Hadist Nabi :

عن تميم الدري ان النبي صلى الله عليه وسلم قال الدين النصيحة قلنا لمن قال الله  
ولكتبه ولرسوله ولأئمة المسلمين وعامتهم ( رواه مسلم )

Artinya : “Dari Tamim Ad-Dar bahwasanya Nabi telah bersabda agama adalah sebuah nasehat, kami berkata untuk siapa, Nabi berkata untuk Allah, Kitab-kitab-Nya, Rasul-rasul-Nya, pemimpin orang-orang Islam dan umat mereka” (HR. Muslim).



Semakin seseorang dekat kepada Allah, maka akan semakin tentramlah jiwanya serta semakin mampu menghadapi kesukaran-kesukaran dalam hidup. Sebesar apapun yang harus dihadapinya akan sabar karena dia merasa bahwa kesukaran dalam hidup merupakan bagian dari cobaan Allah SWT.

Bimbingan agama Islam disamping sebagai upaya untuk mencegah timbulnya masalah, memecahkan masalah yang dihadapi individu, juga sebagai upaya pengembangan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik. Bimbingan agama Islam juga sangat dibutuhkan sebagai usaha untuk menuntun dan mengarahkan perilaku yang menyimpang agar sesuai dengan ajaran agama, hukum, dan nilai-nilai yang berlaku.

Dari uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan Agama Islam mempunyai kaitan yang cukup erat dengan stres santri. Dimana para santri sangat membutuhkan siraman rohani atau bimbingan agama Islam agar dapat mengurangi tekanan-tekanan, kecemasan, gelisah dan perilaku yang menyimpang yang dilakukan para santri.

#### **2.4 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah kesimpulan sementara atau suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2002 : 64).

Berdasarkan asumsi-asumsi teoritik tersebut, maka hipotesis penelitian yang diajukan sebagai dugaan awal adalah : ada pengaruh bimbingan agama Islam terhadap stres santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis dan Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistik (Azwar, 1998 : 5).

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket atau instrumen yang akan disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti.

Penelitian ini dilakukan dari tanggal 10 Maret 2008 sampai dengan 10 Juni 2008.

#### **3.2 Definisi Konseptual dan Operasional**

Dalam penelitian ini mempunyai dua variabel, maka akan dijelaskan masing-masing definisi konseptual dan operasional dari variabel yang akan diteliti yaitu :

##### **3.2.1 Definisi Konseptual**

Definisi konseptual ini menjelaskan tentang variabel penelitian yang meliputi variabel bimbingan agama Islam sebagai variabel dependent, dan variabel stres sebagai variabel independent dengan uraian sebagai berikut:

Bimbingan agama Islam adalah pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian, dan pemecahan masalah. (Sukardi, 1983 : 65)

Bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan atau petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akherat (Faqih, 2001 : 4).

Stres merupakan suatu keadaan tertekan baik secara fisik maupun psikologi (Kartono, 2000 : 488 ). Menurut Cride, Goethals, Kovanough dan Solomon dalam Bukhori (2003: 29) Stres merupakan reaksi terhadap ketidakmampuan untuk mengatasi gangguan fisik dan psikis.

### 3.2.2 Definisi Operasional

Bimbingan Agama Islam adalah proses pemberian kepada santri yang mengalami kesulitan baik lahiriyah maupun batiniyah yang menyangkut permasalahan pribadi dan permasalahan dalam menghafal supaya tercapai cita-cita demi ketentraman dunia dan akherat.

Variabel bimbingan Islam meliputi indikator-indikator sebagai berikut :

a. Pembimbing

Pembimbing atau petugas bimbingan Islam adalah pihak yang membimbing atau dapat pula disebut dengan istilah *guide* atau konselor (Depag, 1975 : 159)

b. Terbimbing

Terbimbing atau subyek bimbingan Islam adalah pihak yang dibimbing atau disebut terbimbing (Depag, 175 : 159). Subyek bimbingan Islam adalah individu, baik orang perorangan maupun berkelompok, yang memerlukan bimbingan tanpa memandang agamanya. Sedangkan mereka yang tidak beragama Islam perlakuan dari pembimbing Islam berbeda dengan mereka yang beragama Islam, sesuai dengan bimbingan Islam pada umumnya.

c. Metode

Metode yang digunakan dalam bimbingan Islam adalah metode langsung. Metode langsung adalah metode pembimbing melakukan komunikasi langsung (tatap muka).

Menurut Munsnamar ( 1992 : 92 ) metode langsung dibagi menjadi 3 macam :

- a. Metode individu yaitu pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbing diantaranya adalah percakapan pribadi yaitu pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dikunjungi atau dibimbing.

- b. Metode kelompok yaitu pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan terbimbing dalam kelompok, hal ini dapat dilakukan dengan teknik diskusi kelompok, yaitu pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama dengan terbimbing yang mempunyai masalah. Dengan cara pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan terbimbing.
- c. Metode ceramah adalah suatu teknik atau metode dakwah yang banyak diwarnai oleh ciri karakteristik bicara oleh seorang da'i atau mubalig pada suatu aktifitas dakwah.
- d. Materi

Materi bimbingan Islam adalah semua bahan yang disampaikan terhadap anak asuh, bimbingan yang menjadi sasaran dengan bersumber Al-Qur'an dan Hadist. Adapun materi bimbingan Islam antara lain :

Pertama masalah Aqidah (Keimanan) merupakan sesuatu yang diyakini secara bulat tidak diliputi keragu-raguan sedikitpun, dapat menimbulkan sifat jiwa yang tercermin dalam perkataan dan perbuatan. Hal ini tertumpu dalam kepercayaan dan keyakinan yang sungguh-sungguh akan ke Esaan Allah.

Kedua, masalah syari'ah. Masalah syari'ah dalam Islam berhubungan dengan amalan lahir dalam rangka mentaati semua peraturan dan hukum Tuhan guna mengatur hidup dan kehidupan

antara hubungan manusia dengan Tuhan. Masalah Syari'ah mencakup aspek ibadah dan muamalah.

Ketiga, masalah budi pekerti atau akhlaqul karimah. Akhlaqul karimah adalah suatu sikap atau sifat atau keadaan yang mendorong untuk melakukan sesuatu perbuatan baik atau buruk yang dilakukan dengan mudah. Perbuatan ini dilihat dari pangkalnya yaitu motif atau niat yang termaksud akhlaq dalam hal ini, seperti berbakti kepada orang tua, saling hormat-menghormati, tolong menolong dan lain sebagainya ( Syukir, 1983 : 60 – 62 )

Stres adalah keadaan tertekan yang disebabkan oleh situasi yang dianggap sulit seperti keputusan, beban studi, ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan yang menimbulkan cemas, pusing, sedih, dan kehilangan semangat.

### **3.3 Sumber dan Jenis Data**

Sumber data adalah subyek darimana data diperoleh (Arikunto, 2002 : 107). Berdasarkan sumber pengambilan data, sumber data penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

Sumber data primer adalah data yang diperoleh langsung oleh peneliti (Ridwan, 2005 : 24). Sumber data primer dalam penelitian ini adalah santri yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal yang berjumlah 67 santri.

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung atau melalui tangan kedua (Ridwan, 2005 : 24). Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku yang ada relevansinya dengan bimbingan Islam, jurnal dan dokumen-dokumen yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal, serta dari pengasuh pondok, dan pengurus yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal.

### **3.4 Populasi**

Penelitian ini termasuk penelitian populasi. Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2002 : 108). Berdasarkan observasi bulan Desember 2007 terdapat 67 santri yang sedang dalam proses menghafal Al-Qur'an juz 1 sampai dengan juz 30. Dengan demikian, dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh santri di Pondok Pesantren Miftahul Huda, karena menurut Suharsini Arikunto (2002 : 120) bahwa jika jumlah subyek kurang dari 100 lebih baik diambil seluruhnya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subyeknya lebih dari 100 atau dapat diambil sampel antara 10% sampai 15 % atau 20% - 25 %.

### **3.5 Metode Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa metode pengumpulan data. Karena jenis penelitian ini termasuk jenis penelitian

lapangan atau *field research* maka untuk memperoleh data yang dibutuhkan penulis menggunakan beberapa metode sebagai berikut :

a. Metode angket

Metode angket yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2002 : 128). Metode ini penulis gunakan untuk menggali data tentang pelaksanaan bimbingan agama Islam dan pengaruhnya terhadap stres yang dialami santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Angket yang digunakan termasuk jenis angket tertutup berbentuk *rating scale* (skala bertingkat) yaitu sebuah pertanyaan yang diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan-tingkatan misalnya mulai dari "sangat sesuai" sampai ke "sangat tidak sesuai" (Arikunto, 2002 : 129).

Dalam hal ini peneliti menyusun 2 jenis angket yaitu angket bimbingan dan angket stres. Angket bimbingan Islam terdiri dari 48 item pertanyaan, 34 item pertanyaan *favourable* dan 14 item pertanyaan *unfavourable*. Adapun indikator pembimbing terdiri dari 8 item pertanyaan *favourable* dan 4 item pertanyaan *unfavourable*, metode terdiri dari 9 item pertanyaan *favourable* dan 3 item pertanyaan *unfavourable*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :



**Tabel 1**  
**Spesifikasi Angket Bimbingan Agama Islam**

No	Indikator	No. Item Favourable	No. Item Unfavourable	Jumlah Item
1	Pembimbing	2, 11, 35 33 19, 48 13, 25	16 42 1, 17	12
2	Terbimbing	5, 7, 15, 34 3, 4, 9, 10	14, 23 6, 41	12
3	Metode	20, 24, 47 12, 29, 46 30, 43, 27	18 32 40	12
4	Materi	8, 26, 37, 44, 45 22, 28, 31 ,36	38 39 21	12
	Jumlah	34	14	48

Pengukuran skala ini menggunakan lima alternatif jawaban, yaitu “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “Netral” (N), “Tidak Sesuai” (TS) dan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Skor jawaban mempunyai nilai antara 1 sampai 5. Nilai yang diberikan pada masing-masing alternatif jawaban adalah sebagai berikut : untuk item *favourable* jawaban “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 5, “sesuai” (S) memperoleh nilai 4, “netral” (N) memperoleh nilai 3, “tidak sesuai” (TS) memperoleh nilai 2, dan “sangat tidak sesuai” (STS) memperoleh nilai 1.

Sedangkan untuk jawaban item *unfavourable* menggunakan 5 alternatif jawaban “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “netral” (N), “tidak sesuai” (TS), dan “sangat tidak sesuai” (STS). Skor jawaban mempunyai nilai antara 1 sampai 5. Nilai yang diberikan pada masing-masing jawaban adalah sebagai berikut : “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 1, “sesuai” (S) memperoleh nilai 2, “netral” (N) memperoleh nilai

3, “tidak sesuai” (TS) memperoleh nilai 4, dan “sangat tidak sesuai” (STS) memperoleh nilai 5.

Sementara itu, untuk sebaran angket stres menggunakan 48 item yang dijabarkan dalam empat indikator yang dapat dilihat dalam tabel berikut ini :

**Tabel 2**  
**Spesifikasi Angket Stres**

No	Indikator	No. Item favourable	No. Item Unfavourable	Jumlah Item
1	Pusing	1, 10, 16, 28, 34, 38, 41, 47	12, 24, 25, 35	12
2	Cemas	4, 5, 6, 18, 37, 42, 43,	15, 26, 32, 36	12
3	Sedih	9, 20, 22, 27, 39, 41, 44, 13	7, 17, 21, 23	12
4	Hilangnya semangat	2, 3, 8, 19, 29, 31, 45, 46	11, 14, 30, 40	12
	<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>48</b>

Pengukuran skala ini sama dengan pengukuran skala bimbingan Islam. Setelah seluruh angket diberi skor masing-masing, langkah selanjutnya memasukkan data tersebut ke dalam tabel distribusi untuk mempermudah perhitungan.

b. Metode Observasi

Yaitu melakukan pengamatan secara langsung ke obyek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan (Ridwan, 2005 : 30). Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang situasi umum yakni pengasuh, pengurus dan santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

c. Metode Interview

Yaitu berupa dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara (Arikunto, 2002 : 201). Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang bagaimana pelaksanaan bimbingan agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Dalam hal ini penulis melakukan wawancara dengan pengasuh Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

d. Metode Dekumentasi

Dokumentasi adalah ditujukan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian, meliputi buku-buku yang relevan, peraturan-peraturan, laporan kegiatan, foto-foto film dokumenter data yang relevan dengan penelitian (Ridwan, 2005:31).

Dalam hal ini peneliti menggunakan dokumen/arsip yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal.

### **3.6 Teknik Analisis Data**

Dalam hal ini penulis menggunakan tiga tahap dalam melakukan analisis data, yaitu analisis pendahuluan atau deskripsi data, analisis uji hipotesis, dan analisis lanjut.

## 1. Analisis Pendahuluan

Analisis pendahuluan digunakan untuk mengetahui gambaran secara umum data variabel bimbingan agama Islam dan Variabel stres santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal yang diperoleh berdasarkan jawaban responden terhadap angket yang diberikan. Dengan langkah awal yang diambil dengan mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif, yaitu dengan memberi penilaian terhadap item jawaban pertanyaan dari responden.

## 2. Analisis Uji Hipotesis

Untuk menganalisa data yang berupa analisis data kuantitatif dan khususnya untuk menguji kebenaran hipotesis, penulis menggunakan analisis regresi satu predictor (dengan skor kasar) dengan rumus sebagai berikut : (Hadi, 2001 : 18)

**Tabel 3**

### Rumus Analisis Regresi Sederhana

Sumber Varian	DB	JK	RK	Freg
Regresi	1	$a\sum xy + k \sum y - \frac{(\sum y)^2}{N}$	$\frac{JK_{reg}}{Db_{reg}}$	$\frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$
Residu	(N-2)	$\sum y^2 - a\sum xy - k\sum y$	$\frac{JK_{res}}{Db_{res}}$	
Total (T)	(N-1)	$\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}$		

*Keterangan :*

- $a$  : koefisien prodiktor  
 $k$  : bilangan konstanta  
 $N$  : jumlah sampel yang diteliti  
 $\sum x$  : nilai dari variabel x  
 $\sum y$  : nilai dari variabel y  
 $\sum x^2$  : nilai kuadrat dari variabel x  
 $\sum xy$  : hasil kali dari variabel x dan y  
 $JK_{reg}$  : jumlah kuadrat regresi  
 $JK_{res}$  : jumlah kuadrat residu  
 $RK_{reg}$  : rata-rata kudrat regresi  
 $RK_{res}$  : rata-rata kuadrat residu  
 $Db$  : derajat kebebasan (N-1)  
 $Db_{reg}$  : derajat kebebasan regresi (1)  
 $Db_{res}$  : derajat keabsaan (N-2)

## 3. Analisis Lanjut

Merupakan analisis pengolahan lebih lanjut dari hasil analisis uji hipotesis. Dalam analisis ini peneliti membuat lembar interpretasi dari hasil yang telah diperoleh dengan jalan membandingkan harga Freg yang telah diketahui dengan tabel Ft 5 % atau Ft 1 % dengan kemungkinan :

- 1) Jika freg lebih besar dari Ft 1 % maka signifikan (hipotesis diterima).
- 2) Jika Freg lebih kecil dari Ft 5 % atau Ft 1 % maka non signifikan (hipotesis ditolak).

**BAB IV**  
**GAMBARAN UMUM**  
**PONDOK PESANTREN MIFTAHUL HUDA**  
**KECAMATAN KALIWUNGU KABUPATEN KENDAL**

**4.1 Situasi Umum Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal**

**4.1.1 Sejarah Singkat Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal.**

Pembangunan dan perkembangan Miftahul Huda merupakan salah satu dari rentetan riwayat hidup sang pengasuhnya. Dari mulai nol sampai sekarang cukup berkembang dan dikenal di berbagai pelosok sebagai satu pesantren yang membimbing dan mendidik santri-santrinya untuk tekun belajar ilmu agama, khususnya menghafal Al-Qur'an. Oleh karena itu sejarah Miftahul Huda tidak bisa lepas dari sejarah atau biografi pengasuh.

Miftahul Huda terbentuk karena perjalanan hidup seorang anak muda yang penuh dedikasi dan jiwa serta semangat yang tangguh pantang mundur dalam menghadapi tantangan dan halangan apapun.

KH. Ahmad Baduhun Badawi lahir pada tanggal 12 Nopember 1965 di kampung Kepulesan Krajan Kulon Kaliwungu Kabupaten Kendal, Beliau adalah putra kelima dari enam bersaudara. Ayahnya bernama KH. Ahmad Badawi Abdurrosyd dan ibunya bernama

Siti Jundariyah. KH. Ahmad Badawi Abdurrosyd adalah seorang alim Qur'an yang pertama di Kaliwungu dan merupakan pendiri Pondok Al-Qur'an di Kaliwungu. Beliau telah banyak mencetak para hafidz yang berasal dari berbagai pelosok Nusantara.

Adapun latar belakang pendidikan dari pengasuh Pondok Pesantren Miftahul Huda adalah sebagai berikut :

a. Di bawah asuhan Ayahandanya

Sebagai anak seorang ulama tempo dulu Ahmad Bahudun mendapat pendidikan yang keras, mengaji, mondok, menghafal Al-Qur'an dan lainnya yang menyangkut keagamaan adalah hal yang diwajibkan kepadanya, sedangkan sekolah formal tidaklah diwajibkan. Oleh karena itu Ahmad Bahudun belum sempat lulus pendidikan Sekolah Dasar (SD). Pada tahun 1978 beliau berhasil khatam Al-Qur'an 30 juz bil ghaib (hafidz) dan sudah mempunyai banyak santri walau sebatas santri yang masih sekampung dengan beliau.

b. Pondok Pesantren di Lirboyo Kediri Jawa Timur pada tahun 1979 karena merasa ilmu-ilmu yang diperoleh belum memuaskan hatinya, maka beliau mempunyai keinginan untuk menuntut ilmu di tempat yang jauh dari Kaliwungu, maka dengan kegigihannya beliau berangkat ke Pondok Pesantren Lirboyo Kediri Jawa Timur dan meninggalkan santri-santrinya

c. Di Madrasah Aliyah Islamiyah (MAI)

Sepulang dari Lirboyo, beliau melanjutkan kegiatannya semula yaitu mengajar Al-Quran kepada santri-santrinya yang dulu ditinggalkannya dengan semangat meraih sukses yang tinggi, di samping mengajar ngaji beliau juga masuk sekolah di MAI (Madrasah Aliyah Islamiyah) dan saat itu juga beliau melangsungkan pernikahannya dengan seorang gadis bernama Farida. (Wawancara dengan Pengasuh Pondok, Bapak KH. Ahmad Baduhun Badawi, 5 April 2008)

Miftahul Huda dengan liku-liku perjalanannya telah mengalami banyak perubahan baik tempat maupun jumlah santrinya. Bermula ia memiliki 4 santri yang ditempatkan di rumah Bapak Kyai Baduhun di kampung Pungkuran. Pondok Pesantren Miftahul Huda dimulai dari tempat perpindahan mengalami penambahan santri, maka santri dipindahkan ke kampung Demangan yaitu di rumah Bapak Arifin (Kakak istri beliau). Rumah tersebut memiliki 2 kamar yang penuh dengan 10 santri kanak-kanak. Rumah Bapak Arifin ditambah satu kamar untuk santri dewasa. Banyak santri yang masuk kesana namun hanya beberapa hari karena tidak betah dengan kondisi kamar yang sangat memprihatinkan. Di tengah-tengah kepanikan yang mencekam akhirnya ditemukan jalan alternatif yang sangat baik yaitu dengan menyewa rumah besar yang kemudian untuk Pondok Pesantren, tercatat mulai tanggal 25 Juli 1991 sampai 25 Juli 1993.



Masa dua tahun bukanlah masa yang lama, namun dalam masa tersebut telah sanggup merancang segala strategi untuk merencanakan segala langkah demi terwujudnya Miftahul Huda yang sejati.

Berawal menempati rumah tersebut dijadikan sebagai tanggal berdirinya Miftahul Huda yaitu tanggal 25 Juli 1991, dengan jumlah santri 25 orang.

Dengan adanya seorang Pengasuh yaitu KH. Ahmad Baduhun Badawi dan juga adanya santri, maka Pondok Pesantren berdiri namun sebagaimana halnya bayi yang baru lahir orang tuapun memberi nama yang bagus kepadanya, juga selayaknya pondok-pondok pesantren lainnya di Kaliwungu, maka diambillah nama Miftahul Huda. Berasal dari nama bahasa arab ini mempunyai arti “Pembuka” (kunci) dan Huda berarti “Petunjuk” dengan demikian Miftahul Huda berarti “Kunci Petunjuk”. Kegigihan dan semangat yang tinggi dari pengasuh, dalam merintis ini telah mewujudkan pesantren. (*sumber : Arsip Pondok Pesantren Miftahul Huda*)

#### **4.1.2 Letak Geografis Pondok Pesantren Miftahul Huda Huda Kaliwungu.**

Berdirinya Pondok Pesantren Miftahul Huda merupakan keinginan dan kegigihan KH. Ahmad Baduhun Badawi dari kecil untuk mengamalkan dan mengajarkan ilmunya khususnya bidang Al-Qur'an.

Pondok Pesantren Miftahul Huda adalah Pondok Tahfudzul Qur'an yang berada di kampung Demangan Kranjan Kulon Kaliwungu Kabupaten Kendal. Adapun batas-batas pondok Pensatren Miftahul Huda adalah sebagai berikut :

- a. Sebelah utara : Pondok APID, rumah Bapak Siroj
- b. Sebelah Selatan : MI Kranjan Kulon
- c. Sebelah Timur : Jl. Demangan
- d. Sebelah Barat : Rumah Bapak Abdul Wabab, rumah Ibu Erna.

Dari segi bangunan fisik Pondok Pesantren Miftahul Huda berdiri tersebut tanah seluas  $\pm 525 \text{ m}^2$  dengan kapasitas 100 orang, sedangkan pada saat dilakukan penelitian penghuni Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu berjumlah 67 orang. (Wawancara dengan Ustad Ibnu Mas'ud, 26 Maret 2008).

#### **4.2.3 Sarana dan Prasarana**

Santri Pondok Pesantren Miftahul Huda secara garis besar adalah pelajar. Mereka bahwa di samping belajar di pondok para santri juga masih sekolah di luar pondok pesantren. Di samping sebagai pondok Al-Quran, Pondok Pesantren Miftahul Huda juga memberi kesempatan bagi para santrinya yang ingin belajar pendidikan umum dari SD/MI sampai perguruan tinggi.

Adapun pembagian ruangan Pondok Pesantren Miftahul Huda adalah sebagai berikut :

- a. 8 kamar terdiri dari 2 kamar untuk santri yang sekolah SD/MI, 3 kamar untuk santri yang sekolah SMP/MTs, 3 kamar untuk santri yang sekolah SMA/MA.
- b. 1 Kamar besar untuk santri yang tidak sekolah / sudah lulus SMA.
- c. 1 Mushola
- d. 1 ruang kantor
- e. 3 kamar mandi dan WC
- f. Koperasi
- g. 33 buah almari pakaian
- h. 1 buah almari hias untuk menyimpan penghargaan / piala
- i. Alat komunikasi / telepon
- j. Seperangkat komputer
- k. Seperangkat meja kursi kerja
- l. 1 kotak P3K
- m. 1 dapur pondok
- n. Setrika
- o. 1 buah almari arsip
- p. Ruang konseling
- q. 1 set alat musik rebana. (Hasil wawancara dengan Ustadzah Asrotun Azzar, 29 Maret 2008)

#### 4.1.4 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu

Dalam menjalankan organisasi di Pondok Pesantren Miftahul Huda Huda Kaliwungu dibentuk dua struktur organisasi, yaitu struktur organisasi harian dan struktur organisasi sentral. Struktur organisasi harian menjalankan tugas dan bertanggung jawab kepada pengurus sentral.

Adapun struktur organisasinya sebagai berikut :

##### a. Struktur Pengurus Sentral

No	Nama	Jabatan
1.	KH. Ahmad Baduhun Badawi AR	Pelindung
2.	KH. Ahmad Wildan Abdul Hamid	Penasehat
	KH. Dimiyati Rois	Penasehat
	Habib Lutfi bin Hasyim bin Yahya	Penasehat
3.	Ust. M. Ibnu Mas'ud	Ketua Umum
4.	Ust. H Romdhon	Sekretaris
5.	Ust. Ahmad Zuhri	Bendahara
6.	Ust. Ariful Amar	Seksi Pendidikan
7.	Ust. Agus Zainal Afif	Seksi Keamanan
8.	Ust. Zainal Arifin	Seksi Humas
9.	Ust. Sholahudin Al-Ayubi	Seksi Perlengkapan
	Ust. Munadi	Seksi Perlengkapan

##### b. Struktur Organisasi Harian

No	Nama	Jabatan
1.	KH. Ahmad Baduhun Badawi AR	Pelindung
2.	KH. Ahmad Wildan Abdul Hamid	Penasehat
	KH. Dimiyati Rois	Penasehat
	Habib Lutfi bin Hasyim bin Yahya	Penasehat
3.	Ust. M. Ibnu Mas'ud	Ketua Umum
4.	Assrotun Azzar	Ketua I
5.	Makmanah	Ketua II
6.	Roikhatul Janah	Sekretaris
7.	Ulya Syarifah	Bendahara
8.	Siti Roziqoh	Seksi Keamanan
9	Nur Halimatussadiyah	Seksi Perlg.dan Humas
10	Fitriyani	Seksi Pendidikan
11	Siti Nur Khadiroh	Seksi Kebersihan

(Sumber: Dokumentasi Pondok Pesantren Miftahul Huda tahun 2007-2008)

#### 4.1.5 Keadaan Santri Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu

Dalam Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu yang berkapasitas 100 orang ini telah mempunyai klasifikasi untuk mengetahui kelompok menghafal santri. *Menurut keterangan Ustadzah Asrotun Azzar (tanggal 29 Maret 2008).*

Pengklasifikasian tersebut adalah :

a. Santri bin Nadri

Santri yang harus menyetorkan bacaan Al-Qur'an kepada kyai dengan melihat atau membaca Al-Qur'an secara tartil dari juz 1 sampai juz 30.

b. Santri bil Khifdzi

Santri yang harus menyetorkan bacaan Al-Qur'an kepada kyai dengan tidak melihat atau menghafal Al-Qur'an dari Juz 1 sampai juz 30.

Dari klasifikasi tersebut, penghuni di Pondok Pesantren Miftahul Huda pada saat penelitian ini dilakukan adalah santri bin nadri sebanyak 23 orang dan santri bil khifdzi sebanyak 44 orang.

Perkembangan kualitas atau jumlah santri di Pondok Pesantren Miftahul Huda selalu dihitung dan diadakan penjumlahan setiap hari. dan jumlah riil santri sampai data diambil (tanggal 29 Maret 2008) adalah sejumlah 67 santri.

Karakteristik santri Pondok Pesantren Miftahul Huda sangat bermacam-macam baik dilihat dari segi umur, pendidikan dan sosial

ekonomi. Mereka berusia antara 7 tahun sampai 24 tahun. Hal ini dapat dilihat dari tabel berikut ini :

**Tabel 4**  
**Tingkatan Umur dan Tingkatan Pendidikan Santri**

No	Klasifikasi Umur	Tingkatan Pendidikan	Jumlah
1.	7 – 12	SD/ MI	17
2.	13 – 15	SMP / MTs	25
3.	16 – 18	SMA / MA	12
4.	18 - 24	Tidak Sekolah/Lulus SMA	13
		Jumlah	67

*Sumber : Dokomentasi Pondok Pesantren Miftahul Huda*

Data diperoleh dari dokumentasi yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal.

Untuk memperlancar kegiatan belajar dan demi keamanan situasi di Pondok Pesantren, maka diberikan peraturan-peraturan. Peraturan itu berisi perintah-perintah dan larangan-larangan yang harus ditaati dan dilaksanakan oleh semua santri. Adapun perintah-perintah dan larangan-larangan tersebut adalah sebagai berikut :

a. Perintah (Ma'murat)

- Santri baru harus mendaftarkan diri kepada pengurus sentral
- Kalau ada keperluan pergi atau pulang harus meminta ijin, untuk ijin pulang diberikan sebanyak-sebanyak 2 kali dalam setahun.
- Santri harus mengikuti semua kegiatan pondok
- Santri harus menjaga nama baik almamater
- Berpakaian sopan dan berperilaku baik

- Santri harus menjaga ketertiban dan kebersihan lingkungan pondok

b. Larangan (Manhiyat)

- Santri dilarang bermain alat-alat berbahaya
- Santri dilarang bermalam di luar pondok
- Santri dilarang berkelahi, bergurau dan berbicara keras
- Santri dilarang keluar atau pulang tanpa ijin
- Santri tidak boleh memakai atau mengambil barang milik orang lain tanpa seijin pemiliknya.
- Santri tidak boleh membawa ponsel / HP ke dalam Pondok.

Santri yang melanggar larangan-larangan akan mendapat sanksi sesuai dengan pelanggaran (Hasil wawancara dengan Ustad Ibnu Mas'ud 26 Maret 2008).

#### **4.2 Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal**

Kegiatan bimbingan Agama Islam yang diberikan di Pondok Pesantren bertujuan untuk membantu santri dalam memecahkan permasalahannya agar tidak mengganggu konsentrasi belajar dalam menghafal Al-Qur'an. Selain itu juga ditanamkan sikap mandiri dan optimis agar mereka lebih sabar dalam belajar dan mau menerima dengan ikhlas segala persoalan dan permasalahan dalam kehidupannya. (Wawancara dengan Ustadzah Ulya Syarifah, 8 April 2008)

Kegiatan bimbingan agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu diikuti oleh semua santri. Berdasarkan observasi pada tanggal 30 Maret 2008 semua santri yang menghafal Al-Qur'an mengikuti kegiatan bimbingan tersebut. Adapun keberhasilan dalam pelaksanaan bimbingan agama Islam terkait dengan pembimbing, terbimbing materi dan metode. (Wawancara dengan Ustadzah Ulya Sarifah, 8 April 2008).

#### **4.2.1 Pembimbing**

Keadaan pembimbing dalam sebuah bimbingan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dalam pelaksanaan bimbingan tersebut. Pembimbing di samping harus mempunyai syarat-syarat khusus juga harus mempunyai kualitas yang baik, karena pembimbing merupakan faktor penting yang sangat menentukan keberhasilannya dalam sebuah bimbingan.

Pembimbing di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kabupaten Kendal dari Pengurus Pondok Pesantren tersebut, disamping juga mendatangkan ustadz/ustadzah dari Pondok Pesantren Miftahul Huda Ulum (Pondok Pesantren milik kakak KH. Ahmad Baduhun Badawi). (Wawancara dengan Ustadzah Ulya Syarifah, 8 April 2008)



#### **4.2.2 Terbimbing**

Subyek bimbingan agama Islam di sini adalah santri yang ada di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu yang berjumlah 67 orang.

Terbimbing dalam hal ini adalah santri yang pada dasarnya mereka yang memerlukan bimbingan agar tidak berperilaku menyimpang dari ketentuan Pondok Pesantren dan ajaran agama serta nilai-nilai yang berlaku. Terbimbing / santri perlu mendapat bimbingan sesuai dengan tingkat dan situasi kehidupan psikologisnya. Dalam keadaan demikian setiap pribadi pembimbing sangat berpengaruh terhadap kejiwaan terbimbing / santri.

#### **4.2.3 Metode**

Metode merupakan cara yang digunakan untuk mencapai tujuan. Demikian juga dalam bimbingan Islam diperlukan metode yang tepat untuk digunakan dalam rangka pencapaian tujuan yaitu terbentuknya individu yang mampu memahami diri dan lingkungannya.

Adapun metode bimbingan agama Islam yang digunakan di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu, meliputi :

- a. Metode ceramah, metode ini digunakan para pembina dalam menyampaikan materi bimbingan keagamaan.
- b. Metode tanya jawab; apabila santri menghadapi sesuatu permasalahan / kurang paham terhadap materi yang disampaikan

dapat ditanyakan langsung kepada pembina, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman dalam penerimaan materi.

- c. Metode sorogan; metode ini digunakan pembimbing dalam mengajarkan iqra baca Al-Qur'an dan setoran hafalan Al-Qur'an. Santri biasanya berkonsultasi dengan pembimbing mengenai permasalahan/persoalannya setelah melakukan setoran hafalan.

#### 4.2.4 Materi

Adapun materi yang diberikan secara garis besar meliputi :  
aqidah, syari'ah dan muamalah.

- a. Aqidah Islam, ini dikaitkan dengan rukun iman yang menjadi dasar seluruh ajaran Islam. Kedudukannya sangat sentral dan fundamental. Aqidah Islam berawal dari keyakinan kepada Dzat Mutlak yang Maha Esa. Kemahaesaan Allah SWT dalam zat, sifat, *prima causa* seluruh keyakinan Islam. Dengan demikian, aqidah Islam bukan sekedar keyakinan dalam hati, tetapi juga menjadi acuan dan dasar dalam bertingkah laku dan amal shaleh Agama memotivasi seseorang agar memahami ajaran agama dan berperilaku baik dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Syari'ah adalah salah satu bagian ajaran Islam yang menjadi patokan hidup setiap manusia/muslim. Syari'at adalah peraturan-peraturan lahir yang bersumber dari wahyu dan kesimpulan-kesimpulan manusia yang berasal dari wahyu yang menunjuk pada

fiqih. Syari'at mengatur jalan hidup dan kehidupan manusia. Hukum syari'at adalah semua ketentuan hukum yang disebut langsung oleh Allah SWT melalui firman-firman-Nya dalam Al-Qur'an dan sunah Nabi. Al-Qur'an menjadi sumber pokok dan dalil pertama bagi hukum syari'at Islam. Dan hadist adalah sabda Nabi, perbuatan, taqirir Nabi, dan juga sebagai penjelas terhadap isi Al-Qur'an.

- c. Muamalat, ketetapan Tuhan yang berlangsung berhubungan dengan kehidupan sosial manusia terbatas pada pokok-pokok saja. Semua perbuatan yang termasuk ke dalam kategori muamalah boleh saja dilakukan asal saja tidak ada larangan melakukan perbuatan itu. Di bidang muamalat santri diberi wacana bagaimana hidup bersosialisasi dengan orang lain dalam kehidupan di lingkungan Pondok Pesantren, bagaimana seorang santri bergaul dengan sesama santri, terhadap pengurus dan pengasuh Pondok Pesantren.

- a). Hubungan antar santri

Kewajiban utama terhadap teman (sesama santri) adalah menanamkan pengaruh ahlak yang baik agar temannya (santri baru juga dapat berperilaku baik dan belajar dengan baik. Ketika seseorang mengalami gangguan dalam psikologisnya atau menghadapi permasalahan, sudah menjadi kewajiban untuk saling menghibur, membantu mencari solusi untuk

memecahkan permasalahan dan mengarahkan pada jalan yang lurus agar tidak berlarut-larut dalam persoalan.

Masing-masing santri harus saling mengenal, gotong royong, membantu dan menghormati.

b). Hubungan Santri dengan Pengurus dan Pengasuh Pondok Pesantren.

Hubungan antar santri dengan pengurus/pengasuh Pondok Pesantren adalah laksana hubungan kakak dengan adik, atau ayah dengan anak. Seorang santri harus menghormati, tunduk, dan menjalankan perintah pengasuh.

Adapun pelaksanaan kegiatan yang berkaitan dengan bimbingan agama Islam bagi santri meliputi : Pengajian rutin, shalat berjamaah, mualidiyah, mujahadah, istighosah, qiro'ah dan bimbingan agama Islam.

a). Pengajian rutin

Kegiatan ini wajib diikuti oleh semua santri, baik santri bin nadri maupun santri bil khifszi. Kegiatan ini dilakukan tiga kali dalam seminggu dengan pengasuh sebagai pembicaranya. Dengan memberi materi-materi keagamaan, seperti tauhid, akhlag, fiqih, tarikh, dan lain-lain. Adapun tujuannya adalah untuk membekali santri dalam belajar dan mendalami ajaran Islam sebagaimana dalam firman Allah SWT Surat An-Nahl : 125 :



Artinya : “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran” (Qs. An-Nahl : 125)

#### b) Shalat berjamaah

Mendirikan shalat merupakan rukun Islam yang kedua. Pengertian mendirikan shalat adalah melaksanakannya secara kontinu sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan dengan memenuhi syarat dan rukunnya.

Shalat merupakan salah satu syiar agama yang paling penting dan ibadah utama dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT, dan selanjutnya akan menambahkan kepercayaan dan keimanan ke dalam lubuk hati manusia sedalam-dalamnya. Apabila ditinjau dari segi kedisiplinan shalat merupakan salah satu pembinaan yang positif, yang menjadikan manusia hidup teratur dalam lingkungan masyarakat.

Dengan kewajiban shalat berjamaah melatih kedisiplinan santri melaksanakan shalat tepat pada waktunya, sekaligus sebagai perantara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Pelaksanaan shalat berjamaah di sini wajib diikuti oleh santri

adalah semua shalat lima waktu kecuali dzuhur karena waktu ini sebagian besar santri masih berada di sekolah.

c) Maulidiyah

Penerapan ini dilaksanakan setiap hari Kamis malam Jumat ba'da mahgrib. Kegiatan ini merupakan bentuk cinta kasih sebagai manusia terhadap rasulnya. Di samping bershalawat dan membaca, kitab-kitab maulid, pembimbing juga memberikan materi-materi keagamaan yaitu Sejarah Kehidupan Nabi Muhammad SAW. Kegiatan ini dimaksudkan agar dapat menumbuhkan dan menambah rasa cinta terhadap Nabi Muhammad SAW.

d) Mujahadah Asmaul Husna

Penerapan materi dzikir di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu memiliki kadar ukuran (intensitas) yang berbeda-beda sesuai dengan kemauan, minat dan potensi terhadap pemahaman tentang berdzikir. Pelaksanaan dzikir oleh santri dilakukan sesudah menjalankan shalat fardhu. Namun dzikir yang dibaca bersamaan dengan asmaul husna dilaksanakan setiap hari pukul 23.00 – 24.00 WIB.

Kegiatan ini biasanya hanya diikuti oleh santri-santri dewasa, karena waktu pelaksanaannya di malam hari dan esok paginya banyak santri yang sekolah.

Rutinitas berdzikir / mujahadah Asmaul Husna bagi santri dimaksudkan untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga dapat membentuk mental sehat dan memiliki dampak positif dalam pembentukan kesehatan mental santri.

Santri yang rajin berdzikir Mujahadah Asmaul Husna dapat menenangkan jiwa, merasakan ketentraman dalam batin dan dapat menghilangkan rasa stres yang selalu dirasakan dalam proses menghafal Al-Qur'an. Maka para santri yang selalu mengingat Allah SWT dapat merasakan kedamaian dalam hatinya.

e) Istighosah

Kegiatan ini dilaksanakan dua kali dalam sebulan yaitu setiap malam Jumat manis dan malam Jumat Kliwon. Pelaksanaan istighosah bertempat di kampung Sawah Jati dan kampung Demangan. Materi kegiatan ini adalah berdzikir dan berdoa bersama-sama dengan pengurus, pengasuh dan bahkan warga sekitar. Kegiatan ini dimaksudkan untuk menanamkan kepercayaan dan keimanan ke dalam lubuk hati manusia sedalam-dalamnya dan untuk mempererat tali silaturahmi antara santri, pengurus dan warga sekitar.

f) Qiro'ah

Materi ini diberikan dengan tujuan agar para santri dapat membaca Al-Qur'an dengan baik karena mereka adalah calon hafidzah. Kegiatan ini dilaksanakan setiap Jum'at sore. Kegiatan ini oleh santri biasa disebut dengan tadarus bersama. Al-Qur'an adalah kitab suci sekaligus sebagai pedoman hidup umat Islam dan sebagai petunjuk dan pembeda antara yang salah dan yang benar. Di samping itu membaca Al-Qur'an merupakan ibadah dan mendapatkan pahala yang besar. Dan kegiatan ini juga dapat mempercepat proses menghafal santri karena dengan sering membaca santri akan lebih cepat untuk hafal.

g) Bimbingan Agama Islam

Layanan konseling agama Islam dibuka setiap hari dari pukul 16.00 WIB sampai 17.00 WIB dengan konselor dari pengasuh dan dari pengurus yang sudah bertahun-tahun tinggal di Pondok Pesantren Miftahul Huda. Dalam kegiatan itu biasanya dibuka dengan setoran hafalan santri kepada pengasuh dan selanjutnya dibuka layanan bimbingan.

Selain kegiatan tersebut dilaksanakan juga kegiatan rebana dan volley ball.

Di samping kegiatan rutinitas, ada juga kegiatan yang dilakukan pada waktu tertentu, antara lain:

a. Peringatan Hari-Hari Besar Islam



Kegiatan ini dilaksanakan setiap ada peringatan hari-hari besar Islam seperti Isro' Mi'roj' Maulud Nabi Muhammad SAW, Nuzulul Qur'an, hari raya Idul Adha dan hari Raya Idul Fitri.

b. Kegiatan Haul dan Tahtimul Qur'an

Kegiatan ini dilaksanakan setahun sekali. Peringatan Haul diadakan untuk memperingati wafatnya KH. A. Badawi Abdurrasyid yang meninggal pada tanggal 25 Shafar 1397 atau tanggal 1 Maret 1977, sedangkan tahtimul Qur'an merupakan acara khataman Al-Qur'an dari para santri yang telah selesai / khataman Al-Qur'an 30 Juz bin nadri maupun 30 Juz bil khifdzi. (Wawancara dengan ustdzah Asrotun Azzar, 29 Maret 2008).



## BAB V

### HASIL PENELITIAN

#### 5.1 Deskripsi Data Penelitian

##### 5.1.1 Data Nilai Angket Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal

Data nilai bimbingan agama Islam ini diperoleh dari hasil penyebaran angket kepada responden penelitian yang disusun berdasarkan 4 (empat) indikator, yaitu: pembimbing, terbimbing, metode, dan materi. Keempat indikator ini kemudian dijabarkan dalam bentuk pertanyaan yang mengikuti pola *favorable* dan *unfavorable* yang disajikan dalam 48 item pertanyaan dengan memberikan 5 (lima) alternatif jawaban, yaitu: “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “netral” (N), “tidak sesuai” (TS), dan “sangat tidak sesuai” (STS)..

Teknik penskorannya untuk masing-masing alternatif jawaban adalah sebagai berikut: untuk item *favorable* jawaban “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 5, “sesuai” (S) memperoleh nilai 4, “netral” (N) memperoleh nilai 3, “tidak sesuai” (TS) memperoleh nilai 2, dan nilai 1 untuk jawaban “sangat tidak sesuai” (STS).

Sementara itu untuk jawaban item *unfavorable* penskorannya adalah sebagai berikut: “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 1, “sesuai” (S) memperoleh nilai 2, “netral” (N) memperoleh nilai 3, “tidak

sesuai” (TS) memperoleh nilai 4, dan jawaban “sangat tidak sesuai” (STS) memperoleh nilai 5.

Adapun rekapitulasi jawaban responden hasil penyebaran angket bimbingan agama Islam di pondok pesantren Miftahul Huda Kec. Kaliwungu Kab. Kendal dapat dilihat pada lampiran 1.

#### 5.1.1.1 Validitas Angket Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Mifathul Huda Kec. Kaliwungu Kab. Kendal

Uji validitas digunakan untuk mengukur atau menunjukkan tingkat ketepatan suatu instrumen. Arikunto (2001: 59) sebuah alat ukur disebut valid apabila alat ukur dapat tepat mengukur apa yang hendak diukur.

Tujuan dilakukan uji validitas adalah untuk mengukur sah dan tidaknya suatu instrumen penelitian. Angket, dikatakan valid jika pertanyaan pada angket mampu mengungkap sesuatu yang akan diukur oleh angket tersebut.

Teknik uji validitas angket adalah dengan mengkoordinasikan skor butir soal dengan skor total soal. Skor butir soal sebagai nilai  $X$ , dan skor total soal sebagai nilai  $Y$ . Dengan teknik tersebut, maka diperoleh indeks validitas setiap butir item (harga  $r_{xy}$ ), dan selanjutnya harga  $r_{xy}$  tersebut dikonsultasikan dengan harga  $r$  interpretasikan, yaitu sebagai berikut :

$0,80 < r \leq 1,00$  maka validitas sangat tinggi

$0,60 < r \leq 0,80$  maka validitas tinggi

$0,40 < r \leq 0,60$  maka validitas sedang/cukup

$0,20 < r \leq 0,40$  maka validitas rendah

$0,00 < r \leq 0,20$  maka validitas sangat rendah (Arikunto, 2001: 75)

Dengan interpretasi harga  $r$  tersebut, kemudian dapat diketahui kriteria dari setiap butir item pertanyaan. Di samping dilakukan interpretasi dengan harga  $r$ , indeks validitas setiap butir item (harga  $r_{xy}$ ) juga akan dikonsultasi dengan tabel  $r$  pada taraf signifikansi 5% dengan  $N = 67$  (0,235) sehingga diketahui item butir manakah yang tidak memenuhi syarat kevaliditasan atau drop dan perlu diganti atau diperbaiki.

Untuk mengetahui tingkat kevaliditasan angket dapat dihitung dengan menggunakan rumus *korelasi product moment*, atau secara langsung dapat menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS versi 11.0. Hasilnya kemudian dilakukan koreksi atas item-item pertanyaan yang tidak valid. Hal ini dilakukan karena hasil dari suatu penelitian kuantitatif sangat tergantung dari instrumen pengumpulan data yang digunakan.

Adapun rekapitulasi hasil perhitungan uji validitas angket dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 11.0 *for windows* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5.1

**Rekapitulasi Hasil Uji Validitas  
Angket Bimbingan Agama Islam  
Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

<b>Nomor Angket</b>	<b><math>r_{xy}</math></b>	<b>r tabel 5%</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Ket.</b>
1	0.5313	0.235	Sedang	Valid
2	0.4977	0.235	Sedang	Valid
3	0.5568	0.235	Sedang	Valid
4	0.4872	0.235	Sedang	Valid
5	0.5257	0.235	Sedang	Valid
6	0.4315	0.235	Sedang	Valid
7	0.4901	0.235	Sedang	Valid
8	0.4884	0.235	Sedang	Valid
9	0.4779	0.235	Sedang	Valid
10	0.4959	0.235	Sedang	Valid
11	0.5554	0.235	Sedang	Valid
12	0.4019	0.235	Sedang	Valid
13	0.7099	0.235	Tinggi	Valid
14	0.4125	0.235	Sedang	Valid
15	0.4139	0.235	Sedang	Valid
16	0.3579	0.235	Rendah	Valid
17	0.5553	0.235	Sedang	Valid
18	0.5935	0.235	Sedang	Valid
19	0.5945	0.235	Sedang	Valid
20	0.3985	0.235	Rendah	Valid
21	0.5910	0.235	Sedang	Valid
22	0.7356	0.235	Tinggi	Valid
23	0.3982	0.235	Rendah	Valid
24	0.4271	0.235	Sedang	Valid

<b>Nomor Angket</b>	<b><math>r_{xy}</math></b>	<b>r tabel 5%</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Ket.</b>
25	0.6985	0.235	Tinggi	Valid
26	0.7071	0.235	Tinggi	Valid
27	0.6167	0.235	Tinggi	Valid
28	0.6147	0.235	Tinggi	Valid
29	0.6872	0.235	Tinggi	Valid
30	0.4290	0.235	Sedang	Valid
31	0.4974	0.235	Sedang	Valid
32	0.5100	0.235	Sedang	Valid
33	0.5238	0.235	Sedang	Valid
34	0.6100	0.235	Tinggi	Valid
35	0.5665	0.235	Sedang	Valid
36	0.6794	0.235	Tinggi	Valid
37	0.5801	0.235	Sedang	Valid
38	0.6142	0.235	Tinggi	Valid
39	0.5461	0.235	Sedang	Valid
40	0.4057	0.235	Sedang	Valid
41	0.4680	0.235	Sedang	Valid
42	0.2664	0.235	Rendah	Valid
43	0.2988	0.235	Rendah	Valid
44	0.4504	0.235	Sedang	Valid
45	0.5380	0.235	Sedang	Valid
46	0.3022	0.235	Rendah	Valid
47	0.4942	0.235	Sedang	Valid
48	0.3923	0.235	Rendah	Valid

Atas dasar tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa dari seluruh nomor item angket bimbingan agama Islam dari jumlah 48 pertanyaan terdapat 10 item nomor soal masuk dalam

kategori tinggi, 31 item nomor soal masuk dalam kategori sedang, dan 7 item nomor soal masuk dalam kategori rendah, sehingga angket bimbingan agama Islam memiliki cukup syarat kevaliditasan, yaitu karena setiap item nomor soal angket bimbingan agama Islam mempunyai nilai  $r_{xy}$  lebih besar dari taraf signifikan 5% dengan  $N = 48$  yaitu sebesar 0,235.

#### 5.1.1.2 Reliabilitas Angket Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kendal

Keandalan alat ukur (reliabilitas) pada dasarnya merupakan indeks yang menunjukkan sejauhmana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan, apabila pengukuran diulangi dua kali atau lebih (Masri Singarimbun, dkk., 1998: 122).

Teknik pengujian reliabilitas dilakukan dengan menghitung koefisien reliabilitas dengan menggunakan formulasi *Cronbach Alpha*. Secara umum suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika nilai Cronbach Alpha lebih besar dari 0,60 (Nunnally dalam Ghozali, 2005).

Sebelum dilakukan proses pengujian reliabilitas angket secara manual, langkah pertama adalah membuat tabel persiapan uji reliabilitas angket bimbingan agama Islam, yaitu sebagaimana terdapat pada lampiran 3.



Setelah diperoleh angka-angka sebagaimana yang terdapat pada lampiran 3, langkah selanjutnya adalah mencari varians tiap-tiap butir item pertanyaan. Dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\sigma^2 = \frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N}$$

Dengan berdasarkan rumus tersebut maka diperoleh varians tiap-tiap item angket bimbingan agama Islam di pondok pesantren Miftahul Huda Kaliwungu Kendal adalah sebagai berikut:

$$\sigma^2_{(1)} = \frac{1071 - \frac{257^2}{67}}{67} = 1,27155$$

$$\sigma^2_{(2)} = \frac{855 - \frac{233^2}{67}}{67} = 0,66741$$

$$\sigma^2_{(3)} = \frac{1020 - \frac{252^2}{67}}{67} = 1,07730$$

$$\sigma^2_{(4)} = \frac{942 - \frac{244^2}{67}}{67} = 0,79706$$

Adapun hasil perhitungan varians tiap-tiap item angket bimbingan agama Islam di pondok pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal yang dilakukan dengan perhitungan secara manual, dapat dilihat pada tabel 5.2 berikut:

Tabel 5.2

**Analisis Varians Tiap Item-Item  
Angket Bimbingan Agama Islam di Ponpes Miftahul Huda**

No. Angket	$\sum X$	$\sum X^2$	$\sigma^2$
1	257	1071	1.27155
2	233	855	0.66741
3	252	1020	1.07730
4	244	942	0.79706
5	250	964	0.46514
6	237	885	0.69637
7	244	964	1.12542
8	264	1094	0.80241
9	245	959	0.94186
10	230	824	0.51415
11	240	898	0.57162
12	237	901	0.93517
13	238	924	1.17264
14	250	972	0.58454
15	239	885	0.48429
16	254	1020	0.85186
17	256	1038	0.89329
18	226	826	0.95032
19	242	926	0.77478
20	240	896	0.54177
21	260	1056	0.70216
22	241	927	0.89730
23	213	763	1.28135
24	238	898	0.78458
25	241	953	1.28536

No. Angket	$\Sigma X$	$\Sigma X^2$	$\sigma^2$
26	243	941	0.89062
27	225	829	1.09557
28	228	836	0.89730
29	239	915	0.93206
30	232	842	0.57697
31	243	927	0.68167
32	232	872	1.02473
33	251	989	0.72667
34	231	873	1.14279
35	255	1019	0.72355
36	255	1039	1.02205
37	260	1056	0.70216
38	262	1074	0.73825
39	252	1006	0.86834
40	249	1021	1.42704
41	251	1023	1.23413
42	218	742	0.48786
43	234	882	0.96636
44	240	912	0.78057
45	260	1044	0.52306
46	233	855	0.66741
47	233	851	0.60771
48	260	1064	0.82156
Jumlah	<b>11657</b>	<b>45073</b>	<b>40.60815</b>
Jumlah Kuadrat Skor Total		<b>2066179</b>	

Setelah diketahui varians tiap item-item pertanyaan angket, kemudian mencari varians total angket, yaitu sebagai berikut:

$$\text{Varians total} = \frac{2066179 - \frac{11657^2}{67}}{67} = 567,6863$$

Hasil di atas kemudian dimasukkan ke dalam rumus Alpha :

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1}\right)\left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_i^2}\right) \text{ sehingga hasilnya adalah :}$$

$$r_{11} = \left(\frac{48}{48-1}\right)\left(1 - \frac{40,60815}{567,6863}\right) = 0,948222, \text{ atau dapat dibulatkan}$$

menjadi 0,9482. Dengan demikian besar Alpha untuk angket bimbingan agama Islam di pondok pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal adalah 0,9482.

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas angket uji coba bimbingan agama Islam pada santri sejumlah  $N = 67$  diperoleh hasil  $r_{11}$  adalah 0,9482. Angka  $0,9482 > 0,60$  berarti tingkat keandalan/reliabilitas angket tersebut adalah 94,82 %, maka angket bimbingan agama Islam adalah reliabel.

#### 5.1.1.3 Gambaran Angket Bimbingan Agama Islam di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal

Setelah diketahui validitas dan reliabilitas angket bimbingan agama Islam sebagaimana hasil tersebut, langkah selanjutnya mencari gambaran dan kesimpulan angket tersebut.

Dari hasil rekapitulasi jawaban angket pada lampiran 1, dapat diperoleh rekapitulasi penilaian setiap responden sebagaimana pada tabel 5.3 berikut:

Tabel 5.3

**Rekapitulasi Nilai Angket Bimbingan Agama Islam  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>	<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>	<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>
<b>1</b>	211	<b>24</b>	156	<b>47</b>	161
<b>2</b>	202	<b>25</b>	184	<b>48</b>	141
<b>3</b>	184	<b>26</b>	175	<b>49</b>	168
<b>4</b>	212	<b>27</b>	128	<b>50</b>	178
<b>5</b>	174	<b>28</b>	133	<b>51</b>	192
<b>6</b>	201	<b>29</b>	173	<b>52</b>	172
<b>7</b>	188	<b>30</b>	192	<b>53</b>	141
<b>8</b>	179	<b>31</b>	124	<b>54</b>	175
<b>9</b>	180	<b>32</b>	165	<b>55</b>	162
<b>10</b>	210	<b>33</b>	150	<b>56</b>	150
<b>11</b>	212	<b>34</b>	175	<b>57</b>	175
<b>12</b>	206	<b>35</b>	158	<b>58</b>	169
<b>13</b>	186	<b>36</b>	148	<b>59</b>	153
<b>14</b>	194	<b>37</b>	183	<b>60</b>	189
<b>15</b>	186	<b>38</b>	188	<b>61</b>	178
<b>16</b>	200	<b>39</b>	198	<b>62</b>	129
<b>17</b>	186	<b>40</b>	132	<b>63</b>	119
<b>18</b>	154	<b>41</b>	209	<b>64</b>	194
<b>19</b>	146	<b>42</b>	161	<b>65</b>	190
<b>20</b>	164	<b>43</b>	175	<b>66</b>	204
<b>21</b>	203	<b>44</b>	177	<b>67</b>	209
<b>22</b>	147	<b>45</b>	176		
<b>23</b>	150	<b>46</b>	173		

Setelah data dari angket bimbingan agama Islam tersaji sebagaimana tabel 5.3, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan ke dalam bentuk tabel distribusi frekuensi data kelompok untuk mendapatkan gambaran kategori setiap variabelnya.

Dari tabel 5.3 data nilai angket bimbingan agama Islam dapat diketahui bahwa nilai tertinggi adalah 212, dan nilai terendahnya adalah 119. Dengan demikian untuk membuat tabel distribusi frekuensi data kelompok perlu terlebih dahulu dicari interval kelas. Dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menentukan jangkauan data

$$X_{\text{maks}} = 212 \qquad X_{\text{min}} = 119$$

$$R = X_{\text{maks}} - X_{\text{min}}$$

$$R = 212 - 119 = 93$$

- b. Menentukan banyaknya kelas

$$K = 1 + 3,3 \text{ Log } 67$$

$$K = 1 + 3,3 (1,82607)$$

$$K = 1 + 6,02604 = 7,02604, \text{ sehingga banyaknya kelas adalah } 7.$$

- c. Menentukan panjang kelas

$$P = R/K = 93/7,02604 = 13,2364746$$

Atau dapat dibulatkan menjadi 14, sehingga panjang kelasnya adalah 14.

Dari hasil tersebut diperoleh tabel distribusi data kelompok sebagaimana tabel 5.4 berikut ini :

Tabel 5.4

**Distribusi Frekuensi Data Kelompok  
Angket Bimbingan Agama Islam  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

Interval Nilai	Nilai Tengah (X)	f	fX
119 – 132	125,5	5	627,5
133 – 146	139,5	4	558
147 – 160	153,5	9	1381,5
161 – 174	167,5	11	1842,5
175 – 188	181,5	19	3448,5
189 – 202	195,5	10	1955
203 – 216	209,5	9	1885,5
$i = 14$	-	$N = 67$	$\sum fX = 11698,5$

Dari hasil perhitungan distribusi frekuensi data kelompok nilai angket bimbingan agama Islam, dapat diketahui bahwa jumlah nilai seluruh responden adalah 11698,5 dari  $N = 67$ . Maka, nilai *mean* (rata-rata) angket bimbingan agama Islam adalah :

$$M = \frac{\sum fx}{N}$$

$$M = \frac{11698,5}{67} = 174,6044$$

Dengan melihat hasil perhitungan *mean* (rata-rata) angket bimbingan agama Islam adalah 174,6044 dan berdasarkan klasifikasi angket sebagaimana tabel 5.5 berikut :

Tabel 5.5

**Klasifikasi Angket Bimbingan Agama Islam  
Pondok Pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

No	Interval Nilai	Klasifikasi
1.	196 – 214	Sangat Baik
2.	177 – 195	Baik
3.	158 – 176	Cukup
4.	139 – 157	Rendah
5.	119 – 138	Sangat Rendah

Maka dapat disimpulkan bahwa angket bimbingan agama Islam di Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal dengan *mean* (rata-rata) sebesar 174,6044 termasuk dalam kategori cukup, yaitu berada pada interval nilai 158 – 176.

#### 5.1.2 Data Nilai Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal

Sebagaimana data angket bimbingan agama Islam, data angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kec. Kaliwungu Kab. Kendal ini juga diperoleh berdasarkan penyebaran angket kepada responden penelitian. Adapun angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an pondok pesantren Miftahul Huda



Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal dalam penyusunannya didasarkan pada 4 (empat) indikator, yaitu: pusing, cemas, sedih, dan hilangnya semangat. Keempat indikator ini kemudian juga dijabarkan dalam pertanyaan yang mengikuti pola *favorable* dan *unfavorable* yang disajikan dalam 48 item pertanyaan, dengan memberikan 5 (lima) alternatif jawaban, yaitu : “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “netral” (N), “tidak sesuai” (TS), dan “sangat tidak sesuai” (STS).

Dengan penskorannya yang diberikan pada masing-masing alternatif jawaban adalah sebagai berikut: untuk item *favorable* jawaban “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 5, jawaban “sesuai” (S) memperoleh nilai 4, jawaban “netral” (N) memperoleh nilai 3, jawaban “tidak sesuai” (TS) memperoleh nilai 2, dan jawaban “sangat tidak sesuai” (STS) memperoleh nilai 1.

Sementara itu untuk jawaban item *unfavorable* penskorannya adalah sebagai berikut: jawaban “sangat sesuai” (SS) memperoleh nilai 1, jawaban “sesuai” (S) memperoleh nilai 2, jawaban “netral” (N) memperoleh nilai 3, jawaban “tidak sesuai” (TS) memperoleh nilai 4, dan jawaban “sangat tidak sesuai” (STS) memperoleh nilai 5.

Adapun rekapitulasi jawaban responden dari hasil penyebaran angket tentang penurunan stres santri Hifdzul Qur’an di pondok pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal selanjutnya dapat dilihat pada lampiran 2.

#### 5.1.2.1 Validitas Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an di Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal

Setelah diketahui hasil rekapitulasi jawaban angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an sebagaimana terdapat pada lampiran 2, kemudian hasil jawaban tersebut dilakukan uji validitas angket dengan tujuan untuk mengukur dan mengetahui sah dan tidaknya suatu instrumen penelitian.

Teknik uji validitas angket adalah dengan mengkoordinasikan skor butir soal dengan skor total soal. Skor butir soal sebagai nilai  $X$ , dan skor total soal sebagai nilai  $Y$ . Dengan teknik tersebut, maka diperoleh indeks validitas setiap butir item (harga  $r_{xy}$ ), dan selanjutnya harga  $r_{xy}$  tersebut dikonsultasikan dengan harga  $r$  interpretasikan.

Uji validitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an ini juga dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 11.0 *for Windows* dan dilakukan koreksi atas item-item pertanyaan yang tidak valid.

Adapun hasil perhitungan uji validitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an pondok pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal selanjutnya dapat dilihat pada rekapitulasi hasil uji validitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an sebagaimana terdapat pada tabel 5.6 berikut ini.

Tabel 5.6

**Rekapitulasi Hasil Uji Validitas  
Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

<b>Nomor Angket</b>	<b><math>r_{xy}</math></b>	<b>r tabel 5%</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Ket.</b>
1	0,4272	0.235	Sedang	Valid
2	0,3135	0.235	Rendah	Valid
3	0,3616	0.235	Rendah	Valid
4	0,5112	0.235	Sedang	Valid
5	0,3487	0.235	Rendah	Valid
6	0,3570	0.235	Rendah	Valid
7	0,3676	0.235	Rendah	Valid
8	0,4504	0.235	Sedang	Valid
9	0,3398	0.235	Rendah	Valid
10	0,3022	0.235	Rendah	Valid
11	0,5287	0.235	Sedang	Valid
12	0,3030	0.235	Rendah	Valid
13	0,4538	0.235	Sedang	Valid
14	0,5406	0.235	Sedang	Valid
15	0,6340	0.235	Tinggi	Valid
16	0,4614	0.235	Sedang	Valid
17	0,4772	0.235	Sedang	Valid
18	0,5794	0.235	Sedang	Valid
19	0,3473	0.235	Rendah	Valid
20	0,3107	0.235	Rendah	Valid
21	0,4869	0.235	Sedang	Valid
22	0,4201	0.235	Sedang	Valid
23	0,7245	0.235	Tinggi	Valid
24	0,4117	0.235	Sedang	Valid
25	0,5834	0.235	Sedang	Valid

<b>Nomor Angket</b>	<b>r<sub>xy</sub></b>	<b>r tabel 5%</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Ket.</b>
26	0,7605	0.235	Tinggi	Valid
27	0,3773	0.235	Rendah	Valid
28	0,6036	0.235	Tinggi	Valid
29	0,3743	0.235	Rendah	Valid
30	0,3434	0.235	Rendah	Valid
31	0,5367	0.235	Sedang	Valid
32	0,7278	0.235	Tinggi	Valid
33	0,5274	0.235	Sedang	Valid
34	0,6961	0.235	Tinggi	Valid
35	0,4155	0.235	Sedang	Valid
36	0,7430	0.235	Tinggi	Valid
37	0,5489	0.235	Sedang	Valid
38	0,4387	0.235	Sedang	Valid
39	0,5242	0.235	Sedang	Valid
40	0,7425	0.235	Tinggi	Valid
41	0,7529	0.235	Tinggi	Valid
42	0,3230	0.235	Rendah	Valid
43	0,5067	0.235	Sedang	Valid
44	0,4222	0.235	Sedang	Valid
45	0,6282	0.235	Tinggi	Valid
46	0,5887	0.235	Sedang	Valid
47	0,6282	0.235	Tinggi	Valid
48	0,5819	0.235	Sedang	Valid

Atas dasar tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa dari seluruh item angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an berjumlah 48 item pernyataan, terdapat 11 item nomor soal termasuk dalam kategori tinggi, 23 item nomor soal termasuk

dalam kategori sedang, dan 14 item nomor soal termasuk dalam kategori rendah, sehingga angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an pondok pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal memiliki cukup syarat kevaliditasan, yaitu karena setiap item soal angket nilai  $r_{xy}$  lebih besar dari taraf signifikan 5% dengan  $N = 67$  yaitu 0,235.

#### 5.1.2.2 Reliabilitas Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal

Setelah diketahui validitas item soal, kemudian dilanjutkan menguji reliabilitas untuk mengetahui tingkat kehandalan (reliabilitas) angket. Tujuan uji reliabilitas angket penurunan stres santri sama juga dengan tujuan uji reliabilitas angket bimbingan agama Islam yaitu untuk mengetahui sejauhmana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan, apabila pengukuran diulangi dua kali atau lebih.

Teknik uji reliabilitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an, sama juga dengan teknik uji reliabilitas pada angket bimbingan agama Islam.

Adapun hasil rekapitulasi uji reliabilitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an Ponpes Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal adalah sebagaimana terdapat pada tabel 5.7 berikut ini:

Tabel 5.7

**Analisis Item Reliabilitas**  
**Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an**  
**Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu Kendal**

No. Angket	$\Sigma X$	$\Sigma X^2$	$\sigma^2$
1	253	1029	1.09913
2	235	859	0.51860
3	234	894	1.14547
4	206	706	1.08398
5	257	1043	0.85364
6	224	794	0.67320
7	226	816	0.80107
8	240	916	0.84028
9	239	887	0.51415
10	240	886	0.39252
11	221	771	0.62731
12	219	771	0.82335
13	224	830	1.21051
14	215	787	1.44888
15	202	686	1.14903
16	247	967	0.84206
17	241	929	0.92716
18	247	963	0.78236
19	228	826	0.74805
20	245	939	0.64335
21	247	965	0.81221
22	241	917	0.74805
23	206	728	1.41234
24	234	872	0.81711

No. Angket	$\Sigma X$	$\Sigma X^2$	$\sigma^2$
25	207	727	1.30541
26	198	668	1.23680
27	265	1111	0.93829
28	208	700	0.80998
29	257	1033	0.70439
30	214	742	0.87280
31	229	853	1.04923
32	207	731	1.36511
33	250	986	0.79350
34	195	663	1.42482
35	250	994	0.91290
36	230	864	1.11116
37	220	808	1.27779
38	255	1045	1.11161
39	221	799	1.04522
40	218	798	1.32368
41	240	930	1.04923
42	272	1144	0.59345
43	261	1079	0.92938
44	249	973	0.71063
45	213	747	1.04255
46	247	995	1.25997
47	249	1003	1.15839
48	243	959	1.15928
Jumlah	<b>11169</b>	<b>42133</b>	<b>46.09935</b>
Jumlah Kuadrat Skor Total		<b>1903949</b>	

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa jumlah varians semua item ( $\sum\sigma^2$ ) adalah 46,09935. dan jumlah kuadrat skor total adalah 1903949. Sehingga varians totalnya adalah :

$$\text{Varians total} = \frac{1903949 - \frac{11169^2}{67}}{67} = 627,7616$$

Hasil dari perhitungan varians total tersebut kemudian dimasukan ke dalam rumus Alpha yang hasilnya adalah :

$$r_{11} = \left(\frac{48}{48-1}\right)\left(1 - \frac{46,0935}{627,7616}\right) = 0,94628, \text{ atau dapat dibulatkan}$$

menjadi 0,9463.

Dari hasil penghitungan reliabilitas angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an terhadap N = 67, sebesar 0,9463 apabila dikonsultasikan dengan tabel *r product moment* pada level 5% dengan N = 67 adalah  $0,9463 > 0,235$ , atau angka  $0,9463 > 0,60$  berarti tingkat kehandalan/reliabilitas angket tersebut adalah 94,63 %, maka angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an adalah reliabel.

#### 5.1.2.3 Gambaran Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an

Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal

Setelah diketahui tingkat validitas dan reliabilitas angket, langkah selanjutnya adalah mencari gambaran dan kesimpulan angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an. Dari hasil



rekapitulasi jawaban angket pada lampiran 2, diperoleh rekapitulasi penilaian responden adalah sebagai berikut:

Tabel 5.8

**Rekapitulasi Nilai  
Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>	<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>	<b>No. Resp.</b>	<b>Skor</b>
<b>1</b>	161	<b>24</b>	147	<b>47</b>	166
<b>2</b>	135	<b>25</b>	183	<b>48</b>	165
<b>3</b>	169	<b>26</b>	206	<b>49</b>	167
<b>4</b>	155	<b>27</b>	142	<b>50</b>	203
<b>5</b>	139	<b>28</b>	148	<b>51</b>	202
<b>6</b>	138	<b>29</b>	172	<b>52</b>	175
<b>7</b>	153	<b>30</b>	203	<b>53</b>	127
<b>8</b>	151	<b>31</b>	143	<b>54</b>	202
<b>9</b>	138	<b>32</b>	153	<b>55</b>	146
<b>10</b>	129	<b>33</b>	131	<b>56</b>	141
<b>11</b>	161	<b>34</b>	180	<b>57</b>	160
<b>12</b>	156	<b>35</b>	183	<b>58</b>	173
<b>13</b>	141	<b>36</b>	130	<b>59</b>	159
<b>14</b>	154	<b>37</b>	201	<b>60</b>	169
<b>15</b>	201	<b>38</b>	198	<b>61</b>	153
<b>16</b>	203	<b>39</b>	201	<b>62</b>	138
<b>17</b>	213	<b>40</b>	147	<b>63</b>	107
<b>18</b>	171	<b>41</b>	203	<b>64</b>	178
<b>19</b>	150	<b>42</b>	174	<b>65</b>	187
<b>20</b>	173	<b>43</b>	204	<b>66</b>	166
<b>21</b>	208	<b>44</b>	207	<b>67</b>	178
<b>22</b>	163	<b>45</b>	154		
<b>23</b>	153	<b>46</b>	182		

Setelah data angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an tersaji sebagaimana tabel 5.8, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data tersebut ke dalam bentuk tabel distribusi frekuensi data kelompok untuk mendapatkan gambaran kategori setiap variabelnya.

Berdasarkan tabel 5.8 data nilai angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an dapat diketahui bahwa nilai tertinggi adalah 213, dan nilai terendahnya adalah 107. Dengan demikian untuk membuat tabel distribusi frekuensi data kelompok perlu terlebih dahulu dicari interval kelas, dengan langkah sebagai berikut:

- a. Menentukan jangkauan data

$$X_{\text{maks}} = 213 \quad X_{\text{min}} = 107$$

$$R = X_{\text{maks}} - X_{\text{min}}$$

$$R = 213 - 107 = 106$$

- b. Menentukan banyaknya kelas

$$K = 1 + 3,3 \text{ Log } 67$$

$$K = 1 + 3,3 (1,82607)$$

$$K = 7,02604, \text{ sehingga banyaknya kelas adalah } 7.$$

- c. Menentukan panjang kelas

$$P = R/K = 106/7,02604 = 15,0867$$

Agar semua data dapat masuk, maka panjang kelasnya adalah

16. Atas dasar perhitungan di atas maka diperoleh tabel distribusi data kelompok sebagai berikut ini :

Tabel 5.9

**Distribusi Frekuensi Data Kelompok  
Nilai Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

<b>Interval Nilai</b>	<b>Nilai Tengah (Y)</b>	<b>f</b>	<b>fY</b>
107 – 122	114,5	1	114,5
123 – 138	130,5	8	1044
139 – 154	146,5	17	2490,5
155 – 170	162,5	13	2112,5
171 – 185	178,5	12	2142
186 – 201	194,5	5	972,5
202 – 217	210,5	11	2315,5
<i>i</i> = 16	-	N = 67	∑fY = 11191,5

Dari hasil perhitungan distribusi frekuensi data kelompok nilai angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an, dapat diketahui bahwa jumlah nilai seluruh responden adalah 11191,5 dari N = 67. Maka, nilai *mean* (rata-rata) angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an adalah:

$$M = \frac{\sum fy}{N}$$

$$M = \frac{11191,5}{67} = 167,0373$$

Dengan melihat hasil perhitungan *mean* (rata-rata) angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an adalah 167,0373, dan berdasarkan klasifikasi angket sebagai berikut :

Tabel 5.10

**Klasifikasi Angket Penurunan Stres Santri Hifdzul Qur'an  
Ponpes Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal**

No	Interval Nilai	Klasifikasi
1.	191 – 213	Sangat Baik
2.	170 – 190	Baik
3.	149 – 169	Cukup
4.	128 – 148	Rendah
5.	107 – 127	Sangat Rendah

Maka dapat disimpulkan bahwa angket penurunan stres santri Hifdzul Qur'an termasuk dalam kategori cukup, yaitu berada pada interval nilai 149 – 169.

## 5.2 Analisis Data Penelitian

Analisis data penelitian merupakan pengujian hipotesis yang harus dilakukan untuk membuktikan diterima atau ditolaknya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Pada uji hipotesis ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri hifdzul Qur'an, untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri hifdzul Qur'an maka peneliti menggunakan rumus regresi sederhana..

Sebelum dilakukan analisis regresi sederhana berikut ini akan disampaikan data-data persiapan yang diperlukan dalam perhitungan analisis regresi, yaitu sebagai berikut:

Tabel 5.11  
**Persiapan Analisis Regresi**

<b>No Resp.</b>	<b>X</b>	<b>Y</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Y<sup>2</sup></b>	<b>XY</b>
1	211	161	44521	25921	33971
2	202	135	40804	18225	27270
3	184	169	33856	28561	31096
4	212	155	44944	24025	32860
5	174	139	30276	19321	24186
6	201	138	40401	19044	27738
7	188	153	35344	23409	28764
8	179	151	32041	22801	27029
9	180	138	32400	19044	24840
10	210	129	44100	16641	27090
11	212	161	44944	25921	34132
12	206	156	42436	24336	32136
13	186	141	34596	19881	26226
14	194	154	37636	23716	29876
15	186	201	34596	40401	37386
16	200	203	40000	41209	40600
17	186	213	34596	45369	39618
18	154	171	23716	29241	26334
19	146	150	21316	22500	21900
20	164	173	26896	29929	28372
21	203	208	41209	43264	42224
22	147	163	21609	26569	23961
23	150	153	22500	23409	22950
24	156	147	24336	21609	22932
25	184	183	33856	33489	33672
26	175	206	30625	42436	36050
27	128	142	16384	20164	18176

<b>No Resp.</b>	<b>X</b>	<b>Y</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>Y<sup>2</sup></b>	<b>XY</b>
28	133	148	17689	21904	19684
29	173	172	29929	29584	29756
30	192	203	36864	41209	38976
31	124	143	15376	20449	17732
32	165	153	27225	23409	25245
33	150	131	22500	17161	19650
34	175	180	30625	32400	31500
35	158	183	24964	33489	28914
36	148	130	21904	16900	19240
37	183	201	33489	40401	36783
38	188	198	35344	39204	37224
39	198	201	39204	40401	39798
40	132	147	17424	21609	19404
41	209	203	43681	41209	42427
42	161	174	25921	30276	28014
43	175	204	30625	41616	35700
44	177	207	31329	42849	36639
45	176	154	30976	23716	27104
46	173	182	29929	33124	31486
47	161	166	25921	27556	26726
48	141	165	19881	27225	23265
49	168	167	28224	27889	28056
50	178	203	31684	41209	36134
51	192	202	36864	40804	38784
52	172	175	29584	30625	30100
53	141	127	19881	16129	17907
54	175	202	30625	40804	35350
55	162	146	26244	21316	23652
56	150	141	22500	19881	21150

No Resp.	X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
57	175	160	30625	25600	28000
58	169	173	28561	29929	29237
59	153	159	23409	25281	24327
60	189	169	35721	28561	31941
61	178	153	31684	23409	27234
62	129	138	16641	19044	17802
63	119	107	14161	11449	12733
64	194	178	37636	31684	34532
65	190	187	36100	34969	35530
66	204	166	41616	27556	33864
67	209	178	43681	31684	37202
	<b>11657</b>	<b>11169</b>	<b>2066179</b>	<b>1903949</b>	<b>1960191</b>

### 5.2.1 Mencari Persamaan Garis Regresi

Dalam uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi yang terpenting adalah mencari persamaan garis regresinya, karena hasil dari persamaan garis regresi nantinya yang akan digunakan untuk melakukan ramalan antara nilai variabel  $x$  terhadap variabel  $y$ . Adapun langkah-langkah yang diperlukan dalam mencari persamaan garis regresi adalah sebagai berikut:

$$Y = ax + k$$

Keterangan :

$Y$  = Perkiraan harga  $y$ , sehingga variabel yang tergantung pada harga  $x$

$ax$  = Perkiraan  $a$  dalam regresi linier  $y$  pada  $x$

$k$  = Perkiraan  $b$  dalam regresi linier  $y$  pada  $x$

Sebelum dilakukan pengolahan data untuk mencari persamaan garis regresi, penelitian ini akan terlebih dahulu mengemukakan data skor mentah nilai angket bimbingan agama Islam dan penurunan stres santri Hifdzul Qur'an, yaitu sebagaimana terangkum pada tabel 5.11 berikut ini .

Dari tabel kerja persiapan analisis regresi di atas dapat diketahui bahwa:

$$\begin{array}{ll} N = 67 & \sum x^2 = 2066179 \\ \sum x = 11657 & \sum y^2 = 1903949 \\ \sum y = 11169 & \sum xy = 1960191 \end{array}$$

Setelah diketahui data skor mentah dari tabel koefisien korelasi antara variabel  $x$  dan variabel  $y$ , maka langkah selanjutnya data tersebut didistribusikan pada persamaan  $Y = ax + k$ . Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui harga  $y$  terlebih dahulu dicari harga  $x$  dan  $k$  dengan menggunakan rumus:

$$\begin{aligned} a &= \frac{(N \sum xy) - (\sum x \times \sum y)}{(N \sum x^2) - (\sum x)^2} \\ &= \frac{(67 \times 1960191) - (11657 \times 11169)}{(67 \times 2066179) - (11657)^2} \\ &= \frac{131332797 - 130197033}{138433993 - 135885649} \end{aligned}$$



$$= \frac{1135764}{2548344} = 0,44568708$$

Jadi harga  $a$  adalah : 0,446.

Setelah didapat harga  $a = 0,44568708$ , kemudian dilanjutkan dengan menghitung harga  $k$ , yaitu dengan rumus :

$$k = y - ax$$

Keterangan :

$$y = \text{mean dari variabel Y} - y = \frac{\sum y}{N} = \frac{11169}{67} = 166,7014925$$

$$x = \text{mean dari variabel X} - x = \frac{\sum x}{N} = \frac{11657}{67} = 173,9850746$$

Jadi harga  $k$  adalah :

$$\begin{aligned} k &= 166,7014925 - (0,445687081 \times 173,9850746) \\ &= 89,1585924 \end{aligned}$$

Dengan demikian persamaan garis regresinya adalah :

$$Y = 89,1585924 + 0,445687081x, \text{ atau dapat dibulatkan menjadi}$$

$$Y = 89,1585924 + 0,445687081x.$$

### 5.2.2 Analisis Varian Garis Regresi

Setelah melewati beberapa langkah awal dalam mencari persamaan garis regresi tadi maka perlu kiranya untuk membuat analisis varian garis regresi sehingga dapat menghasilkan besar bilangan  $- F_{\text{reg}}$ . Adapun langkah dan hasilnya adalah sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
N &= 67 & \sum x^2 &= 2066179 \\
\sum x &= 11657 & \sum y^2 &= 1903949 \\
\sum y &= 11169 & \sum xy &= 1960191 \\
a &= 0,445687081 & k &= 89,1585924
\end{aligned}$$

Data-data tersebut didistribusikan ke dalam rumus-rumus sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
JK_{reg} &= a \sum xy + k \sum y - \frac{(\sum Y)^2}{N} \\
&= 0,445687081 \times 1960191 + 89,1586 \times 11169 - \frac{11169^2}{67} \\
&= 873631 + 995812,3185 - 1861888,97 \\
&= 7555,153359
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
JK_{res} &= \sum y^2 - a \sum xy - k \sum y \\
&= 1903949 - (0,445687081 \times 1960191) - (89,1586 \times 11169) \\
&= 1903949 - 873631,805 - 995812,3185 \\
&= 34504,87649
\end{aligned}$$

$$RK_{reg} = \frac{JK_{reg}}{db_{reg}} = \frac{7555,153359}{1} = 7555,153359$$

$$RK_{res} = \frac{JK_{res}}{N-2} = \frac{34504,87649}{65} = 530,8442537$$

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}} = \frac{7555,153359}{530,8442537} = 14,2323352$$

$$Total = \sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} = 1903949 - \frac{11169^2}{67} = 42060,02985$$

Dari hasil perhitungan tersebut dapat disajikan dalam ringkasan hasil akhir analisis regresi yaitu sebagaimana pada tabel 5.12 berikut :

Tabel 5.12

**Ringkasan Hasil Akhir Analisis Regresi**

<b>Sumber Varian</b>	<b>Db</b>	<b>Jk</b>	<b>Rk</b>	<b>F<sub>reg</sub></b>
Regresi	1	7555,154	7555,154	14,232
Residu	65	34504,875	530,844	-
Total	66	42060,030	-	-

**5.3 Analisis Lanjut**

Analisis lanjut merupakan pengelolaan lebih lanjut dari hasil uji hipotesis. Dalam analisis lanjut akan dibuat semacam interpretasi dari hasil perhitungan dengan menggunakan rumus regresi sederhana yang telah diproses antara variabel X dan variabel Y. Dalam pelaksanaan langkahnya adalah mengkorelasikan hasil perhitungan  $F_{reg}$  dengan data tabel  $F_t$  untuk  $N = 67$  pada taraf signifikan 1% = 7,01 maupun pada taraf signifikan 5% = 3,98. Jika nilai  $F_{reg}$  lebih besar dari taraf signifikan 1% atau pada taraf 5% maka hipotesis penelitian diterima, jika sebaliknya nilai  $F_{reg}$  kurang dari taraf signifikan 1% atau pada taraf signifikan 5% maka hipotesis ditolak

Untuk memudahkan interpretasi dari hasil perhitungan dengan menggunakan rumus regresi sederhana, maka dibuat tabel berikut ini :

Tabel 5.13

**Taraf Signifikan Hasil Koefisien  $F_{reg}$** 

<b>N</b>	<b>F<sub>reg</sub></b>	<b>F<sub>t</sub></b>		<b>Kesimpulan</b>
		<b>5%</b>	<b>1%</b>	
67	14,232	3,98	7,01	Signifikan

Dengan demikian dalam analisis varian garis regresi diperoleh bahwa harga  $F_{reg} = 14,232$  yang apabila harga  $F_{reg}$  ini dikonsultasikan dengan tabel  $F_t$  taraf signifikansi 5% = 3,98 maupun 1% = 7,01 pada  $N = 67$  akan diperoleh bahwa:  $F_{reg} = 14,232 >$  taraf signifikan 5% maupun 1%, berarti sangat signifikan.

Oleh karena itu uji hipotesis ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri Hifdzul Qur'an. Dengan demikian, semakin tinggi bimbingan agama Islam, maka akan dapat menurunkan stres santri Hifdzul Qur'an. Atau sebaliknya, jika semakin rendah pelaksanaan bimbingan agama Islam, maka akan semakin sulit upaya menurunkan stres santri Hifdzul Qur'an. Pernyataan ini didasarkan atas hasil ramalan garis regresi yang diperoleh angka  $Y = 89,159 + 0,446x$ .

Dengan demikian, hasil ini sekaligus juga membuktikan bahwa salah satu upaya yang dapat dilakukan pengasuh dalam menurunkan tingkat stres yang dialami oleh santri Hifdzul Qur'an adalah memberikan bimbingan agama Islam kepada santri.

#### **5.4 Pembahasan Hasil Penelitian**

Bimbingan pada dasarnya adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada seseorang atau kelompok orang agar mampu mengembangkan potensi (bakat, minat, dan kemampuan yang dimiliki) sehingga dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi, dan dapat menjadi pribadi yang mandiri dalam menentukan pilihan hidupnya.

Bimbingan, khususnya pada bidang keagamaan merupakan salah satu alternatif metode dakwah yang mempunyai prospek cerah dan efektifitas tinggi dalam meningkatkan dan mengembangkan fitrah manusia. Bimbingan keagamaan bertujuan untuk membina moral atau mental seseorang sesuai dengan ajaran Islam. Artinya, setelah bimbingan terjadi orang dengan sendirinya akan menjadikan agama sebagai pedoman dan pengendilang tingkah laku, sikap, gerak-gerik dalam kehidupan sehari-harinya, sehingga timbul suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup sekarang dan masa yang akan datang.

Sebagaimana diketahui dengan adanya perkembangan pada segala bidang akhir-akhir ini, tidak tertutup kemungkinan akan melahirkan gejala negatif yang dialami oleh kebanyakan orang, seperti gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala hubungan antar personal, atau sering disebut dengan istilah gejala stres.

Gejala stres yang dialami oleh kebanyakan orang pada dasarnya bersumber dari masalah-masalah kehidupan sehari-hari, misalnya: ketidakharmonisan rumah tangga, himpitan ekonomi, kehidupan kota yang sumpek, kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan, maupun beban studi dan pekerjaan. Disamping itu, sumber stres dapat juga berasal dari kejadian-kejadian yang spesifik, seperti: penyakit kronis, perubahan hidup (pernikahan, mutasi kerja, kematian anggota keluarga), atau kecelakaan (yang menimbulkan perubahan fungsi tubuh atau cacat). Gejala stres juga tidak hanya dialami oleh mereka yang kaya, namun dialami pula oleh fakir miskin,

dan bahkan tidak orang tua saja, remaja, anak-anak seusia sekolah pun juga banyak yang mengalaminya, bahkan setiap orang dapat dipastikan pernah mengalaminya karena stres dapat terjadi dimana, kapan, dan siapa saja orangnya, baik di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah maupun pondok pesantren sekalipun.

Seperti yang dialami oleh santri yang baru masuk di pondok pesantren Miftahul Huda Kaliwungu – Kendal. Ketatnya peraturan-peraturan pondok yang bertentangan dengan kebiasaan para santri ketika masih berada di rumah, penyesuaian diri dengan kelompok barunya, pola hidup yang sederhana, pengaturan waktu belajar yang diterapkan pondok pesantren Miftahul Huda, menjadikan para santri yang baru masuk pada pondok pesantren tersebut merasa gelisah, cemas dan takut, tidak nafsu makan, mudah menangis, dan lain sebagainya, sehingga menimbulkan gejala stres di kalangan santri yang masuk itu sendiri.

Dengan memberikan motivasi serta bimbingan agama Islam kepada para santri yang baru masuk dengan memberikan materi-materi bimbingan keimanan, keislaman, dan budi pekerti yang bersumber dari al-Qur'an-Hadits dan kitab-kitab karangan para ulama', serta dengan menggunakan metode penyampaian yang tepat, kompleksitas permasalahan yang terjadi pada para santri yang baru masuk di pondok pesantren Miftahul Huda dapat teratasi. Hal ini terlihat dari hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada pengasuh maupun para santri pondok pesantren Miftahul Huda, bahwa ketika santri baru masuk pondok pesantren kebanyakan dari mereka mengalami gejala stres,

berkat kesigapan para pengasuh dalam memberikan bimbingan keagamaan gejala stres yang dialami oleh para santri dapat teratasi, sehingga para santri dengan tenang dapat berkonsentrasi dalam menghafal ayat-ayat al-Qur'an.

Hasil penelitian ini sekaligus dapat juga menjadi bukti penerimaan terhadap konsep yang diungkapkan oleh Hardjana (1994: 99) bahwa salah satu metode yang bisa dilakukan untuk mengatasi stres adalah dengan memberikan tindakan langsung berupa pemberian bimbingan.



## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan dari hasil perhitungan uji hipotesis dengan menggunakan rumus analisis regresi sederhana diperoleh harga  $F_{reg} = 14,232$  lebih besar dari taraf signifikan 5% = 3,98 maupun 1% = 7,01 pada  $N=67$ .

Dengan demikian uji hipoteses tersebut menunjuk hasil positif yaitu menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan bimbingan agama Islam terhadap penurunan stres santri hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Miftahul Huda Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal. Artinya semakin tinggi bimbingan agama Islam, maka akan dapat menurunkan stres santri hifdzul Qur'an. Atau sebaliknya, jika semakin rendah menurunkan stres santri hifdzul Qur'an. Pernyataan ini didasarkan atas hasil ramalan garis regresi yang diperoleh angka ; $Y = 89, 159 + 0, 446 x$ . dengan demikian, hasil ini sekaligus juga membuktikan bahwa salah satu upaya yang dapat dilakukan pengasuh dalam menurunkan tingkat stres yang dialami oleh santri hifdzul Qur'an adalah memberikan bimbingan agama Islam kepada santri.

#### **6.2 Saran-saran**

Demi meningkatkan mutu dalam penurunan stres santri agar menjadi stabil, maka di bawah ini penulis sampaikan beberapa saran-saran kepada pihak terkait, yaitu :



### 6.2.1 Kepada Pengasuh dan Pengurus Pondok Pesantren

- a. Walaupun secara garis besar bimbingan agama Islam sudah dilaksanakan dengan baik, namun pengasuh harus tetap memperhatikan perilaku para santri lebih sungguh-sungguh agar santri lebih meningkatkan lagi dalam menjaga kualitas perilaku kesehariannya, karena secara umum santri bukanlah orang yang “sakit” tetapi orang yang memerlukan bimbingan dan kesejukan dari lingkungan.
- b. Hendaknya lebih meningkatkan keteladanan dalam membawa dan mengarahkan santri dengan keteladanan yang baik
- c. Hendaklah memberi motivasi kepada santri agar selalu berfikir, berperasaan dan bersikap baik melalui kegiatan-kegiatan keagamaan yang ada di lingkungan pondok pesantren.

### 6.2.2 Kepada Santri

- a. Santri yang telah melaksanakan kegiatan-kegiatan yang bersifat agama seperti tadarus Al-Qur'an, shalat berjamaah, mujahadah asmaul husna, istighosah, berpuasa, dan lain-lain dengan bimbingan agama Islam, hendaklah benar-benar diresapi dan dihayati agar mempunyai makna dan manfaat bagi kehidupannya dan yang lebih penting lagi santri dapat berfikir jernih dan logis jauh dari perasaan cemas, sedih, marah dapat menghafal Al-Qur'an dengan baik.

- b. Kegiatan-kegiatan yang bersifat keagamaan akan sia-sia tanpa adanya perhatian dan kesadaran santri untuk mengamalkannya.
- c. Belajar dari kesalahan yang telah dilakukan mulai dari sekarang dan berlatih mengerjakan dari hal-hal yang kecil dan berguna. Jika dilakukan dan dikerjakan dengan ikhlas dan mengharapkan kerindhaan-Nya niscaya akan mendapat untung dan berkah dari Allah SWT.
- d. Hendaklah lebih sabar dan ikhlas dalam menerima cobaan atau menghadapi kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an, karena sesungguhnya Allah SWT tidak akan memberikan cobaan melampaui batas kemampuan hamba-Nya dan sesungguhnya setiap cobaan pasti ada hikmahnya.

### **6.3 Penutup**

Puji syukur Alhamdulillah dengan limpahan rahmat dan hidayah dari Allah SWT. Rabb sumber dari segala sumber kehidupan dan keridhoaan, maka penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga banyak kekurangan baik dari segi bahasa, penulisan, penyajian, sistematika, pembahasan maupun analisisnya. Oleh karena itu, kritik dan saran-saran yang konstruktif demi kesempurnaan penulisan ini sangat diharapkan.

Akhirnya dengan memanjatkan doa kepada Allah SWT mudah-mudahan skripsi ini dapat membawa hikmah dan manfaat bagi penulis dan pembaca lain. Dan juga mampu memberi khasanah ilmu pengetahuan yang positif bagi keilmuan BPI.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zaenal. 2000. *Peranan Ulama Dalam meningkatkan Hifdzul Qur'an di Pondok Pesantren Al-Ikhlash Jepara*. (Tidak dipublikasikan, Skripsi IAIN Walisongo).
- Al-Hafidz, Ahsin. 2000. *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Arifin, HM. 1994. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*. Jakarta : Golden Terayon Press.
- \_\_\_\_\_. 2000. *Psikologi Dakwah Suatu Pengantar Study*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Arifin, Wati, Kartika dan Etik. 1995. *Materi Pokok Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam.
- Arikunto, Suharsini. 2001. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- \_\_\_\_\_. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. 1998. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- Boenish. 2005. *The stres Owner*. Jakarta : Grasindo.
- Darajat, Zakiyah. 1982. *Pendidikan Agama dan Pembinaan Mental*. Jakarta : Bulan Bintang.



Departemen Agama RI. 1994. *Al-Qur'an dan Terjemah*. Semarang : Tanjung Mas  
Inti.

\_\_\_\_\_. 1975. *Pedoman Guru Agama (SLP)*. Jakarta : Direktorat Jendral  
Bimbingan Masyarakat.

Ellyawati. 13 Maret 2006. <http://www.admin@supermin>

Elias, Anton Elias. 1982. *Qamus Ilyas Al-Asri-Araby-Injilis*. Baerut: Dar Al-Jail.

Faqih, Ainur Rokhim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta :  
UII Press.

Finkelor, Dorothy C. 2004. *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda,  
Kebencian dan Ketakutan Kita*. Yogyakarta : Zenit Publisher.

Gibson, Robert.L. dan Marianne. H. Michell. t.th. *Introduction To Guidance*. New  
York: Macmillan Publishing co. Inc.

Gozali, Imam. 2005. *Analisis Multivariat dengan Program SPSS*. Semarang :  
Badan Penerbit UNDIP.

Hadi, Sutrisno. 2001. *Analisis Regresi*. Yogyakarta : Andi offset.

Hallen. 2000. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. Jakarta : Ciputat Press.

Hardjana, Agus M. 1994. *Stres Tanpa Distres*. Jakarta : Erlangga.

Hidayati. 1999. *Eksistensi Pondok Huffadh Yanbu'ul Qur'an Dalam  
Meningkatkan Kualitas Tahfidzul Qur'an di Kabupaten Kudus*. (Tidak  
dipublikasikan, skripsi, IAIN Walisongo).

Kartono, Kartini. 2000. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo  
Persada.

Mahfud, An. 2003. *Petunjuk Mengatasi Stres*. Bandung : Sinar Baru Algensindo.

- Masruroh, Zakiyah. 1997. *Pengaruh Intensitas Hifdzul Qur'an Terhadap Perilaku Keagamaan Santri di Pondok Pesantren Al-Hikmah Tugurejo-Tugu Semarang*. (Tidak dipublikasikan, Skripsi, IAIN Walisongo)
- M. Quade, Walter dan Ann Aikam. 1987. *stres*. Jakarta : Erlangga
- Musnamar, Thohari. 1992. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta : UII press.
- Notosoedirjo, Moeljono. 2005. *Kesehatan Mental*. Malang : UMM Press.
- Poerwadarminta. 1999. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Ridwan. 2005. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 1983. *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Walgito, Bimo. 1995. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Winkel, WS dan Hastuti, Sri. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi.
- \_\_\_\_\_. 1999. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : Grasindo.

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : MUSIFAH

Tempat,Tgl. Lahir : Kendal, 16 Oktober 1982

Alamat : Jl. Pahlawan RT 02 RW I Trompo Kendal

Agama : Islam

Pendidikan :

1. SDN 01 Trompo Kendal Lulus Tahun 1995
2. MTsN Kendal Lulus Tahun 1998
3. SMUN 2 Kendal Lulus Tahun 2001
4. Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang Lulus Tahun 2008

Demikian Daftar Riwayat Hidup penulis buat dengan sebenarnya.

Semarang, Juni 2008

MUSIFAH