

## BAB II

### LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DAN KONDISI PSIKIS

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Motivasi Membaca Al-Qur'an

###### a. Pengertian Motivasi Membaca Al-Qur'an

Motivasi berasal dari kata “motif” yang artinya sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subyek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan.<sup>1</sup> Menurut Mohammad Surya, menyatakan bahwa: motivasi dapat diartikan sebagai suatu upaya untuk menimbulkan dorongan untuk mewujudkan perilaku tertentu yang terarah kepada pencapaian suatu tujuan tertentu. Dalam hal ini perilaku belajar yang terjadi dalam situasi interaksi belajar mengajar dalam mencapai tujuan dan hasil belajar. Motivasi mempunyai karakteristik: (1) sebagai hasil dari kebutuhan, (2) terarah kepada suatu tujuan, (3) menopang perilaku.<sup>2</sup> Sementara menurut Sri Esti Wuryani Djiwandono, kata “motivasi” digunakan untuk menggambarkan suatu dorongan,

---

<sup>1</sup> Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), Cet. 9. hlm. 71.

<sup>2</sup> Mohammad Surya, *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*, (Bandung Pustaka Bani Quraisy, 2004), hlm. 64.

kebutuhan atau keinginan untuk melakukan sesuatu yang khusus atau umum.<sup>3</sup> Salah satu konsep motivasi adalah menggambarkan kecenderungan umum seseorang dalam usahanya mencapai tujuan tertentu. Adapun menurut Arno F. Wittig “*Motivation is defined as any condition that initiates, guides, and maintains a behavior in an organism. Without motivation, an organism may very well fail to show a behavior that it has learned.*”<sup>4</sup> (Motivasi didefinisikan kondisi yang memberi inisiatif, menunjukkan, memelihara suatu perilaku seseorang. Tanpa motivasi, seseorang akan gagal menunjukkan perilaku yang dipelajarinya).

Menurut Mc. Donald, senagaiman dikutip Sardiman A.M., bahwa motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari pengertian yang dikemukakan Mc. Donald ini mengandung tiga elemen penting.<sup>5</sup>

- a. Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi dalam system *neurophysiological* yang ada pada organisme manusia. Karena

---

<sup>3</sup> Sri Esti Wuryani Djiwandono, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2006), hlm. 349.

<sup>4</sup> Arno F. Wittig, *Psychology of Learning*, (New York : McGraw Hill Book Company: 1981), hlm. 3.

<sup>5</sup> Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, hlm.73-74.

- menyangkut perubahan energi manusia), penampakkannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.
- b. Motivasi ditandai dengan munculnya rasa atau *feeling* afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
  - c. Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respon dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya karena terangsang oleh adanya unsur lain yakni tujuan.

Dengan ke tiga elemen diatas, maka dapat dikatakan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, kemudian bertindak atau melakukan sesuatu semua ini di dorong karena adanya tujuan, kebutuhan atau keinginan.

Dari beberapa pengertian tentang motivasi di atas, dapat diambil simpulan bahwa motivasi adalah keseluruhan daya penggerak dalam diri seseorang karena adanya kebutuhan atau keinginan yang mendorongnya untuk melakukan aktifitas atau kegiatan-kegiatan tertentu dan memberikan arah dalam mencapai tujuan, baik yang didorong atau dirangsang dari luar maupun dari dalam dirinya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi seseorang timbul karena adanya kebutuhan sehingga menyebabkan keseimbangan dalam jiwa seseorang terganggu, padahal motivasi merupakan hal yang tidak bisa diamati akan

tetapi sesuatu hal yang dapat disimpulkan lewat tingkah laku seseorang dalam berbuat atau beraktifitas tersebut dilatarbelakangi oleh motif, disebut juga tingkah laku bermotivasi.

Membaca merupakan serangkaian kegiatan pikiran yang di lakukan dengan penuh perhatian untuk memahami suatu informasi melalui indera penglihatan dalam bentuk simbol-simbol yang rumit, yang disusun sedemikian rupa sehingga mempunyai arti dan makna.<sup>6</sup> Menurut Sudarso, membaca adalah aktivitas yang kompleks dengan mengerahkan sejumlah besar tindakan terpisah-pisah meliputi orang harus menggunakan pengertian, khayalan, mengamati dan mengingat-ingat.<sup>7</sup>

Dari beberapa pengertian membaca di atas dapat disimpulkan bahwa membaca adalah sebuah aktivitas melafalkan atau melisankan kata-kata yang dilihatnya dengan mengerahkan beberapa tindakan melalui pengertian dan mengingat-ingat.

Al-Qur'an menurut bahasa ialah bacaan atau yang dibaca. Al-Qur'an adalah *masdar* yang diartikan dengan arti

---

<sup>6</sup> Dwi Sunar Prasetyono, *Rahasia Mengajarkan Gemar Membaca Pada Anak Sejak Dini*, (Yogyakarta: Tink Press, 2008), hlm. 57.

<sup>7</sup> Sudarso, *System Membaca Cepat dan Efektif*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1993), hlm. 4.

*isim maf'ul*, yaitu: “*maqrū*; yang dibaca”.<sup>8</sup> Menurut Mana’ul Qothon dalam kitab *Mabakhitsu fi ulumi Al-Qur’an*:

القران في الاصل كالقراءة مصدر قرأ قراءة وقرانا.<sup>9</sup>

Sedangkan menurut Caesar E. Farah mengatakan “*Qur’an in a literal sense means recitation, reading*”.<sup>10</sup> Artinya, Al-Qur’an secara harfiah berarti ucapan, bacaan.

Sedangkan pengertian menurut istilah Al-Qur’an adalah kalam Allah yang bernilai mukjizat, yang diturunkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad saw, dengan perantaraan malaikat Jibril a.s. yang tertulis pada *mashahif*. Diriwayatkan kepada kita dengan *mutawatir*. Membacanya terhitung ibadah.<sup>11</sup> Menurut Rafi Ahmad Fidai dalam bukunya “*Concise History Of Muslim Word*” menjelaskan bahwa “*The Qur’an is the word of Allah revealed by Him to the Holy Prophet (saw) through the Archangel Gabriel. The Qur’an has its own unique way and mode of expression which has no*

---

<sup>8</sup> Teungku Muhammad Hasbi As Shiddieqy, *Sejarah Pengantar Ilmu Al-Qur’an atau Tafsir*, (Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2000), hlm. 1.

<sup>9</sup> Mana’ul Qothon, *Mabakhitsu fi ulumi Al-Qur’an*, (Beirut: Darul al-Rasyid, 1994), hlm. 15.

<sup>10</sup> Caesar E. Farah, *Islam Bilief and Observances*, (America: Barron’s Education Series, 1987), hlm. 80.

<sup>11</sup> Syekh Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Ikhtisar Ulumul Qur’an Praktis*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2001), hlm. 3.

match”.<sup>12</sup> Al-Qur’an adalah firman Allah yang diwahyukan oleh Nya (Allah) kepada Nabi Muhammad saw melalui malaikat Jibril. Al-Qur’an memiliki cara yang khas dan bentuk ungkapan yang tidak ada bandingannya. Menurut Muhammad Abdur Rahim dalam kitab *Mu’jizatun Wa’ajaibun Min al-Qur’anil Karim*:

القران كتاب سماوي أوحى به الله تعالى الى نبينا محمد خاتم الأنبياء والمرسلين ليكون رحمة للعلمين.

Al-Qur’an adalah kitab samawi yang diwahyukan Allah kepada Nabi Muhammad yaitu Nabi akhir zaman sebagai rahmat seluruh alam.<sup>13</sup>

Sedangkan menurut Muhammad as-Sayid Arnaut dalam kitab *Al-I’jazul ‘Ilmi Fil-Qur’anil Karim*:

والقران: هو كلام الله الذى لا يأتیه الباطل من بين يديه ولا من خلفه انزله الله تعالى على رسوله محمد صلى الله عليه و سلم على لسان جبريل عليه السلام فى ثلاث و عشرين سنة.

Al-Qur’an adalah kalam Allah yang tidak akan mendatangkan kebatilan diantara kuasaNya dan sekitarNya yang telah Allah

---

<sup>12</sup> Rafi Ahmad Fidai, *Concise History Of Muslim Word*, (New Delhi: Kitab bhavan, 1997), hlm. 47.

<sup>13</sup> Muhammad Abdur Rahim, *Mu’jizatun Wa’ajaibun Minal al-Qur’anil Karim*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1995), hlm.13.

turunkan kepada Nabi Muhammad saw melalui lisan Jibril a.s selama 23 tahun.<sup>14</sup>

Dengan demikian yang dimaksud motivasi membaca Al-Qur'an adalah keseluruhan daya penggerak dalam diri seseorang yang dapat mendorong seseorang dalam melakukan aktivitas menjaga atau melafalkan serta memahami apa yang ada dalam kalam Allah (Al-Qur'an) yang merupakan mu'jizat yang diturunkan kepada Nabi Muhammad dengan perantara malaikat Jibril sampai kepada kita secara *mutawatir* dan membacanya merupakan ibadah.

b. Ciri-ciri Motivasi

Perlu diketahui bahwa dalam motivasi terdapat ciri-ciri. Motivasi yang ada pada setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut:<sup>15</sup>

- 1) Tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus-menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai),
- 2) Ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapainya,
- 3) Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah,
- 4) Lebih senang bekerja mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain,

---

<sup>14</sup> Muhammad as-Sayid Arnaut, *Al-I'jazul 'Ilmi Fil-Qur'anil Karim*, (tpp: Madbuli, t.t), hlm. 14.

<sup>15</sup> Sardiman, *Intraksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, hlm. 83.

- 5) Cepat bosan pada tugas- tugas yang rutin (hal- hal yang bersifat mekanis, berulang- ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif),
- 6) Dapat mempertahankan pendapat,
- 7) Tidak mudah melepaskan hasil yang diyakini,
- 8) Senang mencari dan memecahkan masalah soal- soal.

c. Macam-Macam Motivasi

Secara umum motivasi di bagi atas 2 macam yaitu: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.<sup>16</sup>

- 1) Motivasi instrinsik, yaitu motivasi yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Misalnya : seorang siswa melakukan belajar, karena ingin mendapatkan pengetahuan, nilai atau ketrampilan agar dapat berubah tingkah lakunya secara konstruktif, tidak karena tujuan yang lain-lain,
- 2) Motivasi ekstrinsik, yaitu motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Misalnya seorang siswa belajar karena tahun besok paginya akan ujian dengan harapan mendapatkan nilai baik, sehingga akan dipuji temannya. Jadi belajar bukan karena ingin mengetahui sesuatu, tetapi ingin mendapatkan nilai yang baik, atau agar mendapatkan hadiah.

d. Fungsi Motivasi Membaca Al-Qur'an

Peranan yang khas dari motivasi adalah dalam hal penumbuhan gairah, merasa senang, dan semangat untuk

---

<sup>16</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1998), hlm. 72.



membaca Al-Qur'an. Santriwati yang memiliki motivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk membaca Al-Qur'an.<sup>17</sup>

Menurut Sardiman fungsi motivasi antara lain sebagai berikut :<sup>18</sup>

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang di kerjakan,
- 2) Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak di capai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus di kerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya,
- 3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus di kerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Pendapat hampir senada juga diungkapkan Alisuf Sabri, bahwa fungsi motivasi adalah sebagai berikut:<sup>19</sup>

- 1) Pendorong orang untuk berbuat dalam mencapai tujuan,
- 2) Penentu arah perbuatan yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai,
- 3) Penseleksi perbuatan sehingga perbuatan orang yang mempunyai motivasi senantiasa selektif dan tetap terarah kepada tujuan yang ingin dicapai.

---

<sup>17</sup> Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, hlm. 75.

<sup>18</sup> Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, hlm. 85.

<sup>19</sup> M. Alisuf Sabri, *Psikologi Pendidikan: Berdasarkan Kurikulum Nasional IAIN Fakultas Tarbiyah*, (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 2007), hlm. 86.

Dalam perumusan mengenai tingkah laku bermotivasi tersebut dapat diketahui unsur-unsurnya yaitu kebutuhan yang merupakan dasar dari adanya motif, kemudian diwujudkan dalam tingkah laku atau aktifitas dan diarahkan untuk mencapai tujuan, yang mana hal tersebut dilakukan berulang-ulang atau sesering mungkin apabila hal tersebut memuaskan. Antara kebutuhan, tingkah laku atau perbuatan, tujuan dan kepuasan terdapat hubungan dan kaitan yang erat. Setiap perbuatan atau aktifitas disebabkan oleh motivasi. Adanya motivasi karena seseorang merasakan adanya kebutuhan dan untuk mencapai tujuan.

Jadi motivasi merupakan suatu hal yang harus dimiliki oleh seseorang, karena tanpa motivasi seseorang tidak akan punya semangat untuk melakukan suatu kegiatan. Di samping itu suatu kegiatan atau pekerjaan yang dilakukan tanpa adanya motivasi tentu saja tidak akan memperoleh hasil yang maksimal, begitu juga dalam hal membaca Al-Qur'an.

## **2. Ketenangan Jiwa**

### **a. Pengertian ketenangan jiwa**

Kata ketenangan jiwa terdiri dari kata ketenangan dan jiwa. Sedangkan kata ketenangan berasal dari kata *tenang* yang mendapat imbuhan awalan ke dan akhiran an, *tenang* berarti diam tak berubah-ubah (diam dan tidak bergerak-gerak), tidak gelisah, tidak rusuh, tidak kacau, tidak ribut,

aman dan tenang tentang perasaan hati, keadaan dan sebagainya, tenang, ketenteraman hati, batin dan pikiran.<sup>20</sup>

Sedangkan jiwa adalah seluruh kehidupan batin manusia yang menjadi unsur kehidupan, daya rohaniyah yang abstrak yang berfungsi sebagai penggerak manusia dan menjadi simbol kesempurnaan manusia (yang terjadi dari hati, perasaan dan pikiran dan angan-angan). Kata ketenangan jiwa dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri, dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan serta dengan lingkungan dimana ia hidup sehingga orang dapat menguasai faktor dalam hidupnya dan menghindarkan tekanan-tekanan perasaan yang membawa faktor frustrasi.<sup>21</sup>

Jadi ketenangan jiwa/kesehatan mental adalah kesehatan jiwa atau kesehatan mental, karena orang yang jiwanya tenang, tenang berarti orang tersebut mengalami keseimbangan di dalam fungsi-fungsi jiwanya atau orang yang tidak mengalami gangguan kejiwaan sedikit pun sehingga dapat berfikir positif, bijak dalam menghadapi masalah mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi serta mampu merasakan kebahagiaan hidup.

Hal tersebut sesuai dengan pandangan Zakiah Darajat bahwa kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan

---

<sup>20</sup> Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 1993), hlm. 927.

<sup>21</sup> Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), hlm. 11-12.

yang sungguh-sungguh antara faktor jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.<sup>22</sup>

Kartini Kartono mengatakan, bahwa mental *hygiene* memiliki tema sentral yaitu: bagaimana orang memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh macam-macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa dalam pengertian tidak terganggu oleh macam-macam ketegangan, kekuatan serta konflik.<sup>23</sup>

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

Imam ghazali dalam kitab *Ihya' 'Ulumuddin* berpendapat bahwa:

النفس هي اللطيفة التي ذكرنا ها ، التي هي الإنسان بلحقيقة ، وهي نفس الإنسان وذاته ، ولكنها توصف بأوصاف مختلفة بحسب اختلاف أحوالها .

---

<sup>22</sup> Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, hlm. 13.

<sup>23</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: mandiri Maju, 1989), hlm. 4.

فإذا سكنت تحت الأمر ، وزايلها الاضطراب بسبب معارضة الشهوات ،  
سميت النفس المطمئنة.

Jiwa yang halus (*lathifah*), dimana pada hakikatnya itulah manusia, yaitu: diri manusia dan zatnya. Tetapi disifatkan dengan bermacam-macam sifat, menurut bermacam-macam keadaannya. Apabila dia itu tenang, dibawah perintah dan jauh dari kegoncangan disebabkan penantangan nafsu syahwat, maka dinamakan : *nafsu muthmainnah* (diri atau jiwa yang tenang).<sup>24</sup>

Jiwa yang tenang (*muthmainnah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari prilaku, sikap dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru untuk bersikap apriori dan berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi.<sup>25</sup>

Jadi orang yang tenang jiwanya adalah orang yang fungsi-fungsi jiwanya dapat berjalan secara harmonis dan serasi sehingga memunculkan kepribadian yang integrasi dengan baik dapat dengan mudah memulihkan macam-macam ketegangan dan konflik-konflik batin secara spontan dan

---

<sup>24</sup> Imam Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin*, (Beirut: al-Fikr, t.t), hlm. 7.

<sup>25</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Jogyakarta: PT. Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm. 458.

otomatis, dan mengatur pemecahannya menurut prioritas dan hirarkinya, sehingga dengan mudah akan mendapatkan keseimbangan batin dan jiwanya ada dalam keadaan tenang seimbang.

b. Karakteristik Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa merupakan sesuatu yang sangat pokok dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu kehadirannya akan sangat didambakan oleh setiap orang. Di dalam kehidupan sehari-hari, ada orang yang hidup kaya raya dengan segala kebutuhan terpenuhi, tetapi berantakan, jauh dari kasih sayang dan gersang dari nilai-nilai keagamaan. Sebaliknya ada keluarga yang hidup pas-pasan, sederhana dan tidak melimpah secara materi, tetapi hidupnya tenang, bahagia dan penuh kasih sayang, keluarganya terbina dengan rapi dan taat dalam menjalankan perintah agama.<sup>26</sup> Dari fenomena ini dapat diketahui bahwa ada aspek psikologi yang sangat berperan dalam kehidupan manusia yaitu kondisi ketenangan jiwa.

Untuk mengetahui seseorang tenang jiwanya tidaklah mudah, karena tidak dapat diukur, diperiksa, atau dilihat dengan alat-alat seperti halnya kesehatan badan. Biasanya yang dijadikan bahan penyelidikan atau tanda-tanda ketenangan jiwa adalah tindakan, pikiran, tingkah laku atau perasaan, karena seseorang dikatakan tidak tenang jiwanya

---

<sup>26</sup> Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, hlm. 15.

apabila terjadi kegoncangan emosi atau terdapat kelainan pada tingkah laku atau tindakannya. Namun demikian ada beberapa pendapat yang mengemukakan tentang kriteria yang menjadi syarat bagi ketenangan jiwa.

Menurut Abdul Mujid, ada beberapa ciri yang menjadi tolak ukur ketenangan jiwa yaitu: Kondisi jiwa yang tenang dan tenteram dapat digambarkan tiga bentuk, yaitu:<sup>27</sup>

- 1) Adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman. Misalnya, jika ia terkena musibah maka musibah itu diserahkan dan dikembalikan kepada Allah Swt. Dan bersikap bersahaja dalam menghadapi sesuatu, sebab sesuatu yang dibenci terkadang memiliki nilai baik, sementara sesuatu yang disenangi memiliki nilai buruk.
  - 2) Kemampuan individu dalam bersabar menghadapi persoalan-persoalan hidup yang berat, misalnya cobaan akan ketakutan dan kemiskinan.
  - 3) Kemampuan individu untuk optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan, sebab setiap ada kesulitan pasti akan datang kemudahan.
- Sedangkan menurut Hakim, karakteristik ketenangan

jiwa adalah:<sup>28</sup>

- 1) Jiwanya tidak berontak (rileks)
- 2) Dapat menerima kenyataan sebagaimana adanya (pasrah)
- 3) Selalu bereaksi positif dalam menghadapi setiap masalah

---

<sup>27</sup> Abdul Mujid & Jusuf Mudzakkir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), hlm. 139.

<sup>28</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hlm. 35.

- 4) Mampu menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan, masyarakat, dan norma-norma yang berlaku di masyarakat
- 5) Memahami kelebihan dan kelemahan diri pribadi maupun menjalani kehidupan sesuai dengan batas-batas kemampuan diri,
- 6) Hidup harus sesuai dengan ajaran agama.

Dari pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik ketenangan jiwa adalah adanya kemampuan seseorang dalam menghadapi problem, dapat menerima kenyataan sebagaimana adanya (pasrah kepada Allah Swt), tawakal, sabar, selalu ingat kepada Allah Swt sehingga hati akan merasakan ketentraman, dan kedamaian. Ketentraman ini akan menimbulkan sikap hidup yang tenang dan akan hilang kegelisahan, keraguan, ketakutan dan rasa putus asa.

c. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Ketenangan Jiwa

Faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa itu secara garis besar ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. *Faktor internal* ini antara lain meliputi: kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagamaan, sikap menghadapi program hidup, kebermaknaan hidup, dan keseimbangan dalam berfikir. Adapun yang termasuk faktor eksternal antara lain:



keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya.<sup>29</sup>

Menurut Daradjat kedua faktor di atas, yang paling dominan adalah faktor eksternal. Ia mengungkapkan bahwa ketenangan jiwa itu tidak banyak tergantung pada faktor-faktor luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya. Akan tetapi lebih tergantung pada cara dan sikap menghadapi faktor tersebut. Meskipun demikian, menurut hemat peneliti keduanya sama-sama penting dan sangat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa sehingga perlu sekali untuk diperhatikan. Dengan memperhatikan kedua hal tersebut maka akan terjadi keseimbangan yang pada akhirnya ketenangan jiwa yang baik dapat dicapai.

### **3. Pengaruh Motivasi Membaca Al-Qur'an Terhadap Ketenangan Jiwa Santriwati Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang.**

Motivasi merupakan sesuatu yang harus ada pada setiap manusia dan sesuatu yang mutlak dalam berbuat. Dalam bertingkah laku, motivasi atau dorongan datang dari kita sendiri, orang lain mungkin dapat memberikan ilham, pengaruh, ataupun memerintahkan kita melakukan sesuatu, namun yang menjadi

---

<sup>29</sup> Zakiyah Daradjat, *Islam Untuk Disiplin Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan 1*, (Jakarta: Direktorat Jenderal Kelembagaan Agama Islam, 2002), hlm. 9.

motivasi adalah diri kita sendiri yang menentukannya. Motivasi yang datang dari diri sendiri, membangkitkan kegairahan, energi, serta kemauan untuk membuat perubahan menuju perbaikan kualitas diri.

Berkaitan dengan hal tersebut di atas, para santriwati dalam membaca Al-Qur'an pada umumnya mempunyai kesadaran terhadap dirinya, walaupun itu merupakan salah satu tata tertib yang harus di laksanakan oleh para santri. Motivasi merupakan sesuatu yang sangat penting, serta mempunyai peranan dan pengaruh yang besar terhadap diri manusia, karena motivasilah yang akan menentukan sesuatu arah.

Dari hasil penelitian, para santriwati Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah dalam membaca Al-Qur'an, selain memenuhi suatu kewajiban juga mempunyai tujuan agar mendapatkan ridha Allah SWT dan ingin mendapatkan rasa kedekatan dengan Allah SWT. Oleh karena apabila tidak melaksanakan merasa rugi. Tentunya dengan semua itu, mempunyai pengaruh dalam diri yang membaca Al-Qur'an tersebut. Sesuatu yang dilakukan dengan niat baik akan memperoleh sesuatu yang baik pula. Begitupun sebaliknya.

Al-Qur'an adalah kitab suci yang diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad saw, sebagai salah satu rahmat yang tidak ada taranya. Setiap mukmin yakni, bahwa membaca Al-Qur'an saja sudah termasuk amal yang sangat mulia. Al-Qur'an adalah sebaik-baiknya bacaan, baik di kala senang maupun di kala

susah. di kala gembira ataupun di kala sedih. Malah Al-Qur'an itu juga menjadi obat dan penawar bagi orang yang gelisah jiwanya.

Fungsi dan tujuan dari pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an adalah memberikan penyembuhan atau pengobatan terhadap penyakit kejiwaan (mental), bahkan dapat juga untuk penyakit spiritual dan fisik. Membaca Al-Qur'an secara tartil (sebagai amalan dan wirid) akan menghasilkan potensi pencegahan, perlindungan, dan penyembuhan terhadap penyakit psikologis pada umumnya. Artinya segala bentuk yang menjadi penyebab terganggunya eksistensi kejiwaan (mental) akan hilang dan menyetatkan kejiwaan (mental) spiritual maupun fisik.

Akan tetapi, tidaklah berarti bahwa dengan kelegaan jiwa itu, orang tidak akan pernah mengalami halangan atau rintangan dalam memenuhi bermacam-macam kebutuhan, dan dalam menghadapi halangan-halangan dalam hidupnya sehari-hari. Sesungguhnya orang yang sehat jiwanya, adalah orang yang mampu menghadapi halangan-halangan itu dan dapat menyelesaikan persoalan dengan cara yang menyenangkan dirinya dan diterima oleh masyarakat.

Dengan demikian, ciri-ciri orang yang sehat jiwanya antara lain, kemampuannya untuk tegap menantang kegoncangan, tekanan, dan berbagai hambatan, tanpa terganggu keseimbangannya, tidak kacau pikirannya.

Sedangkan aktifitas yang dilakukan santriwati khususnya membaca Al-Qur'an di Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah diharapkan bisa menjadi penerang jiwa dan pembentukan pribadi yang berakhlak karimah dan bisa menjadi suri tauladan bagi masyarakat umum.

Membaca Al-Qur'an di Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah dilaksanakan secara rutin setiap setelah shalat subuh dan shalat dzuhur. Disamping membentuk santri yang taat kepada Allah SWT juga mengemban misi yang mulia yaitu membentuk pribadi yang baik para khususnya yang dapat membaca pengaruh yang positif bagi masyarakat pada umumnya.

Dengan membaca Al-Qur'an yang dilakukan setiap hari dipondok tersebut oleh para santriwati ternyata mempunyai pengaruh dalam terhadap kepribadian santri dan masyarakat, hal ini dapat dilihat dari pola kehidupan santri sehari-hari para santri yang selalu mencerminkan tingkah laku dan sikap yang islami.

Pengaruh yang fundamental ketika seorang santri melakukan rutinitas membaca Al-Qur'an adalah ia akan mendapatkan ketenangan jiwa dan kedamaian hati, jika jiwa dalam keadaan tenang, maka ketika seorang santriwati terkena suatu masalah ia akan menyikapinya dengan tenang pula, sehingga ia akan mendapatkan jalan keluar yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Jika seorang santriwati sering membaca Al-Qur'an diluar waktu yang telah ditentukan pondok pesantren seperti membaca Al-Qur'an yang telah

ditentukan oleh pondok pesantren maka lama kelamaan membaca Al-Qur'an dapat mewujudkan keharmonisan jiwa dan tingkah laku positif, dari hal tersebut santriwati yang sering membaca Al-Qur'an diluar waktu yang telah ditentukan pondok pesantren seperti membaca Al-Qur'an yang telah ditentukan oleh pondok pesantren, lama kelamaan shalat tahajud menjadi suatu kebutuhan, sehingga membaca Al-Qur'an dapat mewujudkan keharmonisan jiwa dan tingkah laku positif. Dan hal tersebut santriwati yang rutin dalam membaca Al-Qur'an, merasa tidak dipaksa akan tercermin kalau secara fisik dapat dilihat dan tingkah yang berakhlakul karimah, kalau secara psikis dapat dilihat dari keimanan, ketakwaan dan juga rasa tawakal pada Allah SWT

## **B. Kajian Pustaka**

Dalam kajian pustaka ini penulis akan mendeskripsikan beberapa karya yang ada relevannya dengan judul yang penulis buat. Dari sini penulis memaparkan beberapa kesimpulan skripsi yang dijadikan sandaran teori dan sebagai perbandingan dalam mengupas berbagai permasalahan dalam penelitian ini, sehingga memperoleh hasil penemuan baru yang betul-betul otentik, diantaranya penulis paparkan sebagai berikut:

1. Skripsi yang ditulis oleh Yun Surni Bashiroh (4101012) Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Tahun 2007 yang berjudul "Pengaruh Bacaan Al-Qur'an Terhadap Ketenangan Jiwa Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren As-Sanusiah Pandeglang Banten)" yang menyimpulkan bahwa tingkat pengaruh membaca

Al-Qur'an yang di lakukan oleh santri di pondok pesantren Al-Quraniyyas as-Sanusiyyah cukup tinggi. Jadi terdapat pengaruh positif yang sangat signifikan antara bacaan Al-Quran terhadap ketenangan jiwa santri Pondok Pesantren Al-Quraniyyah as-Sanusiyyah Pandeglang – Banten, yang berarti semakin tinggi minat baca Al-Quran semakin tinggi pula kecenderungan terhadap ketenangan jiwa yang dimunculkan. Sehingga terbentuk santri yang berakhlakul karimah dengan kadar keimanan dan ketaqwaan yang tinggi.<sup>30</sup>

2. Skripsi yang ditulis oleh Siti Aslamah (310160) Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Tahun 2008 yang berjudul “Pengaruh Pembiasaan Tadarus Al Qur'an Terhadap Kedisiplinan Belajar PAI Siswa di SMA YATPI Godong Grobogan” yang menyimpulkan bahwa adanya hubungan fungsionalnya (pengaruh) positif yang signifikan. Sehingga hasil akhir dari penelitian ini terdapat pengaruh antara pembiasaan tadarus Al-Qur'an terhadap kedisiplinan belajar PAI siswa di SMA YATPI Godong Grobogan.<sup>31</sup>
3. Skripsi yang ditulis oleh Muhammad Luqman (4100062) Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Tahun 2006 yang berjudul “Dampak

---

<sup>30</sup> Yun Surni Bashiroh, “Pengaruh Bacaan Al-Qur'an Terhadap Ketenangan Jiwa Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren As-Sanusiah Pandeglang Banten)”, *Skripsi* (Semarang: Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, 2007).

<sup>31</sup> Siti Aslamah, “Pengaruh Pembiasaan Tadarus Al Qur'an Terhadap Kedisiplinan Belajar PAI Siswa di SMA Yatpi Godong Grobogan”, *Skripsi* (Semarang: Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo, 2008 ).

Rutinitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Analisis di Pondok Pesantren Al-Asy'ariyah. Kalibeber Mojotengah-Wonosobo)" yang menyimpulkan bahwa dampak rutinitas santri Al-Asy'ariyah dalam membaca Al-Qur'an terhadap kesehatan mental adalah meningkatnya aktifitas ubudiyah santri baik yang bersifat wajib maupun sunnah, terbentuknya santri yang berakhlakul karimah dengan kadar keimanan dan ketaqwaan yang tinggi.<sup>32</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang telah ada adalah terletak pada variabel penelitiannya, yaitu membaca Al-Qur'an mempengaruhi ketenangan jiwa, akan tetapi penelitian ini lebih fokus terhadap motivasinya membaca Al-Qur'an pengaruhnya terhadap ketenangan jiwa, dan latar belakang dari respondennya pun penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah ada.

### **C. Rumusan Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.<sup>33</sup> Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, hipotesis adalah jawaban yang masih bersifat

---

<sup>32</sup> Muhammad Luqman, "Dampak Rutinitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Analisis di Pondok Pesantren Al-Asy'ariyah. Kalibeber Mojotengah-Wonosobo)", *Skripsi* (Semarang: Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Tahun 2006).

<sup>33</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV Alfabeta, 2008), hlm. 96.

sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>34</sup>

Adapun hipotesis yang penulis ajukan pada skripsi ini yaitu “ada pengaruh positif motivasi membaca Al-Qur’an terhadap ketenangan jiwa santriwati Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang”.

---

<sup>34</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 71.