

**PENGARUH INTENSITAS MENGIKUTI *DZIKIR BURDAH*
TERHADAP KESEHATAN MENTAL SANTRI PONDOK
PESANTREN AL FITHRAH METESEH SEMARANG**



SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)
Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

MUHAMMAD THOSIMIN
NIM. 091111037

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

2014



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus III) Ngaliyan Telp./Fax. (024) 7606405
Semarang 50185

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (lima) Eksemplar
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth:
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
IAIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Muhammad Thosimin
Nim : 091111037
Fak. / Jur. : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul skripsi : **Pengaruh Intensitas Mengikuti Dzikir *Burdah* Terhadap Kesehatan Mental Santri Pondok Pesantren Al Fithrah Meteseh Semarang**

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Bidang Substansi Materi

Komarudin, M. Ag

NIP. 19680413 20 00031 001

Semarang, 17 Juni 2014
Pembimbing,
Bidang Metodologi dan Tata tulis

Widayat Mintarsih, M. pd

NIP. 19690901 200501 2 001

PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH INTENSITAS MENGIKUTI DZIKIR *BURDAH* TERHADAP
KESEHATAN MENTAL SANTRI PONDOK PESANTREN AL FITHRAH
METESEH SEMARANG**

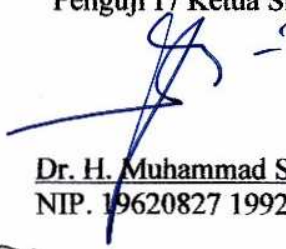
Disusun oleh :

Muhammad Thosimin
NIM: 091111037

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 24 Juni 2014
Dan dinyatakan telah **LULUS** memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

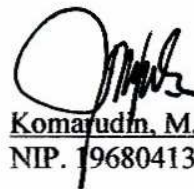
Penguji I / Ketua Sidang



Dr. H. Muhammad Sulthon, M.,Ag.
NIP. 19620827 199203 1001

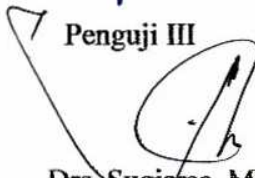


Penguji II / Sekretaris Sidang



Komarudin, M. Ag
NIP. 19680413 20 00031 001

Penguji III



Drs. Sugiarto, M.Si
19571013 198601 1001

Penguji IV



Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si
19750205 200604 2003

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan 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 lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dari daftar pustaka.

Semarang, 5 Juni 2014

Muhammad Thosimin
NIM: 091111037

MOTTO



(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.

(QS. Ar-Ra'du ayat 28)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim,,,,,

Dengan penuh kerendahan hati skripsi ini penulis persembahkan untuk :

- Ayahanda (Kastubi) dan Bunda (ngatinem) tercinta terima kasih untuk setiap tetes keringat, air mata dan kasih sayang yang tulus serta doa yang selalu dipanjatkan yang tiada henti kepadaku .
- Kepada ke-3 saudaraku mas moh (matrokim), mbak Qori'ah, mas shoqi luthfi yang memberikan motivasi selalu serta keponakanku: edi pramono, dwi kirana dan rahmat sapon yang bisa menghiburku.
- Kepada orang-orang yang selalu menjunjung tinggi agama Islam serta mengajarkan arti kehidupan, kesederhanaan, keikhlasan, kesabaran dan kerendahan hati bagi penulis, jazakumullah khairan katsiran telah mengiringi langkah selama menuntut ilmu di IAIN Walisongo Semarang.
- Sahabat pandawa limo yang telah mendukung pembuatan skripsi.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas rahmat, hidayah, dan pertolongan-Nya perjuangan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul **Pengaruh Intensitas Mengikuti Dzikir *Burdah* Terhadap Kesehatan Mental Santri Pondok Pesantren Al Fithrah Meteseh Semarang.**

Dengan terselesainya skripsi ini, penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini baik secara materiil dan spiritual kepada :

1. Prof. Dr. H. Muhibbin, M. Ag selaku Rektor IAIN Walisongo Semarang.
2. Dr. H. Muhammad Sulthon, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Hj. Mahmudah, S. Ag, M. Pd dan Bapak Safrodin, M. Ag selaku ketua dan sekretaris jurusan BPI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Komarudin M. Ag, selaku wali studi yang selalu membimbing dan memberikan motivasi kepada penulis selama belajar di IAIN Walisongo Semarang.
5. Ibu Widayat Mintarsih M pd, selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan pengarahan hingga terselesainya skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis, semoga bermanfaat bagi penulis.
7. Seluruh pengurus pondok pesantren Al Fihrah meteseh Semarang yang telah memberikan bantuan berupa data-data penelitian kepada penulis secara lengkap.
8. Ayahanda kastubi dan bunda ngatinem tercinta yang selalu mendo'akan dan memberi restu serta melimpahkan curahan kasih sayang yang tiada henti demi kesuksesan pendidikan putra *bungsu*.

9. Saudaraku mas moh, mbak qoriah dan mas luthfi yang turut serta memberikan motivasi, bantuan biaya kuliah dan saran-sarannya bagi penulis.
10. Siti nurul iffah farida yang senantiasa memberikan motivasi kepada penulis, serta membimbing penulis untuk menjadi lebih baik.
11. Sahabatku di BPI 2009 khususnya sholihin, sahabat-sahabat di KORDA'IS, sahabat-sahabat HMJ BPI, sahabat-sahabat PMII Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang, warga RW 11 ketileng dan RW 6 krapyak, serta pengurus pondok pesantren Al Fithrah meteseh semarang yang selalu memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini. Atas jasa mereka semua, penulis ucapkan *jazakumullah khairan katsiran*.

Dengan penuh ketulusan hati, penulis memanjatkan do'a kehadiran *Ilahi Rabbi* semoga semua amal kebaikan mereka diterima dan mendapatkan balasan disisi Allah. Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai sempurna dalam artian seluruhnya. Namun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semarang, Juni 2014

Penulis

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – LATIN

Huruf Arab	Huruf Latin	Huruf Arab	Huruf Latin
ا	-	ط	ṭ
ب	b	ظ	ẓ
ت	t	ع	‘
ث	ṡ	غ	gh
ج	j	ف	f
ح	ḥ	ق	q
خ	kh	ك	k
د	d	ل	l
ذ	ẓ	م	ḥ
ر	r	ن	n
ز	z	و	w
س	s	ه	h
ش	sy	ء	’
ص	ṡ	ي	y
ض	ḍ		

ABSTRAK

Muhammad Thosimin (091111037) Penelitian ini berjudul Pengaruh Intensitas Mengikuti Dzikir *Burdah* Terhadap Kesehatan Mental Santri Al Fithrah Meteseh Kecamatan Tembalang Semarang (Skripsi). Semarang: Program Strata I Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang, 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh intensitas mengikuti Dzikir *Burdah* (X) Terhadap Kesehatan mental (Y) Santri Al Fithrah Meteseh Kecamatan Tembalang Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif karena data-data yang diperoleh berupa data numerik dan pengolahan datanya dengan menggunakan statistik. Subyek penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 30 responden. Pengumpulan data X dan Y menggunakan skala dan dalam kajian hipotesis penulis menggunakan analisis regresi sederhana.

Uji hipotesis yang peneliti ajukan adalah adanya pengaruh intensitas mengikuti dzikir *burdah* terhadap kesehatan mental. Semakin tinggi intensitas mengikuti dzikir *burdah* semakin tinggi pula kesehatan mentalnya begitu pula sebaliknya, semakin rendah intensitas mengikuti dzikir *burdah* maka semakin rendah pula kesehatan mentalnya.

Hasil dari intensitas mengikuti dzikir *burdah* dan kesehatan mental Al-Fitrah Meteseh Semarang. Pada variabel intensitas mengikuti dzikir *burdah* pada santri pondok pesantren Al-Fitrah Meteseh Semarang diperoleh mean (rata-rata) sebesar 61,5. Sedangkan untuk variabel kesehatan mental diperoleh mean (rata-rata) sebesar 51,5.

Berdasarkan dari hasil perhitungan dengan menggunakan rumus regresi sederhana diperoleh harga $F_{reg} = 15,244$ lebih besar dari taraf signifikansi $5\% = 0,361$ maupun $1\% = 0,463$ pada $N = 30$. Dengan demikian uji hipotesis tersebut menunjukkan hasil positif yaitu menyatakan bahwa terdapat pengaruh intensitas mengikuti dzikir *burdah* terhadap kesehatan mental artinya semakin tinggi intensitas mengikuti dzikir *burdah* maka semakin tinggi kesehatan mentalnya atau sebaliknya jika semakin rendah intensitas mengikuti dzikir *burdah* maka semakin rendah pula kesehatan mentalnya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	ix
ABSTRAKSI	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
1.4 Tinjauan Pustaka	6
1.5 Sistematika Penulisan Skripsi	8
BAB II KERANGKA TEORITIK INTENSITAS DZIKIR <i>BURDAH</i> DAN KESEHATAN MENTAL	
2.1 Konsep Dakwah	11
2.1.1. Pengertian Dakwah	11

2.1.2. Unsur Dakwah.....	12
2.2 Intensitas mengikuti dzikir <i>burdah</i>	17
2.2.1 Pengertian dzikir	17
2.2.2 Macam-macam dzikir	21
2.2.3 Manfaat dzikir.....	22
2.3 Kesehatan mental	25
2.3.1 Pengertian kesehatan mental.....	25
2.3.2 Aspek kesehatan mental	26
2.3.3 Prinsip mendapatkan kesehatan mental	27
2.4 Relasi Antara Dakwah dan Intensitas Mengikuti Dzikir Terhadap Kesehatan mental	29
2.4.1. Dzikir Sebagai Metode Dakwah.....	29
2.4.2. relasi intensitas dzikir dengan kesehatan mental.....	30
2.5 Hipotesis.....	32

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Metode Penelitian.....	35
3.2 Variabel penelitian.....	35
3.3 Definisi Konseptual dan Operasional.....	36
3.3.1 Definisi Konseptual	36
3.3.2 Definisi Operasional	37
3.4 Sumber dan Jenis Data	39
3.5 Populasi dan sampel.....	39
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.7 Uji validitas dan reabilitas.....	44
3.8 Teknik Analisis Data.....	49
3.8.1 Analisis Pendahuluan.....	49
3.8.2 Analisis Uji Hipotesis	49
3.8.3 Analisis Lanjutan	50

BAB IV	GAMBARAN UMUM PONDOK PESANTREN AL FITHRAH	
	METESEH SEMARANG	
4.1	Sejarah Berdirinya Al Fithrah Meteseh Semarang.....	51
4.2	Lambang dan Arti Al Fithrah	52
4.3	Struktur Organisasi Al Fithrah Meteseh Semarang.....	53
4.4	Visi, Misi, Al Fithrah Meteseh Semarang.....	54
4.5	Pelaksanaan Dzikir <i>Burdah</i> Santri Al Fithrah Meteseh Semarang ..	55
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN INTENSITAS DZIKIR <i>BURDAH</i> DAN	
	KESEHATAN MENTAL	
5.1	Deskripsi Data Hasil Penelitian	58
5.1.1	Data Hasil Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	58
5.1.2	Data Hasil Skala Kesehatan mental	63
5.2	Uji normalitas dan heterokedatisitas.....	68
5.3	Analisis Uji Hipotesis.....	70
5.4	Analisis Lanjutan	72
5.5	Pembahasan Hasil Penelitian	73
BAB VI	PENUTUP	
6.1	Kesimpulan	76
6.2	Saran.....	77
6.3	Penutup.....	78
	DAFTAR PUSTAKA	
	LAMPIRAN	
	BIODATA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Skor Aitem dalam Skala Untuk Masing-Masing Opsi	41
Tabel 2	Blue Print Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	42
Tabel 3	Blue Print Skala Kesehatan Mental.....	43
Tabel 4	Blue Print Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	45
Tabel 5	Sebaran Aitem Blue Print Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	46
Tabel 6	Blue Print Skala Kesehatan Mental.....	47
Tabel 7	Blue Print Skala Kesehatan Mental.....	48
Tabel 8	Nilai Skor Akhir Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	59
Tabel 9	Nilai Skor Akhir Skala Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	60
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Skor Mean Dzikir <i>Burdah</i>	62
Tabel 11	Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase) Intensitas Mengikuti Dzikir <i>Burdah</i>	63
Tabel 12	Nilai Skor Akhir Skala Kesehatan Mental	64
Tabel 13	Nilai Skor Akhir Skala kesehatan mental.....	65
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Skor Mean kesehatan mental.....	66
Tabel 15	Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase) kesehatan mental.....	67