

**PENGARUH ZIKIR ASMAUL HUSNA TERHADAP *SELF*  
*AWARENESS* ANAK ASUH PANTI ASUHAN DARUL  
HADLONAH SEMARANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**MARIA ULFA**  
**NIM: 124411030**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2016**

**PENGARUH ZIKIR ASMAUL HUSNA TERHADAP *SELF AWARENESS*  
ANAK ASUH PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH SEMARANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata I (S.I)  
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

**MARIA ULFA**

**NIM: 1244411030**

Semarang, 27 Juni 2016

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Dr. Sulaiman Al Kumayyi, M.Ag

NIP. 197306272003121003

Pembimbing II

Sri Rejeki S. Sos. I. M. Si

NIP. 197903042006042001

**PENGESAHAN**

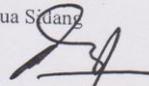
Skripsi saudara : Maria Ulfa, - Nomor Induk Mahasiswa: 124411030 telah di munaqasahkan oleh dewan penguji Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, pada tanggal :

**03 Juni 2016**

dan dapat diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana strata satu (S.1) dalam ilmu Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP).

Semarang, 24 Juni 2016

Ketua Sidang



Zainul Adzfar, M.Ag

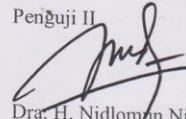
NIP.19730826 200212 1 002

Penguji I



Dra.Hj. Siti Munawaroh Thowaf, M.Ag  
NIP. 19510808 197703 2 001

Penguji II



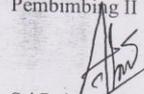
Dra. H. Nidloman Niam, M.Ag  
NIP. 19580809 199503 1 001

Pembimbing I



Dr. H. Sulaiman, M.Ag  
NIP. 19730627 200312 1 003

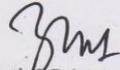
Pembimbing II



Sri Rejeki, Sos.I, M.Si  
NIP. 19790304 200604 2 001



Sekretaris Sidang



Fitriyati, S.Psi, M.Si  
NIP. 19690725 200501 2 002

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 1 (satu) berkas

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

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

Nama : Maria Ulfa

NIM : 124411030

Fak/ Jurusan : Ushuluddin dan Humaniora/ Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : **PENGARUH ZIKIR ASMAUL HUSNA TERHADAP SELF AWARENESS ANAK ASUH PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH SEMARANG.**

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

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 24 Mei 2016

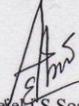
Pembimbing I



Dr. H. Sulaiman, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1 003

Pembimbing II



Sri Rejeki S. Sos. I. M. Si

NIP. 19790304 200604 2001

## **MOTTO**

### **SATU HARI SATU KESADARAN<sup>1</sup>**

(Jika motto ini terpatri dalam benak hati dan dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, maka orang akan berjuang untuk melihat dengan hati, mendengar dengan hati, dan merasakan apapun dalam hati. Maka sinyal-sinyal Tuhan akan kita raih dan jadilah ia sebagai kekuatan pendorong bagi manusia untuk menjadi manusia yang sadar dan berfungsi sepenuhnya).

---

<sup>1</sup> Ridwan, *MY Motivate Your Self*, Alfath Offset, Yogyakarta, 2005, h. 98

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orangtua saya, motivator sepanjang masa, terutama ibunda tercinta. Saya persembahkan gelar yang akan ku raih hanya untukmu Ibuku sayang. Berkat doa mu dan semangat darimu lah penulis bisa menyelesaikan kuliah ini. Tiada kata yang bisa aku tulis untuk *jenengan* yang beberapa bulan lalu telah berpulang kecuali hanya panjatan do'a semoga Allah kiranya senantiasa menyayangi dan menempatkan *panjenengan* di tempat paling indah, Surga Allah. *Insyā Allah*. Semoga perjuangan dan pengabdianmu di dunia ini mendapatkan balasan *rahmah* dan *maghfiroh* dari Allah SWT. *Amin*. *Allahummafir laha warhamha wa fih wa'fu anha*. Darimulah doa yang tiada pernah terhenti, motivasi, dan harapannya, terkhusus bagi Sang Putri. Perjuangan dan nasehat tulus beliau berdua merupakan kilauan asa yang selalu membuat penulis bangkit dari masa-masa sulit, melawan rasa malas, dan teguh memandang masa depan yang jauh ke depan, demi tercapainya perbaikan diri dan masa depan agama, nusa, bangsa, serta negara yang lebih baik. *'Asā Athālallāhu umūrakumā*.
2. Kakak-kakak saya penghantar semangat, doa dan bantuannya baik moril maupun materiil: Inayatus Sa'diyah, Muhammad Saefuddin, Sahrul Sidik, Riyadhotul Ulya, serta adik-adikku Miftahul Qorib dan Firmansyah Ardian, terima kasih untuk canda, tawa, senyuman, tangisan, dan kegelisahan yang lahir dari tingkah aktif dan kreatif kalian. *'Indanā al-najāh*.
3. Para mentor *al-Sābiqūna al-awwalūna*; Mr. Masrur, Ustadz Munif, Bapak Sulaiman, Ibu Sri Rejeki, serta tidak lupa para mentor *al-Tābi'ūna al-Sābiqūna* yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu. *Syukran 'alā kulli ḥāl*.
4. Kakak-kakak dan adik-adik ideologis di Psychology and Mistisme dari angkatan 2011 sampai 2016, terima kasih untuk dinamika intelektual yang telah diciptakan. *Ma'a al-najāh*.

5. Teruntuk Calon Suami tercinta, Zainal Abidin terima kasih atas dorongan semangat dan doa mu yang tiada pernah terhenti untukku.  
Terima kasih telah menjadikanku wanita kuat dalam menjalani hidup ini. Terima kasih atas segala pengorbanan dan perjalanan yang sulit yang akhirnya dapat kita lalui bersama. Terima kasih atas kesetiaanmu menungguku hingga lulus kuliah. Karena kesetiaanmulah yang senantiasa menjagaku. *I love you because Allah. Jazākallāhu ahsan al-jazā’.*
6. Untuk sahabat-sahabat dan teman-teman tercinta angkatan 2012, terima kasih telah menjadi sahabat baik dalam belajar, darimulah aku mengerti tentang lika-liku menjadi mahasiswa terima kasih juga untuk motivasi dari kalian semua, tanpa kalian aku bukanlah apa-apa. *You’r the best !!!!*

### DEKLARASI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang pernah ditulis oleh orang lain atau diterbitkan. Demikian juga skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 28 Juni 2016

Deklarator



Maria Ulfa

I24411030

## ABSTRAKSI

Judul : **Pengaruh Zikir Asmaul Husna Terhadap *Self Awareness* Anak Asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.**

Penulis : Maria Ulfa

NIM : 124411030

Skripsi ini merupakan penelitian kuantitatif yang membahas tentang pengaruh zikir Asmaul Husna terhadap *Self Awareness* anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah. Kajian pada penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris perbedaan *self awareness* anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah sebelum dan sesudah melakukan zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen dan untuk menguji secara empiris perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Ada perbedaan *Self Awareness* sebelum dan sesudah diberi zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen dan ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Manfaat penelitian ini secara teoritis mengembangkan khazanah ilmu pengetahuan dalam dunia Tasawuf dan Psikoterapi.

Manfaat secara praktis bagi anak asuh diharapkan selalu menerapkan zikir Asmaul Husna untuk meningkat *self awareness* agar dalam diri agar dapat menjadi manusia yang dapat mengaktualisasikan dirinya secara penuh. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan rancangan eksperimen membandingkan *pretest-posttest* kelompok eksperimen dengan *pretest-posttest* kelompok kontrol. Subjek penelitian ini adalah sebagian anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang sebanyak 34 anak. 17 sebagai kelompok eksperimen dan 17 sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberi perlakuan zikir Asmaul Husna sebanyak tiga kali dan untuk kelompok kontrol diberi perlakuan berupa diskusi tentang motivasi hidup. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan *self awareness* sebelum dan sesudah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna pada anak asuh Panti Asuhan Darul

Hadlonah Semarang yang ditunjukkan dengan perbedaan *self awareness* yang signifikan antara hasil tes sebelum sebesar 39.82 dan setelah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna sebesar 53.71 pada signifikan  $0,003 < 0,05$  dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada perbedaan *self awareness* pada anak asuh sebelum dan sesudah diberi zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen diterima. Sedangkan pada hipotesis kedua yang berbunyi ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diterima terbukti pada hasil signifikansi sebesar  $0.011 < 0,05$ .

Kata kunci: Zikir Asmaul Husna, *Self Awareness*, Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur ke hadirat *Ilahi Rabbi, Lakal hamdu wasy syukru ya Rabb* Tuhan semesta alam yang telah memberikan nikmat, taufiq, hidayah, serta inayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi, dengan judul ***“Pengaruh Zikir Terhadap Self Awareness Anak Asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang”***.

Shalawat serta salam senantiasa penulis sanjungkan kepada Rasul-Nya, teladan utama Muhammad bin Abdillah, Rasul dan kekasih Allah beserta keluarga dan setiap orang yang bersungguh-sungguh menapaktilasi jejak perjuangan beliau hingga hari kiamat. Semoga kita termasuk umatnya yang mendapat syafa'at keselamatan pada *yaumul qiyamah* nanti.

Skripsi ini disusun guna memenuhi dan melengkapi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana (S-1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

Selanjutnya, dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, saran-saran dan bantuan dari berbagai pihak, baik langsung atau tidak langsung, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Karenanya, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini, antara lain:

1. Yang terhormat Bapak Prof. Dr. Muhibbin, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Yang terhormat Bapak Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Dr. H. Sulaiman Al Kumayyi, M.Ag. selaku Kepala Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang dan. Fitriyati, S.Psi.I, M.Si. selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf

dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

4. Masrur, M.A selaku Dosen Wali yang senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan motivasi dan arahan melalui studi di UIN Walisongo Semarang.
5. Dr. H. Sulaiman Al Kumayyi, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing I dan Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Segenap dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah membekali banyak pengetahuan kepada penulis dalam menempuh studi.
7. Keluarga besar di rumah, khususnya Abah dan Umi tercinta yang dengan segala perjuangan, ketulusan, cinta dan kasih sayangnya telah memberikan motivasi sehingga penulis bisa menyelesaikan studi strata satu (S1).
8. Sahabat-sahabat seperjuangan, kelas Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2012, khususnya kelas G yang kemudian bermetamorfosis menjadi kelas I.
9. Sahabat-sahabat yang selalu setia menemani penulis dalam studi S1 ini; Lulu tersayang, Mba aya (terima kasih meluangkan kamar kosnya buat dijadikan transit), lukman hakim yang selalu bersedia dijadikan tempat keluh kesah jika laptop sedang meriang, terima kasih untuk kesetiannya selama 4 tahun terakhir. *You're the best friends in dormitory and university.*
10. Pihak pengelola Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang serta adik-adik yang ada disana semangat belajar ya. Dan terima kasih telah bersedia menjadi subjek penelitian kakak. *Thanks So Much.*
11. Terima kasih buat calon suami tercinta yang senantiasa dengan kesetiannya selalu mendampingi lewat doa-doa yang selalu kau panjatkan. Kilauan asa menatap ke depan penuh kebahagiaan bersama. *Sakinah mawaddah wa rahmah* bersamamu. *Insyallah.*

12. Dan, semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.

Semoga amal kebaikan dan budi mereka selalu mendapat ridla dan rahmat Allah SWT. Seiring do'a dan ucapan terima kasih, tidak lupa penulis mengharap tegur sapa, kritik, dan saran membangun dalam kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. *Wallahu A'lam bi al-Şawāb.*

Semarang, 24 Juni 2016

Penulis.

Maria Ulfa

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN DEKLARASI.....	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN TRASLITERASI ARAB.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	xi
HALAMAN ABSTRAKSI.....	xiv
HALAMAN DAFTAR TABEL.....	xvi
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xvii

### BAB I : PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah .....	1
Rumusan Masalah .....	8
Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	8
Tinjauan Pustaka .....	9
Sistematika Penulisan .....	10

### BAB II : LANDASAN TEORI

#### B. Zikir Asmaul Husna

1. Pengertian Zikir .....	12
2. Pengertian Asmaul Husna .....	16
3. Adab-adab Berzikir/ Cara-cara Berzikir .....	18
4. Macam-macam Zikir .....	21
5. Keutamaan Berzikir .....	26
6. Manfaat Zikir Asmaul Husna .....	28
7. Manfaat Asmaul Husna .....	33
8. 99 Nama Allah (Asmaul Husna) Arab dan Artinya .....	36
9. Dalil Yang Berkaitan dengan Asmaul Husna .....	40
<b>B. Self Awareness</b>	
1. Pengertian Self .....	41
2. Pengertian Awareness.....	43
3. Pengertian Self Awareness.....	44
<b>C. Pengaruh Zikir Asmaul Husna Terhadap Self Awareness .....</b>	<b>47</b>
<b>D. Hipotesis.....</b>	<b>49</b>

### **BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	50
B. Variabel Penelitian.....	51
C. Definisi Operasional.....	52
D. Rancangan Eksperimen .....	52
E. Populasi dan Sampel.....	54
F. Tehnik Pengumpulan Data .....	54
G. Tehnik Analisis Data .....	57
H. Pelaksanaan Penelitian .....	57

## **BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Kancan Penelitian**

1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.....	60
2. Panti Asuhan Darul Hadlonah Putri.....	62
3. Panti Asuhan Darul Hadlonah Putra .....	64
4. Dasar dan Tujuan di Dirikannya Panti Asuhan .....	67
5. a. Dasar.....	67
b. Tujuan .....	67
6. Sumber Dana.....	68
7. Susunan Pengurus .....	68
8. Deskripsi Data .....	69
a. Deskripsi Subjek Penelitian.....	69
b. Deskripsi Data Penelitian .....	70
8. Analisis Data dan Pembahasan	
a. Uji Pra-Syarat.....	72
b. Uji Normalitas .....	72
c. Uji Homogenitas .....	73
d. Uji Hipotesis .....	74
<b>B. Pembahasan Hasil Penelitian .....</b>	<b>76</b>

## **BAB V : PENUTUP**

<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>81</b>
<b>B. Saran</b>	
1. Saran Bagi Pengasuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang .....	81

2. Saran Bagi Subjek Penelitian.....	82
3. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya .....	82
<b>C. Penutup .....</b>	<b>82</b>

**DAFTAR PUSTAKA**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.	Skor Jawaban Aitem
Tabel 2.	Spesifikasi Skala Self Awareness
Tabel 3.	Pelaksanaan Zikir Asmaul Husna pada Kelompok Eksperimen
Tabel 4.	Pelaksanaan diskusi pada kelompok kontrol
Tabel 5.	Daftar Sarana dan Prasarana Panti Asuhan Darul Hadlonah Putri
Tabel 6.	Daftar Sarana dan Prasarana Panti Asuhan Darul Hadlonah Putra
Tabel 7.	Deskripsi Data Self Awareness Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan pada Kelompok Eksperimen
Tabel 8.	Deskripsi Data Self Awareness Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan Tipuan pada Kelompok Kontrol
Tabel 9.	Self Awareness Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
Tabel 10.	Hasil Uji Normalitas
Tabel 11.	Hasil Uji Homogenitas
Tabel 12.	Hasil Uji T
Tabel 13.	Rangkuman Hasil Uji T
Tabel 14.	Hasil Uji T Dependen
Tabel 15.	Hasil Uji T Independen

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dalam ajaran Islam anak merupakan anugerah dan amanat dari Allah Swt, yang harus dididik dan dibimbing. Orang tua mempunyai tanggung jawab besar bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anaknya sebagaimana firman Allah dalam surat An-Nisa': 9

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا

اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾

*Artinya:*

*“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan Perkataan yang benar. (QS. An-Nisa' : 9)*

Sikap orang tua terhadap anak-anaknya harus bersifat wajar, kewajaran itu tercermin dalam sikap kedua orang tua, bahwa anak adalah titipan Allah yang harus di emban sebaik-baiknya, sebagaimana harta. Harta adalah titipan pula, harta dan anak adalah dunia materi.<sup>1</sup>Sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah :

---

<sup>1</sup> M. Amin Syukur, *Terapi Hati Dalam Seni Menata Hati*, Semarang: Pustaka Nuun, 2008 h. 152

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبِّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ

الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَمِ وَالْحَرْثِ ذَٰلِكَ مَتَعُ الْحَيَاةِ

الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْبُ الْمَاءِ ﴿١٤﴾

*Artinya: “dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, Yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga). (QS. Al-Imran:14)*

Dalam undang-undang No. 10 Tahun 1992 tentang perkembangan kependudukan dan perkembangan keluarga sejahtera, dinyatakan bahwa penyelenggara pengembangan kualitas keluarga di arahkan pada terwujudnya kualitas keluarga bercirikan kemandirian dan ketahanan keluarga. Sedangkan ketahanan keluarga dilakukan dalam rangka membentuk keluarga kecil, sehat bahagia dan sejahtera. Untuk mencapai tujuan-tujuan yang dimaksud, undang-undang mewajibkan keluarga untuk menerapkan delapan fungsi keluarga meliputi fungsi keagamaan, sosial, budaya, cinta kasih, melindungi, reproduksi, sosialisasi, dan pendidikan, fungsi ekonomi dan pembinaan lingkungan.<sup>2</sup>

Setiap anak sudah pasti membutuhkan kasih sayang dari ayah dan ibunya, perasaan semacam ini bisa di dapatkan pada anak-anak saat mereka hidup bersama ayah dan ibunya di tengah keluarga. Bukan hanya itu, bahkan keluarga merupakan lembaga pendidikan yang pertama dan utama yang diamati oleh sang anak. Karena pendidikan dalam keluarga bersifat alamiah dan berdasarkan atas rasa cinta dan kasih antara orang tua dan anak.

---

<sup>2</sup> Kusdiratri Setiono, *Psikologi Keluarga*, PT. Alumni, Bandung, 2011 h. 131

Akan tetapi, tidak semua anak beruntung dalam menapaki hidupnya. Beberapa anak dihadapkan pada pilihan bahwa anak harus berpisah dari keluarga karena suatu alasan, seperti menjadi yatim, piatu atau bahkan yatim piatu, tidak memiliki sanak keluarga yang mau atau mampu mengasuh, dan terlantar. Hal ini mengakibatkan kebutuhan psikologis pada anak menjadi kurang dapat terpenuhi dengan baik, terutama jika tidak adanya orang yang dapat dijadikan panutan atau untuk diajak berbagi, bertukar pikiran dalam menyelesaikan masalah.

Data yang tercatat pada Dinas Kesajahteraan Sosial Provinsi Jawa Tengah, diketahui pada tahun 2010 lalu jumlah anak terlantar di Jawa Tengah sebanyak 188.425 anak. Jumlah ini diperkirakan akan dapat terus meningkat seiring dengan terjadinya perubahan sosial secara terus-menerus dewasa ini.

Anak-anak ini kemudian dirawat oleh pemerintah maupun swasta dalam suatu lembaga yang disebut panti asuhan. Panti asuhan merupakan suatu lembaga yang bertujuan untuk membantu perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga ataupun yang tidak dapat tinggal dengan keluarganya. Panti asuhan merupakan salah satu lembaga perlindungan anak yang berfungsi untuk memberikan perlindungan terhadap hak-hak anak. Pada umumnya, panti asuhan di kota-kota besar mencoba berusaha mengatasi permasalahan-permasalahan sosial yang terjadi pada anak dimana panti asuhan tersebut menampung anak-anak yang mengalami berbagai permasalahan<sup>3</sup>.

Menurut Himpunan Peraturan Perundang-undangan tentang perlindungan anak 2002, Undang-Undang Republik Indonesia No.4 Tahun 1979 pasal 2 ayat 1, tampak jelas terlihat bahwa setiap anak berhak untuk mendapat kesejahteraan, perawatan, asuhan, dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun di dalam asuhan khusus untuk tumbuh dan kembang wajar.

Penghuni panti asuhan bukan saja anak-anak, tetapi mulai dari anak-anak hingga dewasa. Penghuni panti asuhan tersebut adalah orang-orang yang mengalami permasalahan sosial. Sensus penduduk yang dilakukan pemerintah

---

<sup>3</sup>[www.dinsosjateng.co.id](http://www.dinsosjateng.co.id) diakses tanggal 6 Januari 2016 pukul 05.00

pada tahun 2004 tercatat sebanyak 5,2 juta anak yang mengalami permasalahan sosial dan sebagian besar adalah remaja.

Masa remaja merupakan transisi masa peralihan dari masa anak menuju masa dewasa. Pada masa ini, individu mengalami perubahan, baik perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai juga dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu, remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa.<sup>4</sup>

Masa remaja berlangsung antara umur 13-18 tahun. Pada saat melewati masa remaja ini, anak selain menghadapi perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional juga dituntut untuk dapat melakukan perubahan-perubahan dan memenuhi tuntutan-tuntutan sosial. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Hurlock juga menyatakan bahwa masa remaja dianggap sebagai masa labil yaitu dimana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran lanjut. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dan kesempatan ataupun hambatan di dalam lingkungan. Anak-anak panti asuhan cenderung menunjukkan kesulitan dalam penyesuaian sosialnya yang menggambarkan adanya kebutuhan psikologis untuk dapat menyesuaikan diri dengan tata cara atau aturan lingkungannya.<sup>5</sup>

Jan Johansson dan Begt Anderson melakukan studi kualitatif terhadap remaja –remaja yang tinggal dipanti asuhan di Swedia. Enam remaja, tiga perempuan dan tiga orang laki-laki, yang merupakan rombongan pertama

---

<sup>4</sup> [www.masaremaja.agustiani2006.co.id](http://www.masaremaja.agustiani2006.co.id) diakses tanggal 7 januari 2016 pukul 16.00

<sup>5</sup> Elisabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2003, h.

yang hidup di rumah perawatan yang baru saja dibuka, diwawancarai mengenai pengalamannya selama 2-3 tahun setelah mereka meninggalkan rumah. Pengalaman mereka menunjukkan perbedaan dengan lainnya. Hasil yang diperoleh dibahas dengan menggunakan persepektif perbedaan individual, situasi khusus di institusi, relasi dan gender. Disimpulkan selain fakta bahwa remaja yang tinggal dipanti asuhan hidup di lingkungan yang sama, individu juga memahami situasi tersebut dengan cara yang unik.

Di Indonesia sendiri, hasil penelitian *Save The Children* bekerja sama dengan Departemen Sosial yang diterbitkan tahun 2008 menemukan beberapa fakta penting mengenai kondisi pengasuhan anak dipanti asuhan di lima kota di Indonesia yaitu (Penelitian Situasi Panti 2006, Depsos RI bersama *UNICEF* dan *Save The Children* mengungkapkan kurangnya “pengasuhan” dipanti/lembaga asuhan anak, penekanan pada pemberian akses ke pendidikan sebagai tujuan utama, fokus pemenuhan kebutuhan pada pendidikan, material (makan, tempat tinggal, dan biaya pendidikan), kurangnya perhatian pada pemenuhan kebutuhan emosional dan perkembangan psikososial, perlakuan individual terutama ketika anak punya kondisi khusus atau bermasalah (anak bermasalah, minimnya jumlah pengasuh yang *full-time*, anak mengasuh dirinya sendiri, stigmatisasi sebagai anak terlantar/ditelantarkan, anak keluarga rusak.<sup>6</sup>

Menghadapi situasi yang demikian, maka anak-anak yang tumbuh menjadi remaja dan dewasa di panti asuhan perlu adanya dibekali dengan sebuah pemahaman arti pentingnya sebuah kesadaran diri. Pemahaman ini perlu dilakukan untuk menghadapi segala macam hal-hal yang akan terjadi ketika ia tumbuh menjadi remaja dan dewasa. Pemahaman kesadaran diri diberikan dengan cara memberikan sebuah pengertian bahwa setiap individu memiliki potensi besar yang terdapat dalam dirinya. Tidak memandang ia siapa dan tinggal dimana, karena setiap manusia pada hakikatnya telah diberikan bekal kekuatan yang besar yang terdapat di dalam dirinya yang masih berupa potensi. Potensi inilah yang harus digali oleh manusia itu sendiri

---

<sup>6</sup> [www.kemensosri.com](http://www.kemensosri.com) diakses pada tanggal 2 januari 2016 pukul 16.45

untuk dapat menjadi manusia sempurna yang dapat melangsungkan kehidupan dengan yang lebih baik. Berkaitan dengan hal tersebut, maka untuk menemukan makna dan nilai hidup yang *sesungguhnya (the real meaning of life)* melalui jalan zikir.<sup>7</sup>

Secara terminologi zikir adalah mengucapkan berulang-ulang nama Allah atau kalimat keagungan-Nya, disamping itu Syaikh Al-Haddad juga berpendapat bahwa zikir itu merupakan sarana untuk mencapai tujuan (*wushul ilallah*). Karena zikir merupakan ruh perjalanan bagi seorang *salik*. Zikir yang dimaksud yaitu zikir yang memenuhi tiga unsur yaitu zikir dengan hati (*zikir Qalbiyah*), zikir dengan akal (*zikir Aqliyah*) dengan lisan (*zikir lisan*).<sup>8</sup> Menurut Arifin Ilham yang dikutip oleh Sulaiman Al Kumayyi, bahwa zikir lisan adalah buah dari zikir hati dan akal, setelah melakukan zikir hati dan akal, barulah lisan berfungsi untuk senantiasa berzikir, memahasucikan dan mengagungkan Allah Swt. Selanjutnya, lisan berkata dengan benar, jujur baik dan manfaat. Dengan kata lain, zikir lisan ini merupakan ekspresi riil zikir dan akal.<sup>9</sup>

Arifin Ilham menegaskan bahwa puncak atau tujuan akhir dari zikir adalah zikir amaliyah. Zikir ini secara singkat termanifestasi dalam kata taqwa, yang sekaligus akhlak mulia. Al Kumayyi menambahkan lagi bahwa melalui iman dan taqwa kepada Allah itu dimaksudkan agar hidup yang sesaat ini menjadi berarti. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa zikir berpuncak pada iman dan taqwa akan mengarahkan manusia untuk menemukan makna hidup yang sesungguhnya. Sesuai dengan konsep Carl Rogers, yang menjadikan hidup lebih bermakna sebagai jalan hidup yang sesungguhnya dan menjadi manusia yang berfungsi sepenuhnya yang dapat mengaktualisasikan diri, salah satunya dengan meningkatkan *self awareness*.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Sulaiman Al Kumayyi, *Menuju Hidup Sukses Kontribusi Spiritual Intelektual AA Gym dan Arifin Ilham*, Pustaka Nuun, Semarang, 2005, h. 165

<sup>8</sup> *Ibid*, h. 152

<sup>9</sup> *Ibid*, h. 161

<sup>10</sup> Duane P. Schultz dan Sydney Ellen Schultz, *Sejarah Psikologi Modern*, terj. Lita Hardian, Nusa Media, Bandung, 2014, h. 569

Secara umum manusia dapat meningkatkan *self awareness* dengan meningkatkan proses tersier psikologis, yaitu kecenderungan manusia untuk bertanya mengapa, untuk mencapai keterkaitan antara segala sesuatu, untuk membawa ke permukaan asumsi mengenai makna dibalik atau didalam sesuatu, bertanggungjawab, lebih sadar diri, jujur terhadap diri sendiri dan lebih pemberani. Dalam EAQ Ary Ginanjar dirumuskan bahwa kecerdasan emosi atau spiritual bersumber dari suara hati, sedangkan suara hati itu cocok dengan nama serta sifat Ilahiah yang “terekam” dalam jiwa setiap manusia, apa sajakah sifat-sifat tersebut. Sifat-sifat tersebut adalah dorongan yang bersumber dari Asmaul Husna.<sup>11</sup>

Berhubungan dengan zikir, maka penulis ingin merumuskan kepada zikir Asmaul Husna yang berpengaruh pada *self awareness* (kesadaran diri) anak asuh Panti Asuhan yaitu dengan menggunakan 99 nama Allah yang terdapat dalam Asmaul Husna. Peneliti mengambil obyek di Panti Asuhan yang dimana didominasi oleh anak usia remaja yang tentunya sangat labil pada kondisi psikologisnya karena mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa.<sup>12</sup> Anak di Panti Asuhan yang diharapkan mampu meningkatkan, mengembangkan dan mengenali potensi mereka, sehingga kelak besok menjadi anak yang berguna bagi bangsa, agama dan negara. Dengan zikir asmaul husna inilah yang diharapkan berperan sebagai ketenangan dan kesadaran diri (*self awareness*) anak di Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti **“PENGARUH ZIKIR ASMAUL HUSNA TERHADAP SELF AWARENESS ANAK ASUH PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH SEMARANG”**.

## **B. Rumusan Masalah**

---

<sup>11</sup> Ary Ginanjar Agustian, *ESQ THE ESQ WAY 165, 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, Penerbit ARGA, Jakarta, 2005, h. 281

<sup>12</sup> Irwanto Yatim, D.I., *Kepribadian dan Narkotika*, Arcan, Jakarta, 1993, h. 30

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka pokok masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah: Apakah zikir asmaul husna dapat mempengaruhi *self awareness* pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang ?

### **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Berkaitan dengan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Tujuan penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengetahui *Self Awareness* pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.
- b. Untuk mengetahui pengaruh zikir asmaul husna terhadap *Self Awareness* pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

#### **a. Manfaat teoritis**

1. Sebagai wahana pengembangan wawasan ilmu pengetahuan
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran untuk Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang dalam meningkatkan *self awareness* dengan zikir asmaul husna.
3. Mampu menambah khazanah karya ilmiah bagi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora khususnya jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

#### **b. Manfaat Praktis**

1. Di harapkan penelitian ini menjadi bahan rujukan dalam penelitian yang akan datang.
2. Jika dengan zikir asmaul husna dapat meningkatkan *self awareness* anak asuh Panti Asuhan maka dengan begitu juga dapat diterapkan oleh pengurus panti dan masyarakat luas dalam

meningkatkan *self awareness* yaitu dengan menerapkan zikir asmaul husna dalam kegiatan sehari-hari.

#### **D. Tinjauan Pustaka**

Untuk menyatakan keaslian penelitian ini, maka perlu adanya tinjauan pustaka dari penelitian yang terdahulu yang relevan dengan penelitian yang penulis kaji. Adapun penelitian tersebut diantaranya adalah :

Penelitian yang dilakukan oleh Baidi Bukhori (2008) yang berjudul *Zikir Al-Asma' Al-husna Solusi Terhadap Agresivitas Remaja*. Menyimpulkan bahwa tentang adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Agresivitas kelompok yang diberi perlakuan berupa zikir asmaul husna: *al rahim* (Maha Penyayang), *al-lathif* (Maha Lembut), *Al Afuw* (Maha Pemaaf), dan *al Shobur* (Maha Penyabar) lebih rendah daripada agresivitas kelompok yang diberi perlakuan tipuan berupa ceramah dan diskusi dengan judul penyimpangan seksual remaja dan upaya penanggulangannya dalam pespektif pendidikan seks Islami”.

Penelitian Ainun Fitriyah (2007) yang berjudul *Pengaruh Meditasi Zikir terhadap Self Awareness* (Studi Eksperimen di Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang). Hasilnya menunjukkan bahwa ada perubahan tingkat *self awareness* setelah melakukan meditasi zikir. Dengan melakukan meditasi zikir maka ada perubahan pada tingkat *Self Awareness* pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol (yang tidak diberikan perlakuan berupa meditasi zikir). Dalam penelitian ini menggunakan meditasi zikir yang kemudian dikolaborasikan dengan zikir dengan membaca *tasbih*, *tahmid*, dan *tahlil*. Berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu pada variabel bebas nya menggunakan zikir yaitu zikir dengan menggunakan 99 lafaz Allah (Asmaul Husna).

Buku karya Prof. Dr. HM. Amin Syukur, M.A berjudul “*Zikir Menyembuhkan Kankerku*”. Buku ini menjelaskan dan memaparkan

pengalaman si penulis buku, bahwa begitu besar manfaat yang diperoleh dari zikir. Buku ini memberikan pemahaman kepada seluruh umat manusia bahwa zikir bukan saja sebagai sarana mendekati diri kepada Allah, akan tetapi zikir dapat memberikan energi positif yang dapat memberikan pengaruh kesembuhan penyakit kanker yang beliau derita. Buku ini memberikan pengetahuan baru bahwa manfaat zikir sangatlah besar, hingga beliau yang divonis memiliki kesempatan hidup hanya tiga bulan karena penyakit kanker ganas yang dideritanya dapat sembuh lantaran zikir yang beliau amalkan.

Dari beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan pembahasan yang dikaji dalam penelitian ini, terdapat perbedaan yakni dengan judul pengaruh asmaul husna dan *self awareness* anak Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang. Karena pada penelitian ini hanya fokus menggunakan zikir 99 asma Allah yaitu Asmaul Husna. Sehingga penelitian ini layak untuk diteliti dan masih orisinal.

#### **E. Sistematika Penulisan Skripsi**

Untuk memudahkan pembahasan dan pengertian tentang isi penelitian ini, maka penulis menyusun penulisan skripsi ini menjadi lima bab, yaitu dengan sistematika sebagai berikut :

Bab I : **PENDAHULUAN** yang berisi latar masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II : **LANDASAN TEORI**. Pada bab ini dibagi menjadi empat sub bab. Sub bab pertama, menjelaskan tentang pengertian zikir Asmaul Husna, adab-adab berzikir/ cara-cara berzikir, macam-macam zikir, keutamaan zikir dan manfaat zikir. Kemudian dilanjutkan dengan pengertian asmaul husna, asmaul husna arab dan artinya, dalil yang berkaitan dengan asmaul husna, dan manfaat asmaul husna. Sub bab kedua, menjelaskan tentang pengertian *self*, pengertian *awareness*, pengertian *self awareness*. Sub bab ketiga, menjelaskan

tentang pengaruh zikir asmaul husna terhadap *self awareness*. Sub bab keempat adalah hipotesis penelitian.

- Bab III : **METODOLOGI PENELITIAN**, pada bab ini membahas tentang jenis penelitian, variable penelitian, definisi konseptual dan operasional, sumber data dan jenis data, populasi dan sampel, rancangan penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data, pelaksanaan penelitian.
- Bab IV : **HASIL DAN PEMBAHASAN**, dalam bab ini berisi tentang kancha penelitian, hasil penelitian dan pembahasan.
- Bab V : **PENUTUP**, dalam bab ini berisi tentang kesimpulan, saran-saran dan penutup.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Zikir Asmaul Husna

##### 1. Pengertian Zikir

Zikir (*dzikir*) berasal dari kata *dzakara*, *yadzakuru*, *dzikran*, yang berarti mengingat. Pengertian ini menurunkan makna terminologinya menjadi ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, ke-Maha-Sucian-Nya, ke-Maha-Terpuji-Nya, dan ke-Maha-Besaran-Nya. Sehingga zikir menjadi sikap batin yang bisa diungkapkan melalui ucapan *tahlil*, *tasbih*, dan *tahmid*.<sup>1</sup> Dalam Ensiklopedia Islam sebagaimana yang dikutip oleh Amin Syukur memaknai kata zikir dengan menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga, mengerti, dan perbuatan baik. Berdasarkan pengertian tersebut, dapat dimaknai sebagai ucapan lisan, gerakan raga, maupun getaran hati sesuai dengan cara-cara yang diajarkan agama, dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah Swt supaya untuk menyingkirkan keadaan lupa dan lalai kepada Allah Swt dengan selalu ingat kepada-Nya; keluar dari suasana lupa, masuk ke dalam suasana *musyahaḍan* (saling menyaksikan) dengan mata hati, akibat didorong oleh rasa cinta yang mendalam kepada Allah Swt.<sup>2</sup>

Sementara itu ada ulama yang mengatakan zikir adalah berulang-ulang menyebut nama-nama yang disebut (Allah) dengan hati dan lidah, baik menyebutnya dengan *lafal jalalah*, yaitu Allah, atau menyebut salah satu sifat-sifat keagungan-Nya, atau dengan mengingat para nabi dan rasulnya, atau mengingat hamba-hamba Allah yang beroleh keridhaan dan kemuliaan dari-Nya dengan sebab suatu amal perbuatan.

---

<sup>1</sup> Ahmad Warson Munawir, *Kamus Al-Munawir*, Kamus Bahasa Arab Indonesia, Cet ke-14, Pustaka Progresif, Surabaya, 1997, h. 482.

<sup>2</sup> M. Amin Syukur dan Fathimah Utsman, *Terapi Hati*, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2012, h. 72.

Amal perbuatan itu dapat berupa membaca firman Allah, hadits-hadits Nabi, dan sebagainya yang ada kaitannya dengan ajaran agama Allah dan Rasul-nya. Dapat juga ketekunan berzikir, baik zikir itu berbentuk syair maupun berbentuk puji-pujian yang diucapkan dengan irama dan lagu. Selain itu zikir juga dapat berupa *muhadarah* (diskusi tentang agama Islam) dan dapat pula berupa penyampaian kisah-kisah yang bertema kebenaran Allah, para Nabi dan Rasul-Nya.

Dengan demikian orang yang berbicara tentang kebenaran agama Allah ia adalah orang yang berzikir. Orang-orang yang mengingatkan orang lain tentang perintah dan larangan Allah, ia pun termasuk orang yang berzikir. Terlebih lagi orang yang merenung (*bertafakur*) memikirkan keagungan dari kebesaran Allah, kekuasaan-Nya, dan tanda-tanda yang membuktikan kemahakuasaan-Nya, seperti langit dan bumi beserta isinya, dan benda-benda cakrawala lainnya. Orang yang demikian itu juga termasuk orang yang berzikir. Begitu pula orang yang patuh menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya. Mereka semua adalah orang-orang yang berzikir, yakni orang-orang yang senantiasa ingat kepada Allah Swt. Dan banyak lagi batasan-batasan yang diberikan oleh ulama' sufi tentang zikir ini, sesuai dengan pemahaman dan *musyahadah* nya masing-masing.<sup>3</sup>

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, zikir mempunyai arti puji-pujian kepada Allah yang diucapkan secara berulang-ulang. Mengingat Allah (*dzikrullah*) merupakan salah satu anjuran yang sangat ditekankan dalam Islam dan merupakan bentuk nyata dari penghambaan manusia kepada Allah Swt. *Dzikrullah* (mengingat Allah) merupakan amalan yang sangat agung. Ia merupakan sebab diturunkannya berbagai nikmat, penolak segala *bala'* dan musibah. Zikir juga merupakan sebab kuatnya hati dan penyejuk hati manusia.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Idrus Alkaf, *Mengobati Stress dengan Zikir dan Doa*, Alina Press, Semarang, h.36

<sup>4</sup> <http://www.erfan.ir53475.html/12/01/2015> pukul 17:16

Menurut H. Aboe Bakar Atjeh, salah seorang ulama Indonesia memberikan pengertian zikir yaitu ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat akan Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mempersucikan Tuhan dan membersihkannya dari sifat-sifat yang tidak layak untuk-Nya, selanjutnya memuji dengan puji-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>5</sup>

Zikir mempunyai posisi tersendiri dalam Islam, seistimewa Zat yang diingat. Imam at-Tirmidzi meriwayatkan sebuah hadis sebagaimana yang dikutip oleh Amin Syukur:

*“Maukah engkau kuberitahu tentang sebaik-baik amal dan semulia-mulia disisi Allah, yang tertinggi derajatnyadan lebih daripada menginfakkan emas dan perak, bahkan lebih baik daripada memenggal leher musuh, ialah zikir.”* (al-Hadis)

Imam Muslim dalam salah satu riwayatnya mengatakan:

*“Kalau aku membaca ‘subhanallah walhamdu lillahi wa la illaha illallah wallahu akbar’, maka bacaan itu lebih aku sukai daripada (mendapatkan kekayaan sebanyak) apa yang berada dibawah sorotan matahari.”* (HR.Muslim)

Di dalam Al-Qur’an tidak sedikit ayat-ayat yang menyuruh manusia mengingat Allah atau menganjurkan orang berzikir, dan menyatakan keutamaan zikir Allah. Demikian pula hadits Nabi, atsar sahabat dan tabi’in banyak sekali yang menyebutkan fadhilah zikir, seperti dalam Al-Qur’an surat Al-Jumu’ah 10 :

وَأذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿١٠﴾

Artinya: *“Dan ingatlah Allah banyak-banyak supaya kamu beruntung.”*

Ayat ini jelas memerintahkan kepada orang-orang yang beriman (mukmin) pria dan wanita supaya berzikir mengingat Allah banyak-

---

<sup>5</sup> M.Afif Anshori, *Dzikir demi kedamaian jiwa social tasawuf atas problema manusia modern* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003 h. 19

banyak setiap waktu. Dan diperintahkan pula banyak-banyak membaca tasbih (*Subhanallah*) tahmid (*Alhamdulillah*), dan takbir (*Allahu Akbar*) di waktu pagi dan petang.<sup>6</sup>

Dalam dunia tasawuf zikir mempunyai kedudukan yang penting dalam upaya mendekatkan diri kepada Allah. Menurut Muhammad Lukman Hakim yang dikutip oleh Solichin, zikir kepada Allah menempati posisi sentral amaliah jiwa hamba Allah yang beriman, karena zikrullah adalah keseluruhan getaran hidup yang digerakkan oleh qolbu dalam totalitas illahi. Totalitas inilah yang kemudian mempengaruhi aktivitas, gerak-gerik, kediaman serta kontemplasi seorang hamba, dan saat-saat hamba tersebut istirahat dalam tidurnya. Karena totalitas inilah, kaum sufi memandang bahwa zikir mempunyai peranan penting dalam upaya mengobati penyakit rohani manusia.<sup>7</sup>

Termasuk dalam pengertian zikir adalah doa, membaca Al-Qur'an, *tasbih*, *tahmid*, *takbir*, *istighfar*, dan lain-lain. Ada zikir yang menyatu dengan ibadah lainnya seperti *shalat*, *thawaf*, *sa'i*, *wukuf*, dan lain-lain. Ada pula zikir yang dilakukan tersendiri dan diucapkan pada saat tertentu atau pada setiap saat. Juga ada zikir yang jumlahnya tidak ditentukan oleh syara dan ada juga zikir yang jumlahnya ditentukan oleh syara, baik dengan pernyataan Nabi Saw. Maupun dengan contoh amalan beliau.

Zikir dalam pengertian ingatan atau mengingat Allah hendaknya dilakukan pada setiap saat. Artinya, kegiatan yang dilakukan oleh seorang muslim dimanapun ia berada, hendaknya senantiasa mengingat Allah, sehingga melahirkan cinta beramal saleh kepada Allah dan malu berbuat dosa dan maksiat kepada-Nya. Zikir dalam arti menyebut nama Allah yang diamalkan secara rutin, biasanya disebut wirid atau jamaknya disebut *aurat*. Zikir dalam menyebut nama Allah

---

<sup>6</sup> M. Zain Abdullah, *Tasawuf dan Zikir*, Ramadhani, Solo, 1993, h. 56

<sup>7</sup> M. Solihin, *Terapi Sufistik: Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, 2004, h. 82

ini termasuk ibadah *mahdhah*, yaitu ibadah langsung kepada Allah Swt. Sebagai ibadah *mahdhah*, zikir jenis ini terikat dengan norma-norma ibadah langsung kepada Allah, yaitu mesti *ma'syur* dalam arti ada contoh atau izin dari Rasul Saw. Artinya zikir jenis ini tidak boleh dikarang oleh seseorang. Zikir hanyalah dengan mengingat atau menyebut nama Allah atau nama-nama Allah atau *kalamullah*, Al-Qur'an. Tidak dengan menyebut nama seseorang atau sesuatu, selain Allah dan selain *kalamullah*.<sup>8</sup>

## 2. Pengertian Asmaul Husna

Asmaul husna berasal dari dua kata yaitu *Al-Asma'* dan *Al-Husna*. Kata *Al-Asma'* adalah bentuk jamak dari kata *Al-Ism* yang bisa diterjemahkan dengan “nama” *Al-Ism* berakar dari kata *Assumu*, yang berarti ketinggian, atau *Assimah* yang berarti tanda. Dengan demikian secara bahasa “nama” merupakan tanda bagi sesuatu, sekaligus harus dijunjung tinggi. *Al-Husna* adalah bentuk *muannats/feminim* dari kata *Ahsan* yang berarti baik. Dengan demikian menunjukkan bahwa nama-nama Allah adalah nama-nama yang sangat sempurna, tidak sedikitpun tercemar oleh kekurangan. Oleh karena itu *Al-Asma' Al-Husna* dapat diartikan sebagai nama-nama terbaik yang dimiliki Allah Swt.<sup>9</sup>

Kata *Asma* merupakan bentuk jamak dari kata isim yang memiliki arti “nama”. Sementara *Husna* merupakan bentuk *muannats* (feminim) dari kata *ahsan* yang memiliki arti “terbaik”. Jadi kata *Husna* digunakan untuk menunjukkan kesempurnaan, dan kesempurnaan tersebut hanya milik dan kembali kepada Allah Swt. Asmaul Husna yang dimiliki Allah berjumlah 99. Setiap nama dari Asmaul Husna memiliki arti, makna, dan keutamaan yang berbeda. Allah Swt berfirman:<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> M. Solihin, *Terapi Sufistik: Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, 2004, h. 86

<sup>9</sup> M. Quraisy Shihab, *Menyingkap Tabir Illahi Asmaul Husna dalam Persepektif Al-Qur'an*, Lentera Hati, Jakarta, 2000, h. xxxvi

<sup>10</sup> M. Imam Pamungkas, *Pedoman Zikir dan Doa Sepanjang Masa*, Pustaka Makmur, Jakarta, 2014, h.124

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا ۖ وَذُرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي

أَسْمَائِهِ ۚ سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١٨٠﴾

Artinya: Hanya milik Allah asma-ul husna, Maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut asma-ul husna itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyimpang dari kebenaran dalam (menyebut) nama-nama-Nya. nanti mereka akan mendapat Balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan. (Q.S. Al-A'raf: 180)

Dari berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa zikir Asmaul Husna yaitu mengingat Allah, menyanjung-Nya, dengan menyebut keindahan nama-namaNya (Asmaul Husna) dengan lisan dan hati.

Mengimani asma-asma Allah adalah salah satu pilar keimanan kepada-Nya yang mencakup: 1) keimanan adanya Allah Swt, 2) keimanan dengan rububiyah-Nya, 3) keimanan dengan uluhiyyah-Nya, 4) keimanan terhadap nama-nama dan sifat-sifat-Nya. Meyakini asma'ul husna termasuk bagian dari tauhid. Karenanya dalam memahami nama-nama dan sifat-sifat-Nya harus menurut yang pantas bagi Allah Swt: tanpa *tahrif* (mengubah lafadz dan membelokkan makna yang sebenarnya); tanpa *ta'til* (pengingkaran seluruh atau sebagian sifat dan dzat Allah; tanpa *takyif* (menanyakan bagaimana perwujudan fisik Allah Swt, dan tanpa *tamtsil* (menyerupakan Allah dengan makhluk-Nya).<sup>11</sup>

لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ ۚ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ ﴿١١٠﴾

---

<sup>11</sup> Muhammad Syafii Antonio, *Asmaul Husna for Succes in Bussines and Life*, (Jakarta: TAZKIA Publishing, 2009) hlm. 21

“Tidak ada sesuatu pun yang serupa dengan Dia, dan Dia-lah Yang Maha Mendengar lagi Maha Melihat.”<sup>12</sup>

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا ۖ وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ

فِي أَسْمَائِهِ ۚ سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١٨٠﴾

Artinya: “Hanya milik Allah asma-ul husna, Maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut asma-ul husna itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyimpang dari kebenaran dalam (menyebut) nama-nama-Nya. Nanti mereka akan mendapat Balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan”.<sup>13</sup>

### 3. Adab-adab berzikir/cara berzikir

Adab zikir antara lain adalah :

- a. Kekhusukan dan kesopanan, menghadirkan makna kalimat-kalimat zikir, berusaha memperoleh kesan-kesannya, dan memperhatikan maksud-maksud serta tujuan-tujuannya.
- b. Merendahkan suara sewajarnya disertai konsentrasi sepenuhnya dan kemauan secukupnya sampai tidak tercacau oleh sesuatu yang lain.
- c. Menyesuaikan zikir dengan suara jamaah, kalau zikir itu dibaca secara berjamaah, maka tak seorangpun mendahului atau terlambat dari mereka, dan ketika itu zikirnya jangan dimulai dari awal jika terlambat datang, tetapi ia harus memulai bersama mereka dari kalimat yang pertama kali ia dapatkan, kemudian setelah selesai ia harus mengganti zikir yang belum dibacanya. Hal ini dimaksudkan agar tidak menyimpang dari bacaan semestinya, dan upaya tidak berlainan iramanya.

- d. Bersih pakaian dan tempat, serta memelihara tempat-tempat yang dihormati dan waktu-waktu yang cocok. Hal ini menyebabkan adanya konsentrasi penuh, kejernihan hati, dan keikhlasan niatnya.
- e. Setelah berzikir dengan penuh kekhusukan dan kesopanan, disamping meninggalkan perkataan yang tidak berguna juga meninggalkan permainan yang dapat menghilangkan faedah dan kesan zikir.<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Amin Syukur adab/cara berzikir yakni sesuai yang ditentukan oleh al-Qur'an dan dicontohkan oleh Rasulullah SAW, dilakukan dengan merendahkan diri, dan penuh takut, tidak mengeraskan suara (QS.al-A'raf [7]: 205).<sup>15</sup> Namun dalam tempat yang khusus, seperti di rumah atau tempat lain yang kiranya tidak mengganggu orang lain, diperintahkan untuk berzikir dengan suara keras sebagaimana disebutkan dalam al-Qur'an surah an-Nur:

فِي بُيُوتٍ أُذِنَ لِلَّهِ أَنْ تَرْفَعَ وَيُذَكَّرَ فِيهَا أَسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا

بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ

*“Bertasbih kepada Allah di masjid-masjid yang telah diperintahkan untuk dimuliakan dan disebut nama-Nya di dalamnya, pada waktu pagi dan waktu petang”.* (QS.an-Nur [24]: 36)

---

<sup>14</sup> Baidi Bukhori, *Zikir Al Asma' Al Husna Solusi Terhadap Agresivitas Remaja*, Tesis (tidak diterbitkan), Yogyakarta, 2003. h.53.

<sup>15</sup> *“Dan sebutlah Tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut dan dengan tidak mengeraskan suara, diwaktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai”* (QS. Al-A'raf [7]: 205)

Ayat tersebut bisa dibandingkan dengan surah (al-Mulk [67]: 13).<sup>16</sup> Rasulullah SAW pernah menegur sahabatnya yang berzikir dengan suara keras. Nabi SAW memberi petunjuk:

*“Hai manusia berlemah-lembutlah atas dirimu. Ketahuilah bahwa engkau tidak menyeru kepada yang pekak atau yang jauh. Sesungguhnya Dia Maha Mendengar dan dekat”.*

Dengan demikian, etika zikir ialah dengan suara sedang, tidak keras, dan tidak lirih, sebagaimana ditegaskan dalam surah (al-A’raf [7]: 205).<sup>17</sup>

Zikir mempunyai posisi sendiri dalam Islam, seistimewa Zat yang diingat. Imam at-Tirmidzi meriwayatkan sebuah hadis sebagaimana yang dikutip oleh Amin Syukur:

لَأَنَّ أَقْوَلَ سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا طَلَعَتْ

عَلَيْهِ الشَّمْسُ

*“Kalau aku membaca ‘subhanallah walhamdu lilla wa la illaha illallah wallahu akbar’, maka bacaan itu lebih aku sukai daripada (mendapatkan kekayaan sebanyak) apa yang berada di bawah sorotan matahari.” (HR.Muslim)*

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa adab zikir yaitu dilakukan dengan khusuk dan sopan; merendahkan suara sewajarnya; menyesuaikan zikir dengan jamah; bersih dari najis, bersih pakaian dan tempat; zikir juga dapat dilakukan dalam hati dan memejamkan mata dengan tujuan agar lebih konsentrasi dan memahami makna dari zikir tersebut.

---

<sup>16</sup> “Dan rahasiakanlah perkataanmu atau lahirkanlah, sesungguhnya Dia Maha Mengetahui segala isi hati.” (al-Mulk [67]: 13)

<sup>17</sup> Amin Syukur & Fathimah Utsman, *Terapi Hati*, Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012. h.60-

#### 4. Macam-macam zikir

1) Zikir *qauliy*

Yakni dengan mengucapkan *tasbih, tahmid, tahlil*, dan sebagainya. Dengan kata lain zikir dengan menyebut nama Allah dan sifat-sifat-Nya. Dalam kaitan ini Allah Swt memerintahkan:

“...dan sebutlah Tuhanmu (waktu) pagi dan petang.” (QS.al-Insan: 25)

Zikir pada tingkat ini adalah taraf elementer. Ucapan lisan untuk membimbing dan menggetarkan hati, agar selalu ingat kepada-Nya. Setelah ia terbimbing dan tergetar, maka dengan sendirinya hati yang bersangkutan menjadi ingat Tuhan dalam hati merupakan sikap ingat, tanpa menyebut atau mengucapkan sesuatu. Zikir seperti ini juga diperintahkan oleh Allah Swt. Dalam posisi ini secara kontinu selalu ingat kepada-Nya.

2) Zikir *sirr* atau zikir *qalbi*

Yaitu berzikir tanpa suara hanya difokuskan di dada sebelah kiri (kalbu), misalnya merasakan *ismudz dzat*: “Allah,” dengan caralidah ditempelkan di langit-langit mulut, mata terpejam, dagu agak menunduk ke kiri, pusatkan pikiran, dan perasaan ke dada sebelah kiri, dua jari di bawah dada.

3) Zikir *dzikr ar-ruh*

Yaitu zikir dalam artiseluruh jiwa raganya tertuju untuk selalu ingat kepada-Nya. Zikir ini berprinsip *minallah, lillah, billah, dan illallah* (dari, milik, dengan bantuan, dan kepada Allah). Gambarannya sederhana: Keteladanan dan segala sesuatu yang manusia miliki pada dasarnya berasal dari Allah Swt. Semua yang manusia miliki adalah milik Allah. Karena izin Allah manusia dapat memilikinya. Atas bantuan Allah manusia dapat menggunakannya. Tentu saja, karena semua dari Allah, semuanya kembali kepada-Nya. Oleh karena itu, ketika

manusia menjadikan zikir ini sebagai prinsip hidup, niscaya kehidupan akan tenang dan damai. Harta, jiwa, dan raga yang manusia miliki berasal dari, merupakan milik, atas izin, dan akan kembali kepada Allah. Ketika roh merasakan demikian, maka itu dinamakan *dzikru ruhiy*.

4) *Dzikir fi'liy* (aktivitas sosial)

Yakni berzikir dengan melakukan kegiatan praktis, amal saleh, dan menginfakkan sebagian harta untuk kepentingan sosial, melakukan hal-hal yang berguna bagi pembangunan bangsa dan negara serta agama. Zikir seperti ini merupakan refleksi dari *dzikir qauliy*, *dzikir qalbiy*, dan *dzikir ruhiy* yang manfaatnya lebih kelihatan daripada bentuk zikir pertama, kedua, dan ketiga. Jika zikir pertama, kedua, dan ketiga hanya bersifat individual, maka zikir keempat ini lebih bersifat sosial, maupun kepedulian dan kepekaan sosial kemasyarakatan. Model zikir ini yang paling banyak disinggung dalam al-Qur'an.

5) Zikir Afirmasi

Yaitu zikir dengan mengucapkan kata-kata positif. Dilaksanakan di pagitan petang sebelum matahari terbit dan sebelum matahari terbenam. Caranya ialah, pikiran, perasaan dan tubuh direlakan, mengucapkan kata-kata positif dalam hati, selama 10 menit, misalnya aku sehat, aku kuat, aku normal, Insya Allah selama empat puluh hari ada perubahan dalam dirinya.

6) Zikir Pernapasan

Zikir pernapasan atau pernapasan *dzikrullah*. Zikir ini dan zikir-zikir sebelumnya, memiliki manfaat besar bagi kesehatan seseorang, terutama dalam kehidupan masyarakat modern. Karena salah satu persoalan yang dihadapi masyarakat modern adalah krisis eksistensi diri. Krisis eksistensi diri akan dapat diatasi manakala manusia sebagai hamba Allah mau

memahami Sang Pencipta dan keterbatasan dirinya. Untuk suatu proses penyembuhan penyakit, zikir pernapasan ini dilakukan dengan beberapa tahap, yaitu tehnik umum, teknik pernapasan (I) dan teknik pernapasan (II).<sup>18</sup>

Sedangkan dalam Tafsir Al-Misbah dijelaskan sebagaimana dalam Al-Qur'an bahwa zikir digolongkan kedalam empat bentuk, yaitu dengan lidah melalui ucapan, dengan anggota tubuh melalui pengamalan, dengan pikiran melalui perenungan yang mengantar kepada pengetahuan, serta dengan hati melalui kesadaran akan kebesaran-Nya yang menghasilkan emosi keagamaan dan keyakinan yang benar. Zikir tersebut yang pada akhirnya harus dapat menghasilkan amal kebajikan.<sup>19</sup>

Sementara itu ada berbagai pembagian zikir yang diuraikan dalam berbagai kriteria, seperti halnya Arifin Ilham dalam buku Al Kumayyi yang mengklasifikasikan zikir dalam empat macam, antara lain:

a. ***Zikir Qalbiyah***

*Zikir Qalbiyah* (zikir hati) yakni merasakan kehadiran Allah. Menurut Arifin Ilham seseorang yang akan melakukan suatu tindakan atau perbuatan, selalu tertanam dalam hatinya bahwa Allah senantiasa bersamanya. Sadar bahwa Allah selalu melihatnya. Dia Maha Melihat, Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui.

لَا يَعْزُبُ عَنْهُ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ فِي السَّمَوَاتِ وَلَا فِي الْأَرْضِ<sup>ط</sup>

*Artinya: "Tidak ada tersembunyi daripada-Nya sebesar zarrahpun yang ada di langit dan yang ada di bumi". (QS. Saba' [34]: 3)*

---

<sup>18</sup> *Ibid*, Amin Syukur 62-63

<sup>19</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al- misbah, volume I: Pesan dan Keresasian al-Qur'an*, Lentera Hati, Jakarta, 200, h.48

*Zikir Qalbiyah* lazim disebut *ihsan*.<sup>20</sup>

b. ***Zikir Aqliyah***

*Zikir Aqliyah*, istilah ini dirujuk oleh Arifin Ilham dari firman Allah:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ

لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩١﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا

وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا

مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

*Artinya: “Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “Ya Tuhan Kami, Tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha suci Engkau, Maka peliharalah Kami dari siksa neraka”.* (QS. Ali Imran [3]; 190-191)

Dari firman tersebut diatas dijelaskan bahwa *Zikir Aqliyah* yaitu kemampuan menangkap bahasa Allah dibalik setiap gerak alam ini. Menyadari bahwa semua gerak alam, Allah-lah yang menjadi sumber gerak dan menggerakkannya.<sup>21</sup>

c. ***Zikir Lisan***

<sup>20</sup> Sulaiman Al-Kumayyi, *Menuju Hidup Sukses Kontribusi Spriritual Intelektual AA Gym dan Arifin Ilham*, Pustaka Nuun, Semarang, 2005, h. 153.

<sup>21</sup> *Ibid*, h. 158.

*Zikir Lisan* adalah buah dari zikir hati dan akal. Setelah melakukan zikir hati dan akal, barulah lisan berfungsi untuk senantiasa berzikir, memahasucikan dan mengagungkan Allah Swt. Selanjutnya lisan berdoa dan berkata-kata dengan benar, jujur, baik dan bermanfaat. Dengan kata lain, *Zikir Lisan* ini merupakan ekspresi riil dari *zikir qalbiyah* dan *aqliyah*.<sup>22</sup>

d. Zikir Amaliyah: Taqwa sebagai puncak zikir

Puncak atau tujuan akhir dari zikir adalah Zikir Amaliyah. Zikir ini secara singkat termanifestasi dalam kata taqwa, yang sekaligus menjadi akhlak mulia. Karena ditambahkan Arifin Ilham, dalam pandangan-Nya. Sesuai janji Allah:

يَأَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا

وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ



*Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal” (QS. Al-Hujurat [49]: 13)*

Buah dari ketaqwaan itu, seseorang akan memperoleh tiga hal penting dari Allah. *Pertama*, ia akan di beri *furqan* (kemampuan untuk membedakan). *Kedua*, Allah akan

<sup>22</sup> *Ibid*, Al-Kumayyi, h. 161

memberikan limpahan cahaya (*nur*) dan ampunan atas dosa-dosa yang telah lampau. Dan *Ketiga*, Allah akan memberikan petunjuk jalan yang benar dan terbaik sebagai jalan keluar dari berbagai tantangan dan masalah kehidupan. Berikutnya Allah akan memberi rizki berlimpah yang datangnya tak disangsangka.<sup>23</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan disini, bahwa zikir yang dikemukakan Arifin Ilham berpuncak pada taqwa dan taqwa itu akan mengarahkan manusia untuk menemukan hidup yang sesungguhnya (*the real meaning of life*).<sup>24</sup>

## 5. Keutamaan Zikir

مَا جَلَسَ قَوْمٌ مَجْلِسًا يَذْكُرُونَ اللَّهَ فِيهِ إِلَّا حَفَّتْ بِهِمُ الْمَلَائِكَةُ وَغَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ، وَذَكَرَ هُمْ اللَّهَ فِيمَنْ عِنْدَهُ

*Artinya: Tidaklah duduk sesuatu kaum di suatu majlis, lantas mereka menyebut akan Allah dalam majlis itu, melainkan malaikat mengelilingi mereka dan rahmad menutupi mereka, dan Allah menyebut mereka dihadapan orang-orang yang di sisi-Nya. (H.R. Ibn Abi Syaiban, Tahfatudz Dzakirin: 12)<sup>25</sup>*

Keutamaan zikir yaitu: *pertama*, mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang melupakan zikir atau lupa kepada Allah, kadang-kadang tanpa sadar dapat saja berbuat maksiat. Namun, manakala ingat kepada Allah, kemudian mengucapkan zikir, kesadaran akan dirinya sebagai hamba Allah akan segera muncul kembali. *Kedua*, zikir sebagai alat pencuci jiwa. Al-Ghazali menyebut *tazkiyat al-nafs*, dari segala sifat-sifat tercela guna

---

<sup>23</sup> *Ibid*, Al- Kumayyi, h. 164

<sup>24</sup> *Ibid*, h. 165

<sup>25</sup> Hasbi As Shiddieqy, *Pedoman Dzikir dan Doa*, Bulan Bintang, Yogyakarta, 1971, h. 68

menuju ma'rifat Allah. Sifat-sifat tercela tersebut antara lain *hasad*, *su'udzan*, *kibir*, *khianat*, dan lainnya. Maka dari itu, agar seseorang dapat mencapai *maqam ma'rifat* Allah, segala macam kotoran jiwa tadi harus dibersihkan dengan zikir<sup>26</sup>.

Keutamaan zikir yang lain diantaranya adalah :

1) Menerangi hati dan pikiran

Mengingat Allah atau dzikrullah dapat menerangi hati akal pikiran. Terkait hal ini Imam Ali a.s, berkata :

مَنْذَرَ الْهَسْبِجَا نَهَا حَيَا لِهَقْلَبُهُو نَوَّرَ عَقْلَهُوْلُبُهُ

*Artinya: barang siapa berzikir dan mengingat Allah Swt akan menghidupkan hatinya serta menerangi akal dan pikirannya.*

2). Allah S.w.t akan mengingat hambanya

Telah dijelaskan dalam Q.S. Al-Baqarah: 152 tentang keutamaan zikir.

فَاذْكُرُونِيْ اَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِيْ وَلَا تَكْفُرُوْا

*Artinya: karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.*

3). Akan mendapatkan ampunan dari Allah Swt.

Dalam al-Qur'an surat Al-Ahzab: 35

وَالَّذِيْنَ كَرِهَ اللهُ كَثِيْرًا وَالَّذِيْنَ كَرِهَتْ اَعْدَاءُ اللهِ هُمْ مَّغْفِرَةٌ

وَأَجْرًا عَظِيْمًا

---

<sup>26</sup> *Op.cit* ,Anshori, h. 33

*Artinya: laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar.*

#### 4). Menentramkan Hati

Dalam al-Qur'an surat al-Ra'd: 28

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

*Artinya: (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.*

Dari berbagai uraian diatas, bahwa keutamaan zikir yaitu dapat menerangi hati dan pikiran; menentramkan jiwa; mendapat rahmat dari Allah Swt, mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari, sebagai pencuci jiwa, mendapatkan ampunan dari Allah, dan menentramkan hati.

#### 6. Manfaat Zikir Asmaul Husna

Zikir mempunyai manfaat yang besar, terutama dalam dunia yang modern seperti sekarang ini. Manfaat zikir antara lain :

##### a. Memantapkan Iman

Lawan zikir (*dzikir*) ialah *ghaflah* (lupa). Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain. Ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. *Dzikirullah* akan bermanfaat luas dalam kehidupan manusia.

Kemajuan yang telah dicapai oleh manusia, khususnya dalam bidang Iptek telah membawa mereka mencapai berbagai kemudahan, namun di sisi lain menimbulkan berbagai dampak yang tidak sesuai

dengan nilai-nilai kemanusiaan. Bersamaan dengan itu timbul sikap ingin serba cepat, enak, dan mudah. Yang menjadi ukuran dan pandangannya ialah yang bersifat materiil.

Pada saat yang demikian, diperlukan suatu keseimbangan hidup dan pembimbing ke arah jalan yang lurus, yakni zikir, sebab zikir berarti ingat kepada kekuasaan-Nya

#### b. Energi Akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi (kemerosotan) moral, diakibatkan oleh pelbagai rangsangan dari luar, khususnya melalui media massa. Pada saat seperti ini, zikir (sebagaimana yang dapat menumbuhkan iman tadi, dapat pula menjadi sumber energi akhlak). Zikir demikian ini, tidak hanya zikir substansial, namun zikir fungsional. Zikir kedua ini bisa dipahami dari hadis Rasulullah SAW:

*“Tumbuhkan dalam dirimu sifat-sifat (akhlak) Allah sesuai dengan kemampuan manusia. Berperilakulah dengan “akhlak” Allah semampumu”*

Dengan demikian, betapa penting mengetahui (*ma'rifat*) dan mengingat (*zikir*) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif. Karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dengan lisan, dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

Seorang Muslim yang mampu menginternalisasikan sifat-sifat dan nama-nama Allah ke dalam dirinya, kemudian mengekspresikannya dalam perilaku sehari-hari, jadilah orang itu manusia yang baik dan dijamin masuk surga. Sudah barang tentu yang menumbuhkan *akhlaq al-karimah* itu ialah zikir yang disertai pengertian dan pemahaman terhadap apa yang dibaca dan diucapkannya, ketika membaca lafal *Allahu Akbar* (Allah Maha Besar), akan memantulkan sifat lemah lembut, sebab hanya Dia-lah yang Maha Kuasa, sedangkan dirinya (yang membacanya) adalah sangat lemah. Ketika membaca *al-Qadir* (Maha Kuasa), *al-Khaliq* (Pencipta), dan sebagainya. Mereka yang zikir akan melakukan perbuatan yang baik

dan terpuji, karena jiwanya tumbuh kesadaran bahwa Allah SWT *ar-Raqib* (Maha Pengintai) dan seterusnya.

c. Terhindar dari Bahaya

Dalam kehidupan ini, khususnya kehidupan zaman modern, seseorang tak bisa terlepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Ingat kepada Allah, yang berarti konsentrasi terhadap ketentuan-Nya, ia akan serius dalam melakukan sesuatu, maka secara otomatis ia kan terhindar dari bahaya. Terjadinya musibah pada diri seseorang dikarenakan lengah terhadap hukum alam dan menyimpang dari sunnatullah.

Zikir akan mendatangkan nikmat dan rahmat Allah SWT. Rasulullah bersabda: *“Tiada suatu kelompok yang duduk dalam suatu majlis zikir kepada Allah, melainkan pasti dikelilingi oleh malaikat dan diliputi oleh rahmat-Nya dan diturunkan kepada mereka ketenangan, dan Allah pun sebut mereka di depan para malaikat.”*

d. Terapi Jiwa

Dunia modern yang sarat dengan berbagai tantangan, memerlukan kiat-kiat tertentu untuk mengeliminasi beberapa dampak negatifnya. Upaya itu tidak hanya bersifat eksternal, akan tetapi juga bersifat internal, yakni penataan jiwa atau hati seseorang, diperlukan adanya pegangan yang kokoh yang menjadi jaminan hidupnya, tidak lain ialah Zat yang menjadi poros, sumber, penggerak, dan tujuan semua yang ada, yaitu Allah SWT. Keberadaan-Nya tidak hanya diketahui secara kognitif, akan tetapi lebih jauh dari itu dihayati dalam jiwa. Penghayatan itu dalam terminologi Islam disebut zikir. Zikir yang bisa mempunyai fungsi mendidik diri dalam kehidupan ini tidak sembarang zikir, tetapi zikir yang dilakukan dengan tata cara yang telah ditentukan, sehingga zikir menjadi zikir yang fungsional, proposional, dan prosedural.<sup>27</sup>

Sedangkan manfaat zikir menurut Ibnu ‘Athailah al-Sakandari adalah sebagai berikut:

---

<sup>27</sup> Amin Syukur dan Fatimah Utsman, *Terapi Hati*, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2012, h. 66-68

1. Mengusir, menangkal, dan menghancurkan setan.
2. Membuat rida *al-Rahman* dan mendatangkan murka setan.
3. Menghilangkan segala kerisauan dan kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan.
4. Melenyapkan segala keburukan.
5. Memperkuat kalbu dan badan.
6. Memperbaiki apa yang tersembunyi dan apa yang kelihatan.
7. Membuat kalbu dan wajah menjadi bersinar terang.
8. Mempermudah datangnya rezeki.
9. Mendatangkan wibawa dan ketenangan pada pelakunya.
10. Mengilhamkan kebenaran dan sikap istiqamah dalam setiap urusan.
11. Memunculkan sikap *muraqabah* (merasa diawasi Allah) yang mengantarkan pada kondisi *ihsan*. Yaitu, kondisi saat hamba menyembah Allah dalam keadaan seolah-olah melihat-Nya.
12. Memunculkan keinginan untuk kembali pada Tuhan. Siapa yang banyak mengingat-Nya, itu akan membuatnya kembali kepada Tuhan dalam setiap persoalan.
13. Membuat si pezikir dekat kepada Tuhan.
14. Membuka pintu makrifat dalam kalbu
15. Menambah penghormatan dan rasa takut kepada Tuhan.
16. Mendatangkan sesuatu yang paling mulia dan yang paling agung yang dengan itu kalbu manusia menjadi hidup seperti hidupnya tanaman karena hujan. Zikir adalah makanan rohani sebagaimana nutrisi adalah makanan tubuh. Ia juga merupakan perangkat yang membuat kalbu bersih dari karat berupa lalai dan mengikuti hawa nafsu.
17. Menjadi lampu penerang bagi pikiran yang memberi petunjuk dalam kegelapan.
18. Menghapus dosa dan kesalahan. Sebab, setiap amal kebaikan akan menghapus kesalahan.
19. Melenyapkan kenestapaan yang diakibatkan oleh adanya jarak antara Tuhan dan hamba yang lalai.

20. Tasbih, takbir, dan tamjid yang dibaca akan mengangkat derajat pelakunya di tengah-tengah arasy yang mulia. Sebab, semua ibadah pada hari kiamat nanti akan berpisah kecuali zikir, tauhid, dan pujian kepada-Nya. Dan seterusnya.<sup>28</sup>

Secara ilmiah diterangkan Dadang Hawari yang dikutip oleh Al Kumayyi bahwa pelaksanaan zikir, langsung atau tidak langsung memberi pengaruh yang luar biasa pada percepatan penyembuhan penyakit mental dan fisik, Dadang Hawari menyatakan bahwa dipandang dari sudut kesehatan jiwa zikir dan doa mengandung unsur psikoterapeutik yang mendalam. Menurutnya, zikir mengandung kekuatan-kekuatan spiritual/ kerohanian yang membangkitkan rasa percaya diri dan optimisme (harapan kesembuhan).<sup>29</sup>

Sedangkan dalam pembentukan pribadi zikir memiliki peran yang sangat penting, bahwa zikir sebanyak-banyaknya dapat menghilangkan kemunafikan, karena orang munafik adalah sangat sedikit zikirnya kepada Allah, dan munafik setara dengan orang yang memiliki kepribadian ganda yang dalam istilah psikologi disebut dengan *Spit Personality* dan merujuk dengan apa yang disebut kepribadian rangkap (*Multiple Personality*) maka, salah satu tujuan zikir adalah untuk menghilangkan *Multiple Personality*, yang dalam bahasa agama istilah psikologis ini setara dengan *munafik*<sup>30</sup>. Melalui zikir yang istiqomah mampu membentuk pribadi yang integralistik sehingga dalam diri *zakir* terdapat *furqan*.<sup>31</sup>

Selain itu zikir dapat mendorong seseorang untuk mencapai kemajuan dan kemenangan secara terus menerus ketika seseorang

---

<sup>28</sup> Ibnu ‘Athailah al-Sakandari, *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah (Terapi Ma’rifat Zikir Penentram Hati)*, Terj. Fauzi Faizhal Bahreisy, ZAMAN, Jakarta, 2013, h. 74-76

<sup>29</sup> Sulaiman Al Kumayyi, *Op. Cit.*, h. 168

<sup>30</sup> Hanya kelihatannya saja percaya, suci, setia, dan sebagainya, tetapi sebenarnya tidak, Dewi S. Baratha, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Bintang Terang 99, Surabaya, 1995, h. 271.

<sup>31</sup> Pembatas atau Pembeda, pembeda antara perbuatan baik dan benar, selengkapnya, lihat Sulaiman Al Kumayyi, *Ibid*, h. 176

beristirahat atau dimanapun beraktivitas, serta dalam keadaan apapun. Pendek kata tidak ada suatu apapun yang menyebabkan seseorang mencapai kemajuan dan kemenangan secara terus menerus kecuali dengan zikir.<sup>32</sup>

## 7. Manfaat Asmaul Husna

1. *Ar-Rahman & Ar-Rahim* memiliki kegunaan buat mendatangkan afeksi dan kecintaan dari Allah , baik di global dan di akhirat.
2. *Al-Malik, Al-Aziz, Al-'Adl, Al-'Azhiim, Al-Khabiir* nan bermanfaat buat mendatangkan wibawa dan melancarkan pekerjaan .
3. *Al-Quddus* bermanfaat buat menjernihkan hati dan pikiran kita.
4. *Al-Salam* bermanfaat buat menyembuhkan penyakit dan menghindarkan dari bencana.
5. *Al-Mukmin* bermanfaat buat membebaskan kita dari segala macam gangguan nan menghadang.
6. *Al-Muhaimin* bermanfaat buat menjernihkan hati dan pikiran
7. *Al-Jabbar, Al-Khafidh, Al-Mu'izz, Al-Mudzill* bermanfaat buat menghindarkan dari kekerasan.
8. *Al-Muttakabbir, Al-Musawwiru* bermanfaat buat mendapatkan anak-anak nan saleh .
9. *Al-Ghafaar* bermanfaat membersihkan dosa-dosa dan kesalahan Anda.
10. *Al-Qahhar* bermanfaat buat menenangkan hati dan menjaga dari kezaliman.
11. *Al-Wahhaab, Ar-Razzaq, Al-Fattah, Al-Qabidh, Al-Baasith, Ar-Raafi'* bermanfaat buat melancarkan rejeki, dan mencukupkan kebutuhan Anda.
12. *Al-'alim* bermanfaat buat menunjukkan Anda kepada hal-hal nan tersembunyi & memudahkan dalam menuntut ilmu.

---

<sup>32</sup> Muhammad Al-Fateh, *Rahasia dan Keutamaan Zikir*, Lisan Pustaka, Jakarta, 2002, h.

13. *As-Samii'* bermanfaat buat mengabulkan keinginan kita.
14. *Al-Bashiir* bermanfaat buat meninggikan derajat/kedudukan manusia.
15. *Al-Hakam* bermanfaat buat membukakan keadilan atau kebenaran bagi manusia.
16. *Al-Lathif* bermanfaat buat menyembuhkan majemuk penyakit , menghalau kesulitan hidup, dan mendatangkan keselamatan.
17. *Al-Khabiir* bermanfaat buat membersihkan hati dan pikiran dari sifat buruk.
18. *Al-Haliim* bermanfaat buat mendatangkan ketenangan , menghindarkan diri dari bencana.
19. *Al-Ghafiur* bermanfaat buat menyembuhkan penyakit.
20. *Asy-Syakuur* bermanfaat buat menjadikan hati lebih tenang dan tenteram.
21. *Al- 'Alliy, Al Hafafizh,* bermanfaat buat membantu meningkatkan keimanan dan menjaga keselamatan kita.
22. *Al-Muqittu, Asy-Syahiid* bermanfaat buat menjaga anak-anak dari sifat buruk
23. *Al-Hasiib, Al-Qawiyy* bermanfaat buat menghindarkan diri dari kejahatan dan kebatilan orang lain. Dengan rutin mengamalkan dzikir ini, maka Insya Allah Anda akan terhindar dari rasa takut.
24. *Al-Jaliil* bermanfaat sebagai penambah amal kebaikan.
25. *Al-Kariim* bermanfaat buat kemuliaan dan kebaikan hayati kita selama di global dan di akhirat.
26. *Ar-Raqiib* bermanfaat buat menjaga diri sendiri, keluarga, dan hartanya. Jadi, dengan mengamalkan dzikir ini, semuanya akan berada dalam lindungan Allah Swt.
27. *Al-Mujiib, Al-Qaadir* bermanfaat agar doa kita mudah dikabulkan oleh Allah Swt.

28. *Al-Waasi'*, *Al-Hakiim*, *Ash-Shamaat* bermanfaat buat memudahkan mencari rezeki dan terhindar dari kesulitan.
29. *Al-Waduud* bermanfaat buat mendamaikan seseorang nan berselisih
30. *Al-Majiid* bermanfaat buat mendapatkan kemuliaan .
31. *Al-Baats* bermanfaat buat melembutkan hati kita agar selalu takut kepada Allah Swt.
32. *Al-Haqq* bermanfaat buat menemukan barang nan hilang. Jadi dengan mengamalkan dzikir ini, maka dengan izin Allah barang nan hilang akan ditemukan.
33. *Al-Wakiil* bermanfaat sebagai doa memohon konservasi dari rasa takut.
34. *Al-Matiin* bermanfaat buat menghindarkan diri dari kesulitan hidup.
35. *Al-Waliyy*, *Al Muakhiir* bermanfaat sebagai doa agar dijadikan sebagai kekasih/wali Allah
36. *Al-Hamiid* bermanfaat sebagai doa agar kita dicintai dan dihormati orang.
37. *Al-Mushii*, *Al-Wahiid*, *Al-Ahaad* bermanfaat buat mendatangkan kemudahan.
38. *Al-Mubdi'* bermanfaat buat menghindarkan diri dari musibah .
39. *Al-Mu'iid* sebagai doa konservasi dan keselamatan.
40. *Al-Muhyii* sebagai doa buat meringankan persoalan atau beban nan berat.
41. *Al-Mumiit* sebagai senjata buat mengalahkan musuh .
42. *Al-Hayy* sebagai doa buat memanjangkan usia, menyembuhkan dari penyakit.
43. *Al-Qayyim* membuat Anda terhindar dari kekurangan.
44. *Al-Waajid* akan membuat Anda menjadi orang nan pemurah.

45. *Al-Maajid, Al Muqtadir*, akan mencerahkan hati.<sup>33</sup>

**8. 99 Nama Allah (Asmaul Husna) Arab dan Artinya**

No.	Nama	Arab	Indonesia
	Allah	الله	Allah
1	Ar Rahman	الرحمن	Yang Maha Pemurah
2	Ar Rahiim	الرحيم	Yang Maha Penyayang
3	Al Malik	الملك	Yang Maha Merajai/Memerintah
4	Al Quddus	القدوس	Yang Maha Suci
5	As Salaam	السلام	Yang Maha Memberi Kesejahteraan
6	Al Mu`min	المؤمن	Yang Maha Memberi Keamanan
7	Al Muhaimin	المهيمن	Yang Maha Pemelihara
8	Al `Aziiz	العزيز	Yang Maha Perkasa
9	Al Jabbar	الجبار	Yang Memiliki Mutlak Kegagahan
10	Al Mutakabbir	المتكبر	Yang Maha Megah, Yang Memiliki Kebesaran
11	Al Khaliq	الخالق	Yang Maha Pencipta
12	Al Baari`	البارئ	Yang Maha Melepaskan (Membuat, Membentuk, Menyeimbangkan)
13	Al Mushawwir	المصور	Yang Maha Membentuk Rupa (mahluknya)
14	Al Ghaffaar	الغفار	Yang Maha Pengampun
15	Al Qahhaar	القهار	Yang Maha Memaksa
16	Al Wahhaab	الوهاب	Yang Maha Pemberi Karunia

<sup>33</sup> Neil Douglas-Klotz, *The Sufi of Life 99 Pathways of the Heart for the Modern Darvish (Terapi Asmaul Husna Untuk Zaman Kita*, Terj. Agung Prihantoro, Cet.1, PT. SERAMBI ILMU SEMESTA Anggota IKAPI, Jakarta, 2005. h.47

17	Ar Razzaaq	الرزاق	Yang Maha Pemberi Rezeki
18	Al Fattaah	الفتاح	Yang Maha Pembuka Rahmat
19	Al `Aliim	العليم	Yang Maha Mengetahui (Memiliki Ilmu)
20	Al Qaabidh	القابض	Yang Maha Menyempitkan (mahluknya)
21	Al Baasith	الباسط	Yang Maha Melapangkan (mahluknya)
22	Al Khaafidh	الخافض	Yang Maha Merendahkan (mahluknya)
23	Ar Raafi`	الرافع	Yang Maha Meninggikan (mahluknya)
24	Al Mu`izz	المعز	Yang Maha Memuliakan (mahluknya)
25	Al Mudzil	المدل	Yang Maha Menghinakan (mahluknya)
26	Al Samii`	السميع	Yang Maha Mendengar
27	Al Bashiir	البصير	Yang Maha Melihat
28	Al Hakam	الحكم	Yang Maha Menetapkan
29	Al `Adl	العدل	Yang Maha Adil
30	Al Lathiif	اللطيف	Yang Maha Lembut
31	Al Khabiir	الخبير	Yang Maha Mengenal
32	Al Haliim	الحليم	Yang Maha Penyantun
33	Al `Azhiim	العظيم	Yang Maha Agung
34	Al Ghafuur	الغفور	Yang Maha Pengampun
35	As Syakuur	الشكور	Yang Maha Pembalas Budi (Menghargai)
36	Al `Aliy	العلى	Yang Maha Tinggi

37	Al Kabiir	الكبير	Yang Maha Besar
38	Al Hafizh	الحفيظ	Yang Maha Memelihara
39	Al Muqiit	المقيت	Yang Maha Pemberi Kecukupan
40	Al Hasiib	الحسيب	Yang Maha Membuat Perhitungan
41	Al Jaliil	الجليل	Yang Maha Mulia
42	Al Kariim	الكريم	Yang Maha Mulia
43	Ar Raqiib	الرقيب	Yang Maha Mengawasi
44	Al Mujiib	المجيب	Yang Maha Mengabulkan
45	Al Waasi`	الواسع	Yang Maha Luas
46	Al Hakiim	الحكيم	Yang Maha Maka Bijaksana
47	Al Waduud	الودود	Yang Maha Mengasihi
48	Al Majiid	المجيد	Yang Maha Mulia
49	Al Baa`its	الباعث	Yang Maha Membangkitkan
50	As Syahiid	الشهيد	Yang Maha Menyaksikan
51	Al Haqq	الحق	Yang Maha Benar
52	Al Wakiil	الوكيل	Yang Maha Memelihara
53	Al Qawiyyu	القوى	Yang Maha Kuat
54	Al Matiin	المتين	Yang Maha Kokoh
55	Al Waliyy	الولى	Yang Maha Melindungi
56	Al Hamiid	الحميد	Yang Maha Terpuji
57	Al Muhshii	المحصى	Yang Maha Mengalkulasi (Menghitung Segala Sesuatu)
58	Al Mubdi`	المبدئ	Yang Maha Memulai
59	Al Mu`iid	المعيد	Yang Maha Mengembalikan Kehidupan
60	Al Muhyii	المحيى	Yang Maha Menghidupkan
61	Al Mumiitu	المميت	Yang Maha Mematikan

62	Al Hayyu	الحي	Yang Maha Hidup
63	Al Qayyuum	القيوم	Yang Maha Mandiri
64	Al Waajid	الواجد	Yang Maha Penemu
65	Al Maajid	الماجد	Yang Maha Mulia
66	Al Wahiid	الواحد	Yang Maha Tunggal
67	Al Ahad	الاحد	Yang Maha Esa
68	As Shamad	الصمد	Yang Maha Dibutuhkan, Tempat Meminta
69	Al Qaadir	القادر	Yang Maha Menentukan, Maha Menyeimbangkan
70	Al Muqtadir	المقتدر	Yang Maha Berkuasa
71	Al Muqaddim	المقدم	Yang Maha Mendahulukan
72	Al Mu`akkhir	المؤخر	Yang Maha Mengakhirkan
73	Al Awwal	الأول	Yang Maha Awal
74	Al Aakhir	الأخر	Yang Maha Akhir
75	Az Zhaahir	الظاهر	Yang Maha Nyata
76	Al Baathin	الباطن	Yang Maha Ghaib
77	Al Waali	الوالي	Yang Maha Memerintah
78	Al Muta`alii	المتعالي	Yang Maha Tinggi
79	Al Barru	البر	Yang Maha Penderma (Maha Pemberi Kebajikan)
80	At Tawwaab	التواب	Yang Maha Penerima Tobat
81	Al Muntaqim	المنتقم	Yang Maha Pemberi Balasan
82	Al Afuww	العفو	Yang Maha Pemaaf
83	Ar Ra`uuf	الرؤوف	Yang Maha Pengasuh
84	Malikul Mulk	مالك الملك	Yang Maha Penguasa Kerajaan (Semesta)

85	Dzul Jalaali Wal Ikraam	ذو الجلال و الإكرام	Yang Maha Pemilik Kebesaran dan Kemuliaan
86	Al Muqsith	المقسط	Yang Maha Pemberi Keadilan
87	Al Jamii`	الجامع	Yang Maha Mengumpulkan
88	Al Ghaniyy	الغنى	Yang Maha Kaya
89	Al Mughnii	المغنى	Yang Maha Pemberi Kekayaan
90	Al Maani	المانع	Yang Maha Mencegah
91	Ad Dhaar	الضار	Yang Maha Penimpa Kemudharatan
92	An Nafii`	النافع	Yang Maha Memberi Manfaat
93	An Nuur	النور	Yang Maha Bercahaya (Menerangi, Memberi Cahaya)
94	Al Haadii	الهادئ	Yang Maha Pemberi Petunjuk
95	Al Badii`	البدیع	Yang Maha Pencipta Yang Tiada Bandingannya
96	Al Baaqii	الباقى	Yang Maha Kekal
97	Al Waarits	الوارث	Yang Maha Pewaris
98	Ar Rasyiid	الرشيد	Yang Maha Pandai
99	As Shabuur	الصبور	Yang Maha Sabar

## 9. Dalil yang berkaitan dengan Asmaul Husna

Berikut adalah beberapa dalil dan terjemahan yang terkandung di dalam al-Qur'an dan Hadits tentang asmaul husna:

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۖ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ

“Dialah Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia. Dia mempunyai Al asmaul husna (nama-nama yang baik)”. (Qs Thaa-Haa: 8).

قُلْ أَدْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ ۗ

وَلَا تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتُ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا ﴿١١٠﴾

Katakanlah: "Serulah Allah atau serulah Ar-Rahman. dengan nama yang mana saja kamu seru, Dia mempunyai Al asmaaul husna (nama-nama yang terbaik) dan janganlah kamu mengeraskan suaramu dalam shalatmu dan janganlah pula merendahnya dan carilah jalan tengah di antara kedua itu". (Qs.al-Israa': 110)

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي أَسْمَائِهِ ۗ

سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١٨٠﴾

"Hanya milik Allah asma-ul husna, Maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut asma-ul husna itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyimpang dari kebenaran dalam (menyebut) nama-nama-Nya. nanti mereka akan mendapat Balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan." (Qs. Al-A'raaf: 180).

Dari Abu Hurairah r.a Rasulullah SAW bersabda: "Sesungguhnya Allah memiliki 99 nama, seratus kurang satu. Siapa yang menghafalkannya atau menjaganya, maka akan masuk surga." (HR.Bukhori).<sup>34</sup>

## B. Self Awareness

### 1. Pengertian Self

Dalam kamus bahasa Inggris *self* berarti diri.<sup>35</sup> *Self* disini berisi pola pengamatan dan penilaian yang sadar terhadap diri sendiri baik sebagai subjek maupun obyek. Istilah *self* di dalam psikologi mempunyai dua arti, yaitu :

<sup>34</sup> Amin Syukur, *op.cit.* h. 66

<sup>35</sup> John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, Gramedia, Jakarta:

- a. Sikap dan perasaan seseorang terhadap dirinya sendiri
- b. Suatu keseluruhan proses psikologis yang menguasai tingkah laku dan penyesuaian diri.

Arti yang pertama itu dapat disebut pengertian *self* sebagai obyek, karena pengertian ini menunjukkan sikap, perasaan, pengamatan dan penelitian seseorang terhadap dirinya sendiri sebagai obyek. Dalam hal ini *self* berarti apa yang difikirkan orang tentang dirinya. Arti yang kedua dapat disebut dengan *self* sebagai proses. Dalam hal ini *self* itu adalah suatu yang terdiri dari proses-proses aktif seperti berfikir, mengingat dan mengamati.<sup>36</sup>

Kedua pengertian itu demikian berbeda sehingga ada penulis-penulis yang mempergunakan istilah yang berlainan: kalau bermaksud untuk menunjukkan pengertian terhadap dirinya sendiri memakai istilah *self*, sedangkan kalau bermaksud untuk menunjukkan kelompok daripada proses-proses psikologi dipakai istilah ego. Akan tetapi cara ini tidak selalu diikuti, kadang-kadang *self* dan ego dipakai dalam arti yang berkebalikan dengan apa yang dikemukakan diatas, atau dapat juga terjadi baik pengertian *self* maupun pengertian ego dipakai untuk menunjukkan kedua-duanya.

Dalam hal itu haruslah diingat, bahwa tidak ada teori modern mengenai *self* yang berpendapat bahwa ada aspek kejiwaan sebagai sesuatu yang ada di dalam (sebagai isi) yang mengatur perbuatan-perbuatan manusia. *Self*, baik itu dimaksudkan sebagai obyek maupun sebagai proses, ataupun kedua-duanya bukanlah suatu *homunculus* atau “manusia di dalam dada” atau jiwa; tetapi pengertian tersebut terutama dimaksudkan untuk menunjuk kepada obyek proses-proses psikologis itu sendiri, dan proses-proses tersebut di anggap dikuasai oleh hukum sebab akibat. Dengan kata lain, pengertian *self* itu tidak dipakai dalam arti metafisis atau keagamaan, tetapi dipakai dalam arti psikologis ilmiah (positif). Teori *self* menunjukkan usaha yang sungguh-sungguh untuk menyelidiki gejala-gejala dan membuat

---

<sup>36</sup> Sumadi Suryabarata, *Psikologi Kepribadian*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1983. h.

konsepsi dari hasil penyelidikan mengenai tingkah laku itu. Jadi, didalam menunjukkan *self* sebagai proses, itu yang dimaksud tidak lain daripada nama bagi sekelompok proses.<sup>37</sup>

## 2. Pengertian Awareness

Dalam kamus psikologi secara terminologi *Awareness* adalah kesadaran, keadaan, kesiagaan, kesediaan, atau mengetahui sesuatu kedalam pengenalan atau pemahaman peristiwa-peristiwa lingkungan atau kejadian-kejadian internal.<sup>38</sup> Secara istilah kesadaran mencakup pengertian persepsi, pemikiran atau perasaan, dan ingatan seseorang yang aktif pada saat tertentu. Dalam pengertian ini *Awareness* (kesadaran) sama artinya dengan mawas diri. Kesadaran juga mencakup persepsi dan pemikiran yang secara samar-samar disadari oleh individu hingga akhirnya perhatian terpusat. Oleh sebab itu, ada tingkatan mawas diri (*Awareness*) dalam kesadaran.<sup>39</sup>

Menurut konsep Suryamentaram, bahwa mawas diri adalah sebagai cara latihan *Milah-mlahake* (memilah-milah) rasa sendiri dengan rasa orang lain untuk meningkatkan kemampuan menghayati rasa orang lain sebagai manifestasi tercapainya pertumbuhan dan perkembangan kepribadian yang sehat dan sejahtera. Hasil penelitian Yosshimich mendapati bahwa pemahaman diri melalui tahapan mawas diri mampu menunjukkan bahwa pada diri seseorang ada elemen kunci yang sangat menentukan bahagia tidaknya seseorang, elemen ini adalah elemen yang selalu stabil, tenang, serta damai, dan elemen-elemen yang berubah ubah, senantiasa berubah serta selalu berusaha menuruti keinginannya sendiri, terutama yang berhubungan dengan *semat, drajat, dan kramat*.<sup>40</sup>

---

<sup>37</sup>*Ibid*, h. 291

<sup>38</sup>J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2001. h. 450

<sup>39</sup>Rita L. Atkinson dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I*, jilid I, Erlangga, Jakarta, 1983. h. 250

<sup>40</sup>NanikPrihartanti, *Kepribadian Sehat Menurut Konsep Suryamentaram*, Muhammadiyah University Press, Surakarta, 2004. h.43

Dengan mealakukan mawas diri, orang akan mampu senantiasa mengamati keinginan secara damai dan memadu dua keinginan agar senantiasa mengikuti jalan alamiah dan bertingkah laku yang benar.

Seseorang akan memperoleh kebahagiaan ketika seseorang mampu memposisikan dirinya yang mandiri dan terbebas dari keinginan yang tidak stabil dan mudah terombang-ambing oleh berbagai keadaan yang ada. Dengan cara tersebut, maka seseorang dapat memperoleh ketenangan, kesejukan dan kestabilan sehingga seseorang dapat hidup sehat dan bahagia. Kebahagiaan sejati tidak tergantung pada waktu, tempat dan keadaan.<sup>41</sup>

### 3. Pengertian *Self Awareness*

Secara terminologi *Self Awareness* (kesadaran diri) adalah wawasan kedalam atau wawasan mengenai alasan-alasan dari tingkah laku sendiri, pemahaman diri sendiri.<sup>42</sup>

Menurut Arthur S. Reber and Emily Rebet, *Self Awareness generally the condition of being aware of or conscious of one self-in the sence of having a relatively objektive but open and accepting appraisal of one's true personal nature.*<sup>43</sup> Artinya: pada umumnya, kondisi tahu atau sadar diri sendiri dalam pengertian yang mempunyai obyek secara relatif tetapi membuka dan menerima penilaian dari kebenaran sifat individu.

Dalam memahami *Self Awareness*, penulis menggunakan teori model Carl Rogers tentang konsep orang yang berfungsi sepenuhnya. Ide pokok teori Carl Rogers yaitu individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, menentukan hidup, dan menghargai masalah-masalah psikisnya asalkan konselor mampu menciptakan kondisi yang dapat mempermudah perkembangan individu untuk aktualisasi diri.

Hal pertama yang dikemukakan tentang versi Carl Rogers mengenai kepribadian yang sehat yakni, kepribadian sehat itu bukan merupakan suatu keadaan dari ada, melainkan suatu proses, "suatu arah bukan tujuan".

---

<sup>41</sup> *Ibid*, h. 44

<sup>42</sup> J.P. Chaplin, terj. Kartini Kartono, *Op.cit*, h. 450

<sup>43</sup> Arthur S. Reber and Emily Reber, *The Penguin Dictionary of Psychology*, Brooklyn, New York, 1984.h. 660

Aktualisasi diri berlangsung terus; tidak pernah merupakan suatu kondisi yang selesai atau statis. Tujuan ini, yakni orientasi ke masa depan, menarik individu ke depan, yang selanjutnya mendiferensiasikan dan mengembangkan segala segi dari diri

Hal kedua tentang aktualisasi diri ialah aktualisasi diri merupakan proses yang sukar dan kadang-kadang menyakitkan. Aktualisasi diri merupakan suatu ujian, rentangan, dan pecutan terus-menerus terhadap semua kemampuan seseorang. Rogers menulis, aktualisasi diri merupakan keberanian untuk ada. Hal ini berarti meluncurkan diri sendiri sepenuhnya ke dalam arus kehidupan. Orang tua terbenam dalam dan terbuka kepada seluruh ruang lingkup emosi dan pengalaman manusia dan merasakan hal-hal ini jauh lebih dalam daripada seseorang yang kurang sehat.

Hal yang ketiga tentang orang-orang yang mengaktualisasikan diri, yakni mereka benar-benar adalah diri mereka sendiri. Mereka tidak bersembunyi di belakang topeng-topeng atau kedok-kedok, yang berpura-pura menjadi suatu yang bukan mereka dan menyembunyikan sebagian diri mereka. Akan tetapi orang-orang yang mengaktualisasikan tidak agresif, memberontak secara terus-terang atau dengan sengaja tidak konvensional dalam mencemoahkan aturan-aturan orang tua atau masyarakat. Mereka mengetahui bahwa mereka dapat berfungsi sebagai individu-individu dalam sanksi-sanksi dan garis-garis pedoman jelas dari masyarakat.<sup>44</sup>

Di samping ulasan-ulasan di atas, Rogers memberikan lima sifat orang yang berfungsi sepenuhnya, diantaranya sebagai berikut:

a. Keterbukaan pada pengalaman

Seseorang yang tidak terhambat oleh syarat-syarat penghargaan, bebas untuk mengalami semua perasaan dan sikap. Tak satu pun yang harus dilawan karena tak satu pun ada yang mengancam. Jadi, keterbukaan pada pengalaman adalah lawan dari sikap defensif. Setiap pendirian dan perasaan yang berasal dari dalam dan luar disampaikan

---

<sup>44</sup> Ainun Fitriyah, Skripsi: *Pengaruh Meditasi Zikir Terhadap Self Awareness (Studi Eksperimen di Panti Sosial Asuhan Anak Darul Hadlonah Semarang)*, Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, UIN Walisongo Semarang, 2007, h. 25

ke sistem syaraf organisme tanpa paksaan atau tekanan. Orang yang demikian mengetahui segala sesuatu tentang kodratnya, tidak ada segi kepribadian tertutup. Ini berarti bahwa kepribadian adalah fleksibel, tidak hanya mau menerima pengalaman-pengalaman yang diberikan oleh kehidupan, tetapi juga dapat menggunakannya dalam membuka kesempatan-kesempatan persepsi dan ungkapan baru. Sebaliknya kepribadian orang yang defensive, yang beroperasi menurut syarat-syarat penghargaan adalah statis, bersembunyi di belakang peranan-peranan, tidak dapat menerima atau bahkan mengetahui pengalaman-pengalaman tertentu.

b. Kehidupan Eksistensial

Orang yang berfungsi sepenuhnya dapat menyesuaikan diri karena struktur diri, terus menerus terbuka kepada pengalaman-pengalaman baru. Kepribadian demikian ini tidak kaku atau tidak dapat diramalkan. Rogers percaya bahwa kualitas dari kehidupan eksistensial ini merupakan segi yang sangat esensial dari kepribadian yang sehat. Kepribadian terbuka kepada segala sesuatu yang terjadi pada momen itu dan menemukan dalam setiap pengalaman suatu struktur yang dapat berubah dengan mudah sebagai respon atas pengalaman momen yang berikutnya.

c. Kepercayaan Terhadap Organisme Orang Sendiri

Orang yang berfungsi sepenuhnya dapat bertindak menurut impuls-impuls yang timbul seketika dan intuitif. Dalam tingkah laku yang demikian itu terdapat banyak spontanitas dan kebebasan, tetapi tidak sama dengan bertindak buru-buru atau sama sekali tidak memperhatikan konsekuensi-konsekuensinya. Disamping itu, orang yang sehat terbuka sepenuhnya pada pengalaman, maka individu yang sehat dapat membiarkan seluruh organisme mempertimbangkan setiap segi dan situasi. Semua faktor yang relevan diperhitungkan dan dipertimbangkan serta akan mencapai keputusan yang memuaskan di semua situasi dengan sangat baik.

d. Perasaan Bebas

Orang yang sehat dapat memilih dengan bebas tanpa adanya paksaan-paksaan atau rintangan-rintangan antara pikiran dan tindakan. Orang yang berfungsi sepenuhnya memiliki suatu perasaan berkuasa secara pribadi mengenai kehidupan dan percaya bahwa masa depan tergantung pada dirinya, tidak diatur oleh tingkah laku, keadaan, atau peristiwa-peristiwa masa lampau. Karena merasa bebas dan berkuasa ini maka orang sehat melihat sangat banyak pilihan dalam kehidupan dan merasa mampu melakukan apa saja yang mungkin ingin dilakukannya.

e. Kreativitas

Rogers percaya bahwa orang-orang yang berfungsi sepenuhnya lebih mampu menyesuaikan diri dan bertahan terhadap perubahan yang drastis dalam kondisi di lingkungannya. Mereka memiliki kreativitas dan spontanitas untuk menanggulangi perubahan-perubahan yang traumatis sekalipun, seperti dalam pertempuran atau bencana-bencana alamiah. Jadi, Rogers melihat orang-orang yang berfungsi sepenuhnya merupakan “barisan depan yang layak” dalam proses evolusi manusia.<sup>45</sup>

**C. Pengaruh Zikir Asmaul Husna terhadap *Self Awareness* (kesadaran diri)**

*Self awareness* (kesadaran diri) adalah wawasan mengenai tingkah laku sendiri, pemahaman diri sendiri. Seseorang yang sadar akan dirinya sendiri cenderung akan mengaktualisasikan dirinya untuk menjadi manusia yang berfungsi sepenuhnya. Sebagai manusia yang berfungsi sepenuhnya, maka akan mengaktualkan bukan teraktualkan.<sup>46</sup>

Kesadaran diri sangat berpengaruh dalam memberikan motivasi untuk mengaktualisasikan diri. Terutama pada anak yang berada di dalam Panti Asuhan. Kondisi anak Panti Asuhan yang ditinggal oleh

---

<sup>45</sup> *Ibid*, h. 26-27

<sup>46</sup> Duane P. Schultz, Sydney Ellen Schultz, A, Terj. Lita Hardian, *Sejarah Psikologi Modern*, Penerbit Nusa Medika, Bandung, 2014, h. 569

keluarganya membutuhkan seseorang yang bisa memberikan motivasi penuh untuk bisa menjadi manusia yang berfungsi sepenuhnya. Saat kebutuhan-kebutuhan fisiologis mereka terpenuhi, saat itu pula terdapat kebutuhan-kebutuhan yang lain seperti keamanan jiwa. Ciri kebutuhan terhadap keamanan ini seperti: kebutuhan akan rasa aman, bebas dari rasa takut dan khawatir.<sup>47</sup>

Selain memberikan kebutuhan rasa aman secara fisiologis, untuk menumbuhkan *Self Awareness* (kesadaran diri) anak Panti Asuhan juga dibutuhkan ketenangan jiwa yang diperoleh melalui zikir. Zikir memberikan manfaat spiritual yang sangat besar yaitu sebagai ketenangan jiwa, percaya diri, pengendali emosi, menghilangkan kecemasan, dan kemampuan mawas diri.<sup>48</sup>

Seseorang yang melupakan zikir akan berakibat melupakan jiwanya, Tuhannya, bahkan sering berbuat yang tercela. Menurut Anshori dalam sebuah penelitiannya, dikatakan bahwa timbulnya gangguan kejiwaan sesungguhnya berpangkal pada ketidaksadaran diri bahwa dirinya itu tidak mampu mengejar apa yang di cita-citakan. Mereka tetap memforsir segala potensi akal budinya sehingga kelelahan. Menurut anggapannya, segala keinginan jika diusahakan dengan pengerahan segenap potensi tenaga dan pikiran pasti akan tercapai. Tidak disadari bahwa kemampuan manusia itu terbatas dan ada macam kekalutann mental lainnya.

Salah satu bentuk zikir adalah dengan menggunakan *Asmaul Husna*, yakni mengingat Allah dengan asma-asmaNya yang terdapat di dalam *Asmaul Husna*. Zikir *Asmaul Husna* dapat dijadikan sarana untuk menumbuhkan sifat-sifat yang positif pada diri seseorang, dengan cara menginternalisasikan sifat-sifat yang tercermin dalam *Asmaul Husna*. Ketika seseorang dapat menerapkan sifat-sifat Allah yang tercermin

---

<sup>47</sup> Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 Gangguan-gangguan Kejiwaan*, Rajawali, Jakarta, h. 240

<sup>48</sup> Ainun Fitriyah, *Pengaruh Meditasi Zikir Terhadap Self Awareness*, Skripsi (Tidak diterbitkan), Semarang, 2007, h. 28.

dalam asma-Nya di dalam kehidupan, maka orang tersebut akan mendapatkan ketenangan batin serta ketentraman di dalam kehidupannya, serta zikir Asmaul Husna dapat memberikan dampak positif bagi mereka yang mengamalkan, karena zikir dapat mencegah seseorang dari sifat-sifat tercela.<sup>49</sup>

Dari ketenangan batin dan ketentraman inilah yang dapat menjadikan *self awareness* seseorang lebih tinggi dan cenderung akan melakukan aktualisasi diri untuk menjadi manusia yang berfungsi sepenuhnya. Hal ini yang nantinya akan terbukti pada kelompok yang diberi *treatment* (perlakuan) zikir asmaul husna yaitu pada kelompok eksperimen dengan kelompok yang tidak diberi *treatment* (perlakuan) yaitu pada kelompok kontrol. Pada kelompok yang diberi zikir asmaul husna maka kesadaran dirinya jauh lebih tinggi daripada kelompok yang tidak diberi perlakuan zikir asmaul husna.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>50</sup>

Berdasarkan teori-teori yang dikemukakan di atas dan analisis dari teori tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Ada perbedaan yang signifikan *self awareness* (kesadaran diri) pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah melakukan zikir asmaul husna.
2. Ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

---

<sup>49</sup> *Op.cit*, Baidi Bukhori, h. 61.

<sup>50</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006, h.64



## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

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

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Dalam hal ini, eksperimen merupakan penelitian yang dikembangkan untuk mempelajari fenomena dalam rangka hubungan sebab-akibat, yang dilakukan dengan memberikan perlakuan oleh peneliti kepada subjek penelitian, selanjutnya dipelajari atau diobservasi efek perlakuan tersebut dengan mengendalikan variabel yang tidak dikehendaki.<sup>1</sup>

Dalam arti kata luas, bereksperimen ialah mengadakan kegiatan percobaan untuk dilihat suatu hasil. Tujuan dalam eksperimen adalah mengamati (observasi) terhadap akibat yang ditimbulkan perlakuan. Dalam eksperimen ini terdapat unsure-unsur pokok yaitu :

1. Adanya dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
2. Adanya *controlled variabel*, yaitu factor yang dikendalikan atau dipersamakan untuk kedua grup diatas
3. Adanya *treatment variabel*, yaitu kondisi-kondisi yang dipandang menjadi sebab dari suatu gejala yang diharapkan, yang diberikan secara berbeda kepada kedua kelompok tersebut.
4. Adanya *behavior variables*, yaitu gejala-gejala tertentu dari segi mana pengaruh dari treatment yang akan dinilai.<sup>2</sup>

Dalam metode eksperimental, peneliti dengan sengaja menimbulkan keadaan atau situasi yang ingin diteliti atau dengan kata lain peneliti mengenakan perlakuan atau treatment yang ingin diketahui akibat dari treatment tersebut. Prinsip dalam eksperimen ini ialah ingin mengetahui efek suatu perlakuan yang dikenakan oleh peneliti terhadap keadaan yang dikenai.

---

<sup>1</sup> Latipun, *Psikologi Eksperimen*, UMM Press, Malang, 2004 cet.2 h. 15

<sup>2</sup> Sutrisn Hadi, *Metodologi Research IV*, Penerbit Andi Offset, Yogyakarta, 2001, cet. VII h. 509

Selain ciri adanya perlakuan, maka dalam eksperimen perlu adanya kontrol untuk dapat mengontrol apakah perubahan yang betul-betul sebagai akibat dari perlakuan tersebut. Karena itu dalam, eksperimen diperlukan adanya kelompok kontrol disamping adanya kelompok eksperimen.<sup>3</sup> Sedangkan mengenai rancangan-rancangan eksperimentalnya Campbell dan Stanley membagi dalam 3 kategori, yaitu rancangan *pra-experimental*, rancangan eksperimenn sungguhan (*true experimental design*) dan rancangan eksperimental semu (*quasi experimental design*). Rancangan *pra experimental* merupakan suatu rancangan yang terdiri dari satu kelompok perlakuan dengan diberikan hanya pasca uji ataupun disertai pra uji saja tanpa adanya kelompok kontrol apapun. Rancangan *true experimental* adalah suatu rancangan yang terdiri dari dua kelompok, yaitu sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Keduanya diberikan pra dan pasca uji (*test*) tetap hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (*treatment*). Kemudian mengenai rancangan *quasi experimental design* atau eksperimen semu adalah suatu eksperimen yang dilakukan tanpa randomisasi, namun masih menggunakan kelompok kontrol dan juga disertai *pre* dan *post test*.<sup>4</sup>

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan *True experimental* yang mana pada penelitian ini menggunakan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Yang kedua-duanya sama-sama mendapatkan *pretest dan posttest*, tetapi cuma satu kelompok yang diberikan perlakuan zikir Asmaul Husna.

## **B. Variabel Penelitian**

Dalam penelitian peneliti menentukan variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian eksperimen sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X) : Zikir Asmaul Husna
2. Variabel Terikat (Y) : *Self Awareness*.

---

<sup>3</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Andi Offset, Yogyakarta, 2002, h.18-19

<sup>4</sup>Consuelo G. Sevilla, *Pengantar Metode Penelitian*, terj. Alimuddin Tuwu, UI-Press, Jakarta, 1993 h. 104-107 .

Kelompok yang dikenai variabel eksperimental disebut sebagai kelompok eksperimen dan yang tidak dikenai variabel eksperimental disebut dengan kelompok kontrol. Kemudian dalam desain penelitian ini desain penelitian eksperimen yang digunakan adalah *Before-After* atau *Pre test- Post test Control Group Design*.<sup>5</sup>

### C. Definisi Operasional

#### a. Zikir Asmaul Husna

Zikir asmaul husna dalam penelitian ini mengucapkan secara lisan dan menghayati dalam hati nama-nama terbaik Allah SWT yang berjumlah 99 (*asmaul husna*). Zikir sebagai *treatment* (perlakuan) pada kelompok eksperimen.

#### b. *Self Awareness*

*Self Awareness* adalah sebuah wawasan kedalam atau wawasan mengenai alasan-alasan tingkah laku sendiri, dan pemahaman diri sendiri. Dalam memahami *self awareness*, peneliti menggunakan teori model Carl Rogers tentang orang yang berfungsi sepenuhnya. Ide pokok dari teori Carl Rogers yaitu individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, menentukan hidup, dan mengaktualisasikan diri. Indikator dari sifat orang yang berfungsi sepenuhnya menurut Rogers yaitu :

1. Keterbukaan pada pengalaman
2. Kehidupan Eksistensial
3. Kepercayaan Terhadap Organisme Orang Sendiri
4. Perasaan Bebas
5. Kreativitas

### D. Rancangan Eksperimen

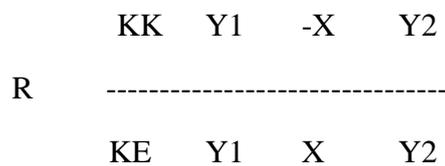
Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental yang menggunakan rancangan eksperimen *Before-After* atau *Pre-Test-*

---

<sup>5</sup> Liche Seniati, Psikologi Eksperimen, PT. Indeks Kelompok Gramedia, Jakarta, 2005, h.136

*Post-test Control Group Design* dengan membandingkan *pretest-posttest* kelompok eksperimen dan *pretest-posttest* kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberi perlakuan berupa zikir asmaul husna. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan namun diberikan ceramah dan diskusi mengenai “Motivasi Hidup”. Tetapi kedua kelompok tersebut mendapatkan tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) dengan menggunakan skala *Self Awareness*.

Adapun rancangan eksperimen dapat ditunjukkan dalam gambar berikut:



Keterangan :

R = Random penugasan

KK = Kelompok kontrol yang diberi ceramah dan diskusi

KE = Kelompok eksperimen yang diberi perlakuan zikir Asmaul Husna

Y1 = Skor *Self Awareness* sebelum perlakuan

Y2 = Skor *Self Awareness* sesudah perlakuan

-X = Perlakuan ceramah dan diskusi

X = Perlakuan berupa Zikir Asmaul Husna

## A. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan dari individu atau objek yang diteliti, dan memiliki beberapa karakteristik yang sama. Karakteristik yang dimaksud dapat berupa usia, tingkat pendidikan, wilayah pendidikan, wilayah tempat tinggal dan sebagainya.<sup>6</sup> Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang . Sebanyak 68 anak asuh yang terdiri dari 28 putra 40 putri.<sup>7</sup>

Dalam pengambilan sampel ini digunakan tehnik *simple random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilaksanakan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.<sup>8</sup> Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari anak asuh Panti Asuhan Darul. Dari jumlah sampel yang diambil adalah 34 anak asuh yang terdiri dari 17 santri putra dan 17 santri putri. Kemudian dari sampel 34 santri diambil 17 sebagai kelompok eksperimen dan 17 sebagai kelompok kontrol yang tergabung dari anak asuh putra dan putri.

## **B. Tehnik Pengumpulan Data**

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah skala. Skala yang digunakan adalah skala yang diadopsi dari Ainun Fitriyah (2006) yaitu skala *Self Awareness* yang memakai acuan dalam teori Carl Rogers. Bahwa kesadaran diri dapat diukur apabila manusia dapat berfungsi sepenuhnya dan mengaktualisasikan dirinya. Dengan validitas yang berkisar 0,362 sampai dengan 0,962. Dengan demikian dari jumlah 50 aitem diseleksi, maka tinggal 25 aitem yang dinyatakan valid. Dalam penelitian ini pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *alpha Cronbach* dan penghitungan menggunakan bantuan program SPSS. Hasil pengujian dengan SPSS menghasilkan

---

<sup>6</sup> Latipun, *Psikologi Eksperimen*, Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2002 h. 41

<sup>7</sup> Data diperoleh berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada 25/12/2015 09:30 WIB

<sup>8</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2012) hlm. 82

koefisien reliabilitas sebesar 0,881, yang berarti reliabel. Adapun indikator dari manusia yang berfungsi sepenuhnya menurut Rogers adalah keterbukaan pada pengalaman, kehidupan eksistensial, kepercayaan terhadap organisme orang sendiri, perasaan bebas dan kreativitas. Dalam pengumpulan data, menggunakan penyekoran nilai diantaranya:

1. Subjek menjawab *sering* *diberi skor 4*
2. Subjek menjawab *kadang-kadang* *diberi skor 3*
3. Subjek menjawab *pernah* *diberi skor 2*
4. Subjek menjawab *jarang* *diberi skor 1*

Skala tersebut akan digunakan sebagai *pre-test* dan *post-test*. Untuk mengetahui beberapa persoalan yang terjadi pada diri masing-masing kemudian digunakan dalam *pre-test* dan *post-test* eksperimen. Skala yang digunakan untuk *pre-test* dan *post-test* akan di uji cobakan pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah mengadopsi dari Ainun Fitriyah dan skala ini disusun berdasarkan konsep orang yang berfungsi sepenuhnya menurut teori Carl Rogers, yang mengklasifikasikan orang yang berfungsi sepenuhnya menjadi lima macam yakni:

1. Keterbukaan pada Pengalaman
2. Kehidupan Eksistensial
3. Kepercayaan terhadap organisme orang sendiri
4. Perasaan bebas
5. Kreativitas.

Dalam skala *Self Awareness* disertai dengan lima jawaban, yakni sebagai berikut .

**Tabel 1. Skor Jawaban Aitem**

Jawaban	Favorabel	Unfavorabel
---------	-----------	-------------

Sering	4	1
Kadang-kadang	3	2
Pernah	2	3
Tidak Pernah	1	4

Jenis aitem skala ada dua macam yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* adalah pertanyaan yang seiring dengan pernyataan, sedang aitem *unfavorable* adalah pertanyaan yang tidak seiring dengan pernyataan. Makin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi *self awarenessnya*. Sebaliknya makin rendah skor yang diperoleh subjek, maka makin rendah pula *self awarenessnya*.

Untuk mempermudah dalam penyusunan *skala self awareness*, maka terlebih dahulu dibuat tabel spesifikasi skala *self awareness*, sebagaimana dalam tabel 2.

**Tabel 2. Spesifikasi Skala Self Awareness**

No	Indikator	Nomor Aitem Favorable	Nomor Aitem Unfavorable	Jumlah Aitem
1.	Keterbukaan pada Pengalaman	11,18,19,26,	15,14,13,12	8
2.	Kehidupan Eksistensial	1,2,6,10,	3,17,24,27,	8
3.	Kepercayaan Terhadap Organisme Orang Sendiri	21	7.8.9.20	5
4.	Perasaan Bebas	5	4,29,30	4
5.	Kreativitas	16, 23, 28	22,25	5

### C. Tehnik Analisis Data

Untuk menguji hipotesa yang diajukan digunakan analisis uji-T, yaitu menganalisa data yang digunakan (*pretets-posttest*).

Membandingkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perhitungan statistik tersebut menggunakan SPSS versi 16.0 *for windows* dengan taraf signifikansi 5%.

#### D. Pelaksanaan Penelitian

Perlakuan zikir asmaul husna terhadap kelompok eksperimen dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan (dengan durasi waktu 90 menit setiap pertemuan) di Aula Panti Asuhan Darul Hadlonah Putri tanggal 19, 20, 21 April 2016 pada pukul 15.30-17.00 WIB.

**Tabel 3.**

**Pelaksanaan zikir Asmaul Husna Kelompok Eksperimen pada tanggal 19, 20, 21 April 2016**

No	Kegiatan	Uraian	Waktu
1.	Persiapan		
	a. Perkenalan	Eksperimenter memperkenalkan diri kepada subjek	5 Menit
	b. Pengisian skala <i>self awareness</i>	Pengisian skala dilakukan sebelum diberi perlakuan zikir Asmaul Husna pada tanggal 19 April 2016	15 Menit
2.	Penjelasan tentang zikir asmaul husna	Subjek diberi modul untuk zikir Asmaul Husna	10 Menit
3.	Pelaksanaan Zikir Asmaul Husna (dilakukan 3x)	Zikir Asmaul Husna dilaksanakan di Aula	40 menit
4.	Istirahat	Pembagian snack	15 menit
5.	Pengisian skala <i>self</i>	Pengisian skala <i>Self Awareness</i> dilakukan setelah zikir	30 menit

	<i>awareness</i>	Asmaul Husna pada pertemuan terakhir tanggal 21 April 2016	
	a. Istirahat	.	
	b. Pengisian skala <i>Self Awareness</i>	Pengisian skala <i>Self Awareness</i> dilakukan setelah zikir Asmaul Husna	45 Menit

**Tabel 4.**

**Pelaksanaan Diskusi pada Kelompok Kontrol tanggal 23 dan 24 April 2016**

No	Kegiatan	Uraian	Waktu	Keterangan
1.	Persiapan			
	c. Perkenalan	Peneliti memperkenalkan diri kepada subjek	5 Menit	
	d. Pengisian skala <i>self awareness</i>	Pengisian skala dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan diskusi tentang motivasi hidup pada pertemuan pertama yaitu pada tanggal 23 April 2016	30 Menit	
	e. Tanya-jawab	Materi tanya jawab seputar motivasi hidup	10 Menit	
2.	Pelaksanaan	Subjek diberi modul dan		

		penjelasan		
	c. Diskusi	Pelaksanaan dilakukan di aula dan di ikuti oleh 17 anak membahas tentang motivasi hidup	40 Menit	
	d. Istirahat	Selama istirahat subjek tetap berada dalam aula sambil menikmati makanan ringan dan minuman.	10 Menit	
	e. Pengisian skala <i>Self Awareness</i>	Pengisian skala <i>Self Awareness</i> dilakukan setelah diskusi 24 April 2016	45 Menit	

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Kancan Penelitian**

##### **1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlonah Kota Semarang**

Pada awal berdirinya Panti Asuhan Darul Hadlonah terletak di Penggaron berdiri di atas tanah seluas 1000 m<sup>2</sup>. Tanah tersebut merupakan wakaf dari Al-Mukarrom Bapak Masri yang diwakafkan melalui Bapak KH Muslih Mranggen Demak. Kemudian diserahkan kepada Pengurus Wilayah NU Jawa Tengah dan dipercayakan kepada PW Muslimat NU untuk mengelolanya. Dengan modal kamauan yang kuat untuk dapat menyantuni anak Yatim, Piatu, Yatim Piatu, terlantar dan tidak mampu, maka didirikan Panti Asuhan Darul Hadlonah. Dimulai dengan pengumpulan dana dari para pengurus Muslimat NU Jawa Tengah serta dana bakti dari Cabang Muslimat NU se Jawa Tengah serta bantuan dari segenap masyarakat.

Panti Asuhan Darul Hadlonah (Penggaron) di diresmikan oleh Ibu Hj. Elok Ismail istri Gubernur Propinsi Jawa Tengah pada tanggal 24 September 1983. Panti Asuhan Darul Hadlonah merupakan salah satu unit kegiatan dari usaha Yayasan Kesejahteraan Muslimat NU Wilayah Kerja I Jawa Tengah. Waktu itu yang menjabat sebagai ketua Yayasan Kesejahteraan Muslimat adalah Hj. Fauziah Hamdani yang pendirinya dilakukan secara bersama-sama dengan H. Ali Mashar dari unsur NU.<sup>1</sup>

Setahun setelah peresmian gedung induk pembangunan panti sempat terbengkelai karena kesulitan dana namun ada uluran tangan dari Ibu Hj. Fauziah Hamdani ketua Muslimat NU Jateng pada waktu itu yang dengan ikhlas hati membantu dengan uang pribadi sejumlah

---

<sup>1</sup>Wawancara dengan Ibu Hj. Umiyati Humam SE, Ketua Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada Tanggal 27 Maret 2016, di Rumah beliau jam 16.00-selesai

lima juta rupiah. Satu tahun berjalan aliran dana mulai lancar sehingga dapat menambah gedung baru yaitu, terdiri dari gedung induk, ruang serba guna, kantor, musholla, ruang belajar, ruang tidur, ruang makan, dapur, gudang, kamar mandi dan WC serta lapangan olah raga.

Pada tahun 1985 pemerintah Kota Semarang berencana mengadakan proyek Normalisasi Kali Babon. Akibat dari proyek itu bangunan Panti Asuhan Darul Hadlonah yang terletak dipenggaron terkena proyek tersebut. Ibu Hj. Fauziyah Hamdani ketua YKMNU dan Ibu Hj. Sofia Karmani Ketua Panti Asuhan Darul Hadlonah kala itu serta pengurus lain sangat prihatin atas kejadian tersebut, karena sebagian bangunan terkeprass sehingga tidak layak untuk pembinaan anak asuh.

Dari anggota jamaah pengajian Muslimat NU yang bernama Ibu Hj. Siti Syarofah berniat mewakafkan tanahnya seluas seribu meter persegi yang terletak di Rt. 02 Rw. 4 Kelurahan Wonosari Ngaliyan Semarang. Setelah menerima wakaf melalui Ibu Hj. Fauziyah Hamdani YKMNU Jateng membeli tanah 1000 m<sup>2</sup> lagi tepat disamping tanah wakaf Ibu Hj. Syarofah sehingga luas tanah menjadi 2000 m<sup>2</sup> Tanah tersebut dibangun gedung Panti Asuhan Darul Hadlonah (Putri) dari dana APBD Banpres dan bantuan masyarakat. Bangunan selesai tahun 1987 terdiri dari Aula, ruang tamu dan sekretariat, asrama, ruang makan, dapur, gudang, kamar mandi dan WC, lapangan olah raga, ruang belajar ruang ketrampilan dan UEP (Usaha Ekonomi Produktif) serta *green house*.

Panti Asuhan Darul Hadlonah (putri) diresmikan pada tanggal 9 Agustus 1987 oleh Ibu Sukarjan istri wakil gubernur Jawa Tengah. Seluruh anak asuh putri dipindah ke gedung panti asuhan yang baru

(dari Penggaron ke Mangkang/Wonosari) sedangkan yang anak putra masih di Penggaron.<sup>2</sup>

## 2. Panti Asuhan Darul Hadlonah Putri

Asrama putri memuat kapasitas daya tampung 40 anak asuh dan untuk sekarang ( tahun 2016) terdapat 40 anak asuh yang tinggal di asrama. Asrama ini terletak di wilayah RT. 02 RW. 04 Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Semarang.

Adapun batas-batas lokasinya sebagai berikut:

Sebelah barat : tanah milik Bapak Sarwan

Sebelah utara : Gedung SMA bina Nusantara

Sebelah selatan : Gedung SMK Bina Nusantara

### a. Sarana dan Prasarana

Adapun sarana dan prasarana sejak berdiri sampai sekarang semakin berkembang lebih jelasnya sebagai berikut:

**TABEL 5.**

**DAFTAR SARANA DAN PRASARANA  
DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH PUTRI  
MANGKANG SEMARANG**

<b>NO</b>	<b>NAMA BARANG</b>	<b>JUMLAH</b>
1	Lapangan BulunTangkis	1 halaman
2	Ruang aula/ Perpustakaan	1 Lokal
3	Ruang keterampilan	5 Lokal
4	Ruang Kantor/ Ruang Tamu	1 Lokal
5	Kamar Tidur	1 Lokal

---

<sup>2</sup> Wawancara dengan Ibu Hj. Umiyati,SE, Ketua Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada Tanggal 28 Maret 2016, di Rumah beliau jam 19.00-selesai

6	Kamar Pengasuh	1 Lokal
7	Ruang Makan	1 Lokal
8	Gudang	1 Lokal
9	Dapur	1 Lokal
10	Tempat Mencuci	1 Lokal
11	Kamar Mandi/ WC	6 Lokal
12	Pompa Air	1 Buah
13	Almari kayu Besar	5 Buah
14	Almari Besi	1 Buah
15	Almari Belajar	9 Buah
16	Almari Pakaian	36 Buah
17	Almari kaca	6 Buah
18	Kursi Kayu	45 Buah
19	Kursi Lipat	5 Buah
20	Meja Kursi Tamu	1 Set
21	Meja Belajar	4 Buah
22	Meja Keterampilan	4 Buah
23	Meja Makan Besar	3 Buah
24	Meja Tennis	1 Buah
25	Tempat Tidur	15 Buah
26	Rak Buku Perpustakaan	3 Buah
27	Rak Dapur	3 Buah
28	Rak Sepatu	2 Buah
29	Rak Gudang	3 Buah
30	Podium/ Mimbar	1 Buah
31	Papan Tulis	2 Buah
32	Papan Informasi	1 Buah
33	Papan Majalah Dinding	1 Buah
34	Kotak Obat	1 Buah
35	Mesin Jahit	6 Buah

36	Mesin Abras	2 Buah
37	Sepeda	2 Buah
38	Kipas Angin	4 Buah
39	TV	1 Buah
40	Sound Sistem	1 set
41	Karpet @ 25 Meter	5 Buah
42	Pianika	1 Buah
43	Guitar	1 Buah
44	Bola Volly/ Net	1 Buah
45	Alat-alat Bulu Tangkis	1 Set
46	Permainan Tenis Meja	1 Set
47	Permainan Catur	1 Buah
48	Piala Kejuaraan	8 Buah
49	Lukisan Dinding	1 Buah
50	Jam Dindng	7 Buah
51	Pompa Air	2 Buah
52	Strika Listrik	2 Buah
53	Seperangkat alat Dapur	Lengkap
54	Komputer	2 unit

### 3. Panti Asuhan Darul Hadlonah Putra

Untuk memudahkan pengelolaan pengurus panti membeli tanah seluas 1987 m<sup>2</sup> di dekat panti Asuhan Darul Hadlonah putri ( jarak 50 m) lokasi di RT. 01 Rw 4 Wonosari Ngaliyan Semarang. Tanah untuk mempersiapkan gedung panti Asuhan Darul Hadlonah putra yang akan dibangun oleh Pemkot Semarang sebagai ganti panti yang ada di Penggaraon sekarang untuk Kantor Kelurahan Penggaron. Panti Asuhan Darul Hadlonah Putra yang baru ,

diresmikan pada tanggal 14 april 1994 oleh Bp. Drs H. Fatah Dahlan MM Kabag Kesra Pemkot Semarang.

Adapun kapasitas daya tampung adalah 30 anak asuh,akan tetapi untuk saat ini ( Tahun 2016) terdapat anak asuh 28 yang tinggal di asrama. Adapun batas-batas sekitar lokasinya adalah sebagai berikut

Sebelah barat : Tanah milik Bapak Nur Kholis

Sebelah Utara : tanah milik Bapak Sarmono

Sebelah timur : tanah milik Bapak Bonijo

Sebelah Selatan : jalan umum Kemantren

Asrama ini berada di atas tanah seluass 1.950 m<sup>2</sup> yakni panjang 78m dan lebar 25 m. Keadaan sarana dan fasilitas Panti Asuhan Darul Hadlonah putra Mangkang Kota Semarang.<sup>3</sup>

**TABEL 6.**

**DAFTAR SARANA DAN PRASARANA  
DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH PUTRI  
MANGKANG KOTA SEMARANG**

<b>NO</b>	<b>NAMA BARANG</b>	<b>JUMLAH</b>
1	Lapangan Volly	1 halaman
2	Ruang aula/ Perpustakaan	1 Lokal
3	Musholla	1 Lokal
4	Ruang Kantor/ Ruang Tamu	1 Lokal
5	Kamar Tidur	1 Lokal
6	Kamar Pengasuh	1 Lokal

---

<sup>3</sup> Wawancara dengan Ibu Hj. Umiyati,SE, Ketua Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada Tanggal 28 Maret 2016, di Rumah beliau jam 19.00-selesai

7	Ruang Makan	1 Lokal
8	Gudang	1 Lokal
9	Dapur	1 Lokal
10	Tempat Mencuci	1 Lokal
11	Kamar Mandi/ WC	6 Lokal
12	Pompa Air	1 Buah
13	Almari kayu Besar	5 Buah
14	Almari Besi	1 Buah
15	Almari Belajar	9 Buah
16	Almari Pakaian	14 Buah
17	Almari kaca	6 Buah
18	Kursi Kayu	45 Buah
19	Kursi Lipat	5 Buah
20	Meja Kursi Tamu	1 Set
21	Meja Belajar	4 Buah
22	Meja Keterampilan	4 Buah
23	Meja Makan Besar	3 Buah
24	Meja Tennis	1 Buah
25	Tempat Tidur	15 Buah
26	Rak Buku Perpustakaan	3 Buah
27	Rak Dapur	3 Buah
28	Rak Sepatu	2 Buah
29	Rak Gudang	3 Buah
30	Podium/ Mimbar	1 Buah
31	Papan Tulis	2 Buah
32	Papan Informasi	1 Buah
33	Papan Majalah Dinding	1 Buah
34	Kotak Obat	1 Buah
35	Mesin Jahit	3 Buah
36	Sepeda	2 Buah

37	Kipas Angin	4 Buah
38	TV	1 Buah
39	Sound Sistem	1 set
40	Pianika	1 Buah
41	Guitar	1 Buah
42	Bola Volly/ Net	1 Buah
43	Alat-alat BuluTangkis	1 Set
44	Permainan Tenis Meja	1 Set
45	Permainan Catur	1 Buah
46	Piala Kejuaraan	8 Buah
47	Lukisan Dinding	1 Buah
48	Jam Dindng	7 Buah
49	Strika Listrik	2 Buah
50	Alat-alat Dapur	Lengkap
51	Komputer	2 unit

#### **4. Dasar dan Tujuan di Dirikan Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang**

##### **a) Dasar**

Adapun dasar di dirikanya Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang.

1. Adanya kekayaan yang telah dimiliki oleh yayasan kesejahteraan Muslimat NU Jawa Tengah
2. Adanya hasil tanah wakaf
3. Adanya sumbangan-sumbangan suka rela dari para donatur atau darmawan baik dari pemerintah maupun dari badan swasta.

##### **b) Tujuan**

Sedangkan maksud dan tujuan di dirikanya Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang adalah :

- Membantu memecahkan dan mengatasi masalah yang di hadapi anak yatim, piatu, yatim piatu, terlantar dan tidak mampu

- Menyantuni, membina, membimbing, dan mendidik anak yatim, piatu, yatim piatu, terlantar dan tidak mampu
- agar menjadi anak yang taqwa, bertanggungjawab, mampu hidup layak, dapat berperan serta dalam proses perkembangan dan kepribadian pancasila.<sup>4</sup>

## 5. Sumber Dana

Sedangkan pendanaan di gali empat sumber utama, yakni:

1. Donatur tetap
2. Sumbangan masyarakat berupa zakat,shodaqoh, infaq, wakaf, hadiah, hibah dan sebagainya.
3. Bantuan subsidi dari pemerintah melalui dinas sosial, yayasan darmais.
4. Hasil usaha sendiri.

## 6. Susunan Pengurus

Susunan Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang terbagi atas berbagai fungsi, berdasarkan kebutuhan layanan lembaga. Secara keseluruhan struktur organisasi terdiri atas pengawas, penasehat, konsultan atau tim ahli, pengurus harian dan pelaksana bidang- bidang khusus.

### SUSUNAN PENGURUS

#### PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH SEMARANG

#### PERIODE 2011-2016

Pengawas	Pengurus Harian YKM NU Jawa Tengah
Penasehat	Hj. Maryam Ahmad, A.Md. Hj.

---

<sup>4</sup> M. Munif Thamrin, *25 Tahun Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang*, Panti Asuhan, Semarang, 2007, h. 3

	Shofia Karmani
Konsultan	Dr.H.Muchtadi,FalasifatulFalah, S.Psi,MA
Ketua	Hj. Umiati Humam, SE
Wakil Ketua	Dra. Hj. Faizah Idris
Sekretaris	Hj. Munadhiroh
Wakil Sekretaris	Dewi Mugiarti
Bendahara	Hj. Chotimatun Ircham
Wakil Bendaha	Hj. Istiqomah Musyafak
Bidang Usaha	Dra.Hj. Shofia Subagio Hj. P'Anah Mabrur Hj. Mawardah Arifah, SE
Pelaksana Identifikasi Dan Administrasi	Hj. Munadhiroh, Ridaul Maghfiroh
Pelaksana Asrama 1	Ustadz Mustafid Al Hafidz,Ibu Nabila
Pelaksana Asrama 2	Ibu Ridaul Maghfiroh
Pelaksana Pembinaan Agama	Ust.Munif Thamrin, S.Ag, Ust Syaefuddin
Pelaksana Diklat	Ustadz. Subkhi, S.Ag
Pelaksana Penyaluran Dan Bimbingan Lanjut	Hj. Salmah Damiri, YKM NU Jateng

## 7. Diskripsi Data

### a. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini diambil berdasarkan skor pengisian skala *self awareness*. Tujuh belas responden dijadikan kelompok eksperimen dan tujuh belas sebagai kelompok kontrol. Data subyek penelitian terlampir.

### b. Deskripsi Data Penelitian

Sebelum dilakukan uji statistik terlebih dahulu disajikan statistik deskriptif. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui gambaran secara umum tentang *self awareness* anak Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang setelah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna.

**Tabel 7.**  
**Deskripsi Data Self Awareness Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan Pada Kelompok Eksperimen**  
Statistics

	Eksperimen pre test	Eksperimen post test
N	Valid 17 Missing 0	17 0
Mean	39.82	53.71
Std. Error of Mean	1.787	1.953
Std. Deviation	7.367	8.053
Variance	54.279	64.864
Range	29	31
Minimum	24	39
Maximum	53	70
Sum	677	913

Dari data tersebut jelas bahwa rata-rata *self awareness* kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan sebesar 39.82, dan sesudah diberi perlakuan sebesar 53.71, *standar error mean* sebelum diberi perlakuan 1.787, dan sesudah diberi perlakuan sebesar 1.953, standar deviasi sebelum diberi perlakuan sebesar 7.367 dan setelah diberi perlakuan sebesar 8.053, varian sebelum diberi perlakuan 54.279 dan sesudah diberi perlakuan sebesar 64.864, skor tertinggi sebelum diberi perlakuan sebesar 53 dan setelah diberi perlakuan sebesar 70, skor terendah sebelum diberi perlakuan sebesar 24 dan setelah diberi perlakuan 39.

Data kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi perlakuan tipuan (*plasebo*) dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel .**  
**Deskripsi Data Self Awareness Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan Tipuan Pada Kelompok Kontrol**

---

Statistics

		Kontrol pre test	Kontrol post test
N	Valid	17	17
	Missing	0	0
Mean		53.65	53.00
Std. Error of Mean		2.278	2.228
Std. Deviation		9.394	9.186
Variance		84.243	88.375
Range		35	34
Minimum		38	36
Maximum		73	70
Sum		912	901

Dari tabel diatas jelas bahwa rata-rata self awareness kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan tipuan sebesar 53.65 dan setelah diberi perlakuan tipuan sebesar 53.00, standar error mean sebelum diberi perlakuan tipuan sebesar 2.278, dan sesudah perlakuan tipuan 2.228, standar deviasi sebelum diberi perlakuan tipuan 9.394, dan sesudah diberi perlakuan tipuan sebesar 9.186, variance sebelum diberi perlakuan tipuan 84.243, dan sesudah diberi perlakuan tipuan sebesar 88.375. Skor tertinggi sebelum diberi perlakuan tipuan sebesar 73, sesudah diberi perlakuan tipuan sebesar 70, skor terendah sebelum diberi perlakuan tipuan sebesar 38 dan sesudah diberi perlakuan tipuan sebesar 36.

Untuk mengetahui perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 9.**  
***Self Awareness* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	Sebelum perlakuan	Sesudah perlakuan
Eksperimen	39.82	53.71

---

Kontrol	53.65	53.00
---------	-------	-------

---

Dari tabel diatas dapat diketahui *self awareness* sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna terjadi perubahan. Hal ini sejalan dengan skor masing-masing individu yang mengalami peningkatan *self awareness* setelah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna dibandingkan dengan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan zikir Asmaul Husna sebesar 39.82 dan setelah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna sebesar 53.71. Kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan tipuan sebesar 53.65 dan setelah diberi perlakuan tipuan sebesar 53.00

---

Sebelum uji hipotesis, maka dilakukan uji pra-syarat terlebih dahulu yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas.

## **8. Uji Pra-syarat**

Sesuai dengan tujuan, data tentang *self awareness* dianalisis dengan menggunakan t-test. Namun sebelum, digunakan pra-syarat t-test yaitu uji normalitas. Uji normalitas untuk mengetahui apakah skor *self awareness* masing-masing kelompok normal atau tidak. Sebaran skor dikatakan normal jika hasil uji menunjukkan  $p > 0,05$ . Uji normalitas menggunakan *kolmogoro Smirnov Test*. Hasil normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sebaran skor pretest *self awareness* normal atau tidak. Sebaran skor dikatakan normal jika hasil uji menunjukkan  $p > 0,05$ . Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *one sample Kolmogoro Smirnov Test*. Hasil normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 10.**  
**Hasil Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogoro-Smirnov Test**

Kelompok	N	Asymp. Sig(p)	Kriteria	Keterangan
Eksperimen pre test	17	0,562	Normal	P > 0,05
post test	17	0,994	Normal	P > 0,05
Kontrol pre test	17	0,998	Normal	P > 0,05
post test	17	0,990	Normal	P > 0,05

**b. Uji homogenitas**

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varian antar kelompok yang dibandingkan (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol) dalam uji komparatif, identik atau tidak. Dalam uji komparatif diisyaratkan masing-masing kelompok memiliki varians yang homogen, sehingga layak untuk dibandingkan. Uji homogenitas dilakukan dengan *Levene Test*. Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa varian antarkelompok yang dibandingkan adalah homogen. Hasil sebaran skor dikatakan varian apabila  $p > 0.05$ . Uji homogenitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov Test* Hasil uji homogenitas adalah sebagai berikut:

**Tabel 11.**  
**Hasil Uji Homogenitas**

	N	Sig
Levene Statistic	0.240	0.625
Mean	0.008	0.994

Dari hasil diatas diketahui bahwa variansinya sejalan, artinya sebelum diberikan perlakuan zikir, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol memiliki tingkat *self awareness* yang sama.

**d. Uji Hipotesis**

Pengujian hipotesis dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan *Paired Samples Test*, yaitu pengujian dua pengukuran pada subjek yang sama terhadap suatu pengaruh atau perlakuan tertentu. Ukuran sebelum dan sesudah mengalami perlakuan tertentu diukur, dengan dasar pemikiran apabila suatu perlakuan tidak memberikan perubahan, maka perbedaan rata-rata (mean) adalah nol (0) (Trihendradi, 2004: 103). Hasil analisis dapat dilihat tabel berikut:

**Tabel 12.**  
**Hasil Uji T-test**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Eksperimen pre test	39.82	17	8.053	1.787
Eksperimen post test	53.71	17	7.367	1.953
Pair 2 Kontrol pre test	53.65	17	9.394	2.278
Kontrol post test	53.00	17	9.186	2.228

	N	Correlation	Sig
Pair 1 Eksperimen pre test & Eksperimen post test	17	-.411	.003
Pair 2 Kontrol pre test & post test	17	-.401	.110

Paired Sample Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Eksperimen	13.882	12.956	3.142	7.221	20.544	4.418	16	.003

pre test – eksperimen post test								
Pair 2 Kontrol pretest- posttest	-647	15.552	3.772	-8.643	7.349	-.172	16	.866

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa ada perbedaan *self awareness* setelah dilakukan zikir asmaul husna terhadap anak asuh Panti Asuhan. Untuk lebih jelasnya perhatikan tabel berikut:

**Tabel 13.**

**Rangkuman hasil analisis t-test**

No.	Kelompok	Correlation	Sig.	Mean	T
1.	Eksperimen	-0.411	0.003	13.882	4.418
2.	Kontrol	-0.401	0.110	-647	-172

**Tabel 14.**

**Hasil Uji T-test (Dependen)**

Kategori	Hasil
T( <i>Paired Sample Test</i> )	4.418
Signifikansi	0.003

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama ada perbedaan *self awareness* antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen hasil menunjukkan sebesar signifikansi  $0,003 < 0,05$ .

**Tabel.15**

**Uji t-test**

**Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Independen)**

	kontrl-eksp
Z	-401
Sign. (2-tailed)	.011

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua yaitu ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diterima. Terbukti pada hasil sebesar signifikansi  $0,011 < 0,05$ .

**B. Pembahasan Hasil Penelitian**

Dari hasil analisis diatas dapat disimpulkan bahwa:

Ada perbedaan *Self Awareness* sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen. Pada kelompok eksperimen ada perbedaan *Self Awareness* yang signifikan antara hasil tes sebelum sebesar 39.82 dan setelah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna sebesar 53.71 pada signifikansi  $0,003 < 0,05$ . Perbedaan *Sel Awareness* pada kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan sebesar 53.65 dan sesudah diberi perlakuan tipuan sebesar 53.00, itu berarti *Self Awareness* pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah yang diberi perlakuan tipuan tidak berubah. Sedangkan hipotesis kedua ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terbukti dengan hasil sebesar signifikansi  $0.011 < 0.05$ .

Dengan demikian hipotesis pertama ada perbedaan *self awareness* sebelum dan sesudah zikir asmaul husna pada kelompok eksperimen dan hipotesis kedua ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diterima. Dengan hasil penghitungan statistik pada

hipotesis pertama sebesar signifikansi 0.003 <0.05 dan hasil pada hipotesis kedua sebesar signifikansi 0.011 <0.05.

Hal ini menunjukkan bahwa dengan melaksanakan zikir Asmaul Husna mampu meningkatkan *Self Awareness* anak Panti Asuhan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebelum dan sesudah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna mengalami perbedaan yang signifikan. Untuk kelompok yang diberi perlakuan zikir Asmaul Husna maka *Self Awareness* nya lebih tinggi daripada kelompok kontrol (yang diberi perlakuan tipuan berupa diskusi).

Dari hasil penelitian juga dapat diketahui bahwa pada umumnya kesadaran diri (*self awareness*) anak asuh lebih berorientasi pada kesempurnaan tingkah laku, hal ini dikuatkan pendapat Al Ghozali dalam buku Abdullah Hadziq bahwa kesempurnaan tingkah laku psikologis dalam keterkaitannya dengan moral manusia. Hal ini sejalan dengan landasan aksiologi ilmu Islam yang lebih mengedepankan orientasi nilai-nilai moral, juga sesuai dengan ajaran tasawuf yang mengutamakan akhlak, melalui latihan keluar dari perangai yang tercela dan masuk kedalam budi pekerti yang terpuji. Selain landasan tersebut, perhatian psikologi Al Ghozali pada nilai moral lebih didasarkan pada kerangka fikir bahwa ilmu pengetahuan harus membawa implikasi bagi kesempurnaan akhlak, dan timbulnya kesadaran untuk semakin takut (dekat) pada Allah atas dasar kerangka fikir ini.<sup>5</sup>

Selain hal tersebut diatas dari penelitian ini anak asuh diberi perlakuan zikir Asmaul Husna mengaku lebih tentram hatinya, hal ini sesuai dengan Al Qur'an surat Ar-Ra'd: 28 yang artinya “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram”. Bagi mereka yang menginginkan ketentraman jiwa maka tanamkanlah zikir dalam setiap amalannya, baik hati, lisan maupun perbuatan. Hal itu terjadi karena mereka tahu ujung pangkal hidup, yaitu Allah. Bagi mereka yang

---

<sup>5</sup> Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, RaSAIL, Semarang, 2005, h. 216-217.

senantiasa mengingat Allah maka dapat memahami sejauh mana yang Allah berikan kepadanya.<sup>6</sup>

Dari uraian diatas terlihat bahwa subjek yang melaksanakan zikir memperoleh ketenangan dan merasa diawasi oleh Allah. Pada kondisi tersebut memungkinkan seseorang untuk berfikir positif serta enggan melakukan perbuatan yang cenderung melanggar aturan sehingga *Self Awareness* meningkat. Dengan perlakuan zikir *Asmaul Husna* maka subyek penelitian disamping memperoleh efek ketenangan sebagaimana zikir pada umumnya, subyek juga memperoleh efek dari materi zikir itu sendiri yaitu perilaku sebagaimana materi zikir yang selalu diucapkan.

Materi zikir *Asmaul Husna* meliputi 99 Asma Allah (*Asmaul Husna*) merupakan stimulus yang dikondisikan. Bila Asma tersebut selalu diucapkan secara berulang-ulang sambil membayangkan/ menghayati maknanya akan menghasilkan *Self Awareness* (kesadaran diri). Pada saat kondisi tenang maka akan terjadi proses imitasi dan internalisasi terhadap *Asmaul Husna* secara lebih intensif. Jika seseorang melakukan imitasi dan internalisasi terhadap *Asmaul Husna*, maka orang tersebut akan memiliki sifat-sifat Allah (meskipun dalam kadar yang berbeda-beda).<sup>7</sup>

Pendapat tersebut Platinov (dalam tesis Baidi Bukhori) yang menemukan bahwa kata-kata sebagai stimulus yang dikondisikan (*conditioned stimulus*) benar-benar menimbulkan perbuatan sesuai dengan arti atau makna kata-kata tersebut pada diri manusia. Pada eksperimen Platinov, kata-kata yang digunakan adalah “tidur-tidur” dan individu akhirnya tertidur. Dengan menganalog-kan zikir *Asmaul Husna* dengan eksperimen tersebut maka zikir *Asmaul Husna* dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran diri (*Self Awareness*), karena dengan selalu

---

<sup>6</sup> Abu Wardah bin Askat, *Wasiat Zikir dan Doa Rasulullah SAW*, Media Insani, Jakarta, 2006, h. 10

<sup>7</sup> Baidi Bukhori, Tesis: *Pengaruh Zikir Beberapa Asmaul Husna Terhadap Penurunan Agresivitas Siswa Madrasah Aliyah*, Program Pascasarjana UGM, Yogyakarta, 2003, h. 86.

mengcapkan beberapa *Asmaul Husna* akan menimbulkan perilaku sebagaimana yang selalu disebut.<sup>8</sup>

Selain dari uraian diatas, keberhasilan dari pelaksanaan zikir *Asmaul Husna* dalam meningkatkan *Self Awareness* anak Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang berjalan lancar, dilihat dari ketekunan anak mengikuti zikir dan kekhusukan dalam pelaksanaannya.

Pendapat tersebut diperkuat oleh pendapat yang menyatakan bahwa sesungguhnya ketekunan seseorang mukmin untuk berzikir kepada Allah dengan *bertasbih, beristighfar, bertakbir*, membaca Al Qur'an dan memuji asma-asma Allah dapat menimbulkan ketenangan jiwa karena zikir dapat dijadikan obat kegelisahan bagi manusia saat dirinya lemah dan tidak berdaya yaitu ketika mereka dihadapkan berbagai tekanan dan bahaya hidup.<sup>9</sup>

قُلْ أَدْعُوا اللَّهَ أَوْ أَدْعُوا الرَّحْمَنَ ۗ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ ۗ وَلَا

تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتُ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا ﴿١١٠﴾

*Katakanlah: "Serulah Allah atau serulah Ar-Rahman. dengan nama yang mana saja kamu seru, Dia mempunyai Al asmaaul husna (nama-nama yang terbaik) dan janganlah kamu mengeraskan suaramu dalam shalatmu dan janganlah pula merendahkanNya dan carilah jalan tengah di antara kedua itu".(Al-Israa': 110)*

Apa yang dijelaskan dalam Al Qur'an adalah benar. Bahwasanya zikir mampu mengobati penyakit psikologis.

Hal ini diperkuat oleh pendapat menyatakan bahwa sesungguhnya mengatasi problema-problema psikologis yang dihadapi oleh manusia hanya

---

<sup>8</sup> *Ibid*, h. 87

<sup>9</sup> M. Usman Najati, *Jiwa Manusia Dalam Sorotan Al-Qur'an*, Cendikia Centra Muslim, Jakarta, 2001, h. 239.

dapat dilakukan melalui zikir. Sebab zikir ternyata mampu dijadikan alat penyeimbang (*equilibrium*) bagi rohani manusia.<sup>10</sup>

Meningkatkan *Self Awareness* dengan zikir *Asmaul Husna* akan lebih efektif karena dengan melakukan zikir seseorang akan senantiasa mendekatkan diri kepada Allah, orang yang menjauhkan diri pada Allah sama saja menciptakan penderitaan untuk diri sendiri.

Zikir *Asmaul Husna* merupakan salah satu kegiatan yang dapat menghentikan gambaran-gambaran negatif serta dapat mengobati penyakit psikologis. Karena pada dasarnya zikir dapat menenangkan jiwa seseorang. Menurut pendapat Djamaluddin Ancok mengemukakan pendapat Alan Cott bahwa disamping zikir dapat menyembuhkan gangguan jiwa, zikir juga dapat menyembuhkan kecemasan, susah tidur, dan rendah diri.

---

<sup>10</sup> *Op.Cit.* Pamungkas, h. 81.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang peneliti laksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa pada hipotesis pertama ada perbedaan self awareness sebelum dan sesudah diberi perlakuan zikir Asmaul Husna pada kelompok eksperimen ada perbedaan self awareness yang signifikan antara tes sebelum 39.82 dan setelah diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna sebesar 53.71 pada signifikan  $0,003 < 0,05$ . Sedangkan hipotesis kedua ada perbedaan *self awareness* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terbukti dengan hasil sebesar signifikansi  $0.011 < 0.05$ .

Hal ini membuktikan bahwa dengan melaksanakan zikir Asmaul Husna dapat meningkatkan *Self Awareness* pada anak asuh Panti Asuhan Darul Hadlonah. Untuk kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berupa zikir Asmaul Husna tingkat *self awarenessnya* lebih tinggi daripada kelompok yang hanya diberi perlakuan tipuan berupa diskusi. Dengan demikian zikir Asmaul Husna sangat berpengaruh terhadap *Self Awareness* (kesadaran diri).

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diajukan saran yang mungkin berguna untuk meningkatkan mutu dalam meningkatkan self awareness pada anak asuh, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

##### 1. Bagi Pengasuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang

Penulis berharap dengan penelitian ini yaitu zikir Asmaul Husna bisa dijadikan metode untuk diterapkan dalam kegiatan sehari-hari di Pantisuhan Darul Hadlonah Semarang, karena dengan zikir hati akan merasa tentram. Ketika anak masih *minder* dalam menjalani kehidupan ini maka dapat

dilakukan zikir Asmaul Husna ini secara bersama-sama dengan memperhatikan kekhusukan dan ketenangan hati. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pihak Panti Asuhan mampu mengoptimalkan adanya zikir Asmaul Husna.

## 2. Bagi Subjek Penelitian

Bagi anak asuh Panti Asuhan yang mengikuti kegiatan zikir Asmaul Husna, sebaiknya zikir Asmaul Husna itu dilakukan secara rutin dan berkesinambungan, karena semakin teratur melakukan zikir maka hasilnya akan semakin positif pula. Walaupun hanya 10 menit setiap harinya. Apalagi kalau dilakukan setelah melaksanakan shalat lima waktu maupun shalat malam.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menambah kelompok yang diberi perlakuan zikir Asmaul Husna. Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan zikir Asmaul Husna beberapa kali minimal 5 kali, agar perlakuan tersebut lebih mngena pada subjek. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan topik yang berbeda misalnya tentang percaya diri atau penyesuaian diri anak terhadap lingkungannya.

## C. Penutup

*Lakal hamdu wasy syukru ya Rabb*, berkat petunjuk dan pertolongan Allah Swt penulisan skripsi ini dapat diselesaikan. Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan baik dari segi bahasa, penulisan, penyusunan sistematika, pembahasana maupun analisisnya. Akhirnya dengan memanjatkan doa mudah-mudahan skripsi ini membawa manfaat bagi penulis dan pembaca lain.

Penulis menyadari dengan banyaknya kekurangan yang masih ada dalam penyusunan skripsi ini ini,. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat penulis

harapkan dari pembaca untuk masukan bagi penulis demi kesempurnaan skripsi selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. Zain Abdullah, *Tasawuf dan Zikir*, Ramadhani, Solo, 1993.
- Agustian, Ary Ginanjar, *ESQ THE ESQ WAY 165, 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, Penerbit ARGA, Jakarta, 2005.
- Al Kumayyi, Sulaiman , *Menuju Hidup Sukses Kontribusi Spiritual Intelektual AA Gym dan Arifin Ilham*, Pustaka Nuun, Semarang, 2005
- Alkaf, Idrus , *Mengobati Stress dengan Zikir dan Doa*, Alina Press, Semarang, 2003.
- Al-Sakandari, Ibnu ‘Athailah, *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah (Terapi Ma’rifat Zikir Penentram Hati)* ,Terj. Fauzi Faizhal Bahreisy, ZAMAN, Jakarta, 2013.
- Al Fateh, Muhammad, *Rahasia dan Keutamaan Zikir*, Lisan Pustaka, Jakarta, 2002.
- Anshori, M.Afif Anshori, *Dzikir demi kedamaian jiwa social tasawuf atas problema manusia modern*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2003.
- Antonio, Muhammad Syafii, *Asmaul Husna for Succes in Bussines and Life*, TAZKIA Publishing, Jakarta, 2009.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006.
- Askat, Abu Wardah bin, *Wasiat Zikir dan Doa Rasulullah SAW*, Media Insani, Jakarta, 2006.
- Baratha, Dewi S, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Bintang Terang 99, Surabaya, 1995.
- B. Hurlock, Elizabeth, *Psikologi Perkembangan*, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2003.
- Bukhori, Baidi, Tesis: *Pengaruh Zikir Beberapa Asmaul Husna Terhadap Penurunan Agresivitas Siswa Madrasah Aliyah*, Program Pascasarjana UGM, Yogyakarta, 2003.
- Data diperoleh berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada 25/12/2015 09:30 WIB

- D.I, Irwanto Yatim, *Kepribadian dan Narkotika*, Arcan, Jakarta, 1993.
- Douglas-Klotz Neil, *The Sufi of Life 99 Pathways of the Heart for the Modern Darvish (Terapi Asmaul Husna Untuk Zaman Kita*, Terj. Agung Prihantoro, Cet.1, PT. SERAMBI ILMU SEMESTA Anggota IKAPI, Jakarta, 2005.
- Fitriyah, Ainun, Skripsi: *Pengaruh Meditasi Zikir Terhadap Self Awareness (Studi Eksperimen di Panti Sosial Asuhan Anak Darul Hadlonah Semarang*, Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, UIN Walisongo Semarang , 2007.
- Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research IV*, Penerbit Andi Offset, Yogyakarta, 2001.
- Hadziq, Abdullah, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, RaSAIL, Semarang, 2005.
- <http://www.erfan.ir53475.html/12/01/2015> pukul 17:16, 13 Januari 2016.
- Kartono, Kartini, *Patologi Sosial 3 Gangguan-gangguan Kejiwaan*, Rajawali, Jakarta, 2004.
- Kusdiratri Setiono, *Psikologi Keluarga*, PT. Alumni, Bandung , 2011.
- Latipun, *Psikologi Eksperimen*, Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2002.
- L. Atkinson, Rita dan Richard C. Atkinson, *Pengantar Psikologi I*, jilid I , Erlangga, Jakarta, 1983.
- Munawir, Ahmad Warson , *Kamus Al-Munawir*, Kamus Bahasa Arab Indonesia, Cet ke-14, Pustaka Progresif, Surabaya, 1997
- M. Echols, John dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, Gramedia, Jakarta, 1975.
- P. Schultz , Duane dan Sydney Ellen Schultz, *Sejarah Psikologi Modern*, terj. Lita Hardian, Nusa Media , Bandung, 2014.
- Prihartanti, Nanik, *Kepribadian Sehat Menurut Konsep Suryamentaram*, Muhammadiyah University Press, Surakarta, 2004.
- Ridwan, *MY Motivate Your Self* , Alfath Offset, Yogyakarta, 2005.

- Sevilla, Consuelo G. Sevilla, *Pengantar Metode Penelitian*, terj. Alimuddin Tuwu, UI-Press, Jakarta, 1993.
- Seniati, Liche *Psikologi Eksperimen*, PT. Indeks Kelompok Gramedia, Jakarta, 2005.
- Syukur, M. Amin, *Terapi Hati Dalam Seni Menata Hati*, Pustaka Nuun, Semarang 2008.
- Solihin, M, *Terapi Sufistik: Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, 2004.
- Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al- misbah, volume I: Pesan dan Kesorasian al-Qur'an*, Lentera Hati, Jakarta, 2006.
- Shihab, M. Quraisy, *Menyingkap Tabir Illahi Asmaul Husna dalam Persepektif Al-Qur'an*, Lentera Hati, Jakarta, 2000.
- Suryabarata, Sumadi, *Psikologi Kepribadian*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1983.
- S. Reber, Arthur and Emily Reber, *The Penguin Dictionary of Psychology*, Brooklyn, New York, 1984.h. 660
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*, Alfabeta, Bandung, 2012.
- Thamrin, M. Munif, *25 Tahun Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang*, Panti Asuhan, Semarang, 2007.
- Wawancara dengan Ibu Hj. Umiyati Humam SE, Ketua Panti Asuhan Darul Hadlonah Semarang pada Tanggal 27 Maret 2016, di Rumah beliau jam 16.00-selesai
- Walgito, Bimo, *Pengantar Psikologi Umum*, Andi Offset, Yogyakarta, 2002.

## LAMPIRAN

### Skor Self Awareness pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi perlakuan

No. Subjek	Kelompok eksperimen		No. Subjek	Kelompok kontrol	
	Tes Awal	Tes Akhir		Tes Awal	Tes Akhir
1	29	39	18	56	55
2	50	66	19	73	70
3	44	59	20	51	50
4	46	50	21	62	56
5	40	53	22	38	36
6	42	61	23	56	57
7	41	44	24	61	61
8	33	47	25	50	46
9	24	54	26	63	66
10	53	70	27	47	47
11	34	53	28	45	44
12	37	52	29	55	53
13	41	62	30	53	62
14	46	53	31	43	46
15	35	44	32	40	40
16	39	54	33	54	53
17	43	52	34	65	59

### Data subjek penelitian

No.	Kelompok eksperimen	Kelompok Kontrol
1.	Vina khalawatuz zahro	Nasrifah
2.	Depbi rosyani	Tessa
3.	Siti novia	Syifa
4.	Zaeda	Umamah
5.	Sofiana	Heni
6.	Aini	Isna
7.	Nuriyani	Ervina
8.	Istriyanah	Maghfiroh
9.	Anita	Ika
10.	Defiyatun	Indanah
11.	Nurrohman	Irfan
12.	Ma'ruf	Prasetyo
13.	Firli novandri	Hamdan munif
14.	Sulis eko pujianto	Irza herlambang
15.	Husni mubarok	Fuad
16.	Abdurrohim	Winarto
17.	Sidik	Sholikul hadi

**Data self awareness kelompok eksperimen Pre test**

**Jumlah**

	Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid 24	1	5.9	5.9	5.9
29	1	5.9	5.9	11.8
33	1	5.9	5.9	17.6
34	1	5.9	5.9	23.5
35	1	5.9	5.9	29.4
37	1	5.9	5.9	35.3
39	1	5.9	5.9	41.2
40	1	5.9	5.9	47.1
41	2	11.8	11.8	58.8
42	1	5.9	5.9	64.7
43	1	5.9	5.9	70.6
44	1	5.9	5.9	76.5
46	2	11.8	11.8	88.2
50	1	5.9	5.9	94.1
53	1	5.9	5.9	100.0
Total	17	100.0	100.0	

---

**Data self awareness kelompok eksperimen Post test**

Jumlah

	Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid 39	1	5.9	5.9	5.9
44	2	11.8	11.8	17.6
47	1	5.9	5.9	23.5
50	1	5.9	5.9	29.4
52	2	11.8	11.8	41.2
53	3	17.6	17.6	58.8
54	2	11.8	11.8	70.6
59	1	5.9	5.9	76.5
61	1	5.9	5.9	82.4
62	1	5.9	5.9	88.2
70	1	5.9	5.9	94.1
Total	17	100.0	100.0	100.00

### Gain skor

	Eksperimen	Kontrol
1	10.00	-1.00
2	16.00	-3.00
3	15.00	-1.00
4	-4.00	-6.00
5	13.00	-2.00
6	19.00	1.00
7	3.00	.00
8	14.00	-4.00
9	30.00	3.00
10	17.00	.00
11	19.00	-1.00
12	15.00	-2.00
13	21.00	9.00
14	7.00	3.00
15	9.00	.00
16	15.00	-1.00
17	9.00	-6.00

**Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen**  
One-Sample Kolmogoro-Smirnov Test

		Eksperimen Pre test	Eksperimen Post test
N		17	17
Normal Parameter	Mean	53.71	39.82
	Std.Deviation	8.053	7.367
Most Extreme Differenes	Absolute	.191	.103
	Positive	.191	.183
	Negative	-.122	-.103
Kolmogorov-Smirnov Z		.789	.423
Asymp.Sig. (2-tailed)		.562	.994

- a. Test distribution is normal
- b. Calculated from data

**Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen**  
One-Sample Kolmogoro-Smirnov Test

		Kontrol pre test	Kontrol post test
N		17	17
Normal Parameter	Mean	53.00	53.65
	Std.Deviation	9.186	9.394
Most Extreme Differenes	Absolute	.096	.107
	Positive	.096	.107
	Negative	-.088	-.077
Kolmogorov-Smirnov Z		.396	.441
Asymp.Sig. (2-tailed)		.998	.990

- a. Test distribution is normal

b. Calculated from data

### Analisis Data Eksperimen dan Kontrol

Eksperimen Pre Test dan Eksperimen Post test

Frequencies

Statistics

	Eksperimen pre test	Eksperimen post test
N Valid	17	17
Missing	0	0
Mean	39.82	53.71
Std. Error of Mean	1.787	1.953
Std. Deviation	7.367	8.053
Variance	54.279	64.864
Range	29	31
Minimum	24	39
Maximum	53	70
Sum	677	913

Kontrol Pre Test dan Kontrol Post test

Frequencies

Statistics

	Kontrol pre test	Kontrol post test
N Valid	17	17
Missing	0	0
Mean	53.65	53.00
Std. Error of Mean	2.278	2.228
Std. Deviation	9.394	9.186
Variance	84.243	88.375
Range	35	34
Minimum	38	36
Maximum	73	70
Sum	912	901

**Data self awareness kelompok Kontrol Pre test**

**Jumlah**

	Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid 36	1	5.9	5.9	5.9
40	1	5.9	5.9	11.8
44	1	5.9	5.9	17.6
46	2	11.8	11.8	29.4
47	1	5.9	5.9	35.3
50	1	5.9	5.9	41.2
53	2	11.8	11.8	52.9
55	1	5.9	5.9	58.8
56	2	5.9	11.8	64.7
57	1	5.9	5.9	70.6
59	1	5.9	5.9	76.5
61	1	5.9	5.9	82.2
62	2	5.9	5.9	88.2
66	1	5.9	5.9	94.1
70	1	5.9	5.9	100.0
Total	17	100.0	100.0	

---

**Data self awareness kelompok Kontrol Post test**

Jumlah

	Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Valid 38	1	5.9	5.9	5.9
40	1	5.9	5.9	11.8
43	1	5.9	5.9	17.6
45	1	11.8	11.8	29.4
47	1	5.9	5.9	35.3
50	1	5.9	5.9	41.2
53	1	5.9	5.9	52.9
54	1	5.9	5.9	47.1
55	2	11.8	11.8	52.9
56	1	5.9	5.9	58.8
61	1	5.9	11.8	70.6
62	1	5.9	5.9	76.5
63	2	5.9	5.9	88.2
65	1	5.9	5.9	94.1
73	1	5.9	5.9	100.0
Total	17	100.0	100.0	

**Uji Homogenitas Varians antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

**Test of Homogeneity of Variances**

Pre test

Levence Statistic	df1	df2	Sig.
.240	1	29	.625

Pre test

	Sum of Square	df1	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	13.882	1	14.700	.008	.994
Within Groups	1180.000	28	42.143		
Total	1194.700	29			

## UJI HIPOTESIS

Kelompok eksperimen dan kelompok Kontrol (*Independen*)

### Test Statistic

	kontrl-eksp
<b>Z</b>	<b>-401<sup>a</sup></b>
<b>Sign. (2-tailed)</b>	<b>.011</b>

## Sign Test

### Frequencies

		N
kontrl-eksp	Negative Differences <sup>a</sup>	15
	Positive Differences <sup>b</sup>	2
		0
		17

### Test statistic

	kontrl-eksp
<b>Exact Sign. (2-tailed)</b>	<b>.011</b>

## UJI T-test

**Pada *Pre test* dan *Post test* kelompok Eksperimen (*Dependen*)**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair	Eksperimen pre test	39.82	17	8.053	1.953
	Eksperimen post test	53.71	17	7.367	1.787

**Paired Sample Test**

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair Eksperimen pre test – eksperimen post test	13.882	12.956	3.142	7.221	20.544	4.418	16	.003

### Rangkuman Hasil Uji T-test

Kategori	Hasil
<i>T(Paired Sample Test)</i>	4.418
Signifikansi	0.003

## MODUL KELOMPOK EKSPERIMEN

### ZIKIR ASMAUL HUSNA

#### A. Pengertian zikir Asmaul Husna

Zikir secara sederhana dapat diartikan sebagai perbuatan mengingat Allah SWT yang dilakukan dengan menyebut nama-nama dan sifat-sifat Allah. Asmaul Husna adalah nama-nama terbaik yang dimiliki oleh Allah SWT. Menurut kebanyakan ulama' nama-nama yang termasuk Asmaul Husna ada 99.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa zikir Asmaul Husna adalah mengingat Allah dengan cara menyebut Asma-Nya. Dalam zikir ini, Asmaul Husna yang digunakan adalah seluruh asmaul husna yang berjumlah 99.

No.	Nama	Arab	Indonesia
	Allah	الله	Allah
1	Ar Rahman	الرحمن	Yang Maha Pemurah
2	Ar Rahiim	الرحيم	Yang Maha Penyayang
3	Al Malik	الملك	Yang Maha Merajai/Memerintah
4	Al Quddus	القدوس	Yang Maha Suci
5	As Salaam	السلام	Yang Maha Memberi Kesejahteraan
6	Al Mu`min	المؤمن	Yang Maha Memberi Keamanan
7	Al Muhaimin	المهيمن	Yang Maha Pemelihara
8	Al `Aziiz	العزيز	Yang Maha Perkasa
9	Al Jabbar	الجبار	Yang Memiliki Mutlak Kegagahan
10	Al Mutakabbir	المتكبر	Yang Maha Megah, Yang

			Memiliki Kebesaran
11	Al Khaliq	الخالق	Yang Maha Pencipta
12	Al Baari`	البارئ	Yang Maha Melepaskan (Membuat, Membentuk, Menyeimbangkan)
13	Al Mushawwir	المصور	Yang Maha Membentuk Rupa (mahluknya)
14	Al Ghaffaar	الغفار	Yang Maha Pengampun
15	Al Qahhaar	القهار	Yang Maha Memaksa
16	Al Wahhaab	الوهاب	Yang Maha Pemberi Karunia
17	Ar Razzaaq	الرزاق	Yang Maha Pemberi Rezeki
18	Al Fattaah	الفتاح	Yang Maha Pembuka Rahmat
19	Al `Aliim	العليم	Yang Maha Mengetahui (Memiliki Ilmu)
20	Al Qaabidh	القابض	Yang Maha Menyempitkan (mahluknya)
21	Al Baasith	الباسط	Yang Maha Melapangkan (mahluknya)
22	Al Khaafidh	الخافض	Yang Maha Merendahkan (mahluknya)
23	Ar Raafi`	الرافع	Yang Maha Meninggikan (mahluknya)
24	Al Mu`izz	المعز	Yang Maha Memuliakan (mahluknya)
25	Al Mudzil	المدل	Yang Maha Menghinakan (mahluknya)
26	Al Samii`	السميع	Yang Maha Mendengar
27	Al Bashiir	البصير	Yang Maha Melihat

28	Al Hakam	الحكم	Yang Maha Menetapkan
29	Al `Adl	العدل	Yang Maha Adil
30	Al Lathiif	اللطيف	Yang Maha Lembut
31	Al Khabiir	الخبير	Yang Maha Mengenal
32	Al Haliim	الحليم	Yang Maha Penyantun
33	Al `Azhiim	العظيم	Yang Maha Agung
34	Al Ghafuur	الغفور	Yang Maha Pengampun
35	As Syakuur	الشكور	Yang Maha Pembalas Budi (Menghargai)
36	Al `Aliy	العلى	Yang Maha Tinggi
37	Al Kabiir	الكبير	Yang Maha Besar
38	Al Hafizh	الحفيظ	Yang Maha Memelihara
39	Al Muqiit	المقيت	Yang Maha Pemberi Kecukupan
40	Al Hasiib	الحسيب	Yang Maha Membuat Perhitungan
41	Al Jaliil	الجليل	Yang Maha Mulia
42	Al Kariim	الكريم	Yang Maha Mulia
43	Ar Raqiib	الرقيب	Yang Maha Mengawasi
44	Al Mujiib	المجيب	Yang Maha Mengabulkan
45	Al Waasi`	الواسع	Yang Maha Luas
46	Al Hakiim	الحكيم	Yang Maha Maka Bijaksana
47	Al Waduud	الودود	Yang Maha Mengasihi
48	Al Majiid	المجيد	Yang Maha Mulia
49	Al Baa`its	الباعث	Yang Maha Membangkitkan
50	As Syahiid	الشهيد	Yang Maha Menyaksikan
51	Al Haqq	الحق	Yang Maha Benar
52	Al Wakiil	الوكيل	Yang Maha Memelihara

53	Al Qawiyyu	القوى	Yang Maha Kuat
54	Al Matiin	المتين	Yang Maha Kokoh
55	Al Waliyy	الولى	Yang Maha Melindungi
56	Al Hamiid	الحميد	Yang Maha Terpuji
57	Al Muhshii	المحصى	Yang Maha Mengalkulasi (Menghitung Segala Sesuatu)
58	Al Mubdi`	المبدئ	Yang Maha Memulai
59	Al Mu`iid	المعيد	Yang Maha Mengembalikan Kehidupan
60	Al Muhyii	المحيى	Yang Maha Menghidupkan
61	Al Mumiitu	المميت	Yang Maha Mematikan
62	Al Hayyu	الحي	Yang Maha Hidup
63	Al Qayyuum	القيوم	Yang Maha Mandiri
64	Al Waajid	الواجد	Yang Maha Penemu
65	Al Maajid	الماجد	Yang Maha Mulia
66	Al Wahiid	الواحد	Yang Maha Tunggal
67	Al Ahad	الاحد	Yang Maha Esa
68	As Shamad	الصمد	Yang Maha Dibutuhkan, Tempat Meminta
69	Al Qaadir	القادر	Yang Maha Menentukan, Maha Menyeimbangkan
70	Al Muqtadir	المقتدر	Yang Maha Berkuasa
71	Al Muqaddim	المقدم	Yang Maha Mendahulukan
72	Al Mu`akkhir	المؤخر	Yang Maha Mengakhirkan
73	Al Awwal	الأول	Yang Maha Awal
74	Al Aakhir	الأخر	Yang Maha Akhir
75	Az Zhaahir	الظاهر	Yang Maha Nyata

76	Al Baathin	الباطن	Yang Maha Ghaib
77	Al Waali	الوالي	Yang Maha Memerintah
78	Al Muta`aali	المتعالي	Yang Maha Tinggi
79	Al Barru	البر	Yang Maha Penderma (Maha Pemberi Kebajikan)
80	At Tawwaab	التواب	Yang Maha Penerima Tobat
81	Al Muntaqim	المنتقم	Yang Maha Pemberi Balasan
82	Al Afuww	العفو	Yang Maha Pemaaf
83	Ar Ra`uuf	الرؤوف	Yang Maha Pengasuh
84	Malikul Mulk	مالك الملك	Yang Maha Penguasa Kerajaan (Semesta)
85	Dzul Jalaali Wal Ikraam	ذو الجلال و الإكرام	Yang Maha Pemilik Kebesaran dan Kemuliaan
86	Al Muqsith	المقسط	Yang Maha Pemberi Keadilan
87	Al Jamii`	الجامع	Yang Maha Mengumpulkan
88	Al Ghaniyy	الغنى	Yang Maha Kaya
89	Al Mughnii	المغنى	Yang Maha Pemberi Kekayaan
90	Al Maani	المانع	Yang Maha Mencegah
91	Ad Dhaar	الضار	Yang Maha Penimpa Kemudharatan
92	An Nafii`	النافع	Yang Maha Memberi Manfaat
93	An Nuur	النور	Yang Maha Bercahaya (Menerangi, Memberi Cahaya)
94	Al Haadii	الهادئ	Yang Maha Pemberi Petunjuk
95	Al Badii`	البديع	Yang Maha Pencipta Yang Tiada Bandingannya
96	Al Baaqii	الباقئ	Yang Maha Kekal

97	Al Waarits	الوارث	Yang Maha Pewaris
98	Ar Rasyiid	الرشيد	Yang Maha Pandai
99	As Shabuur	الصبور	Yang Maha Sabar

## B. Adab Berzikir

Agar zikir membekas dalam hati, maka adab dalam berziir harus dijaga. Sebab kalau tidak, tentu zikir hanya sekedar ucapan saja, dan tidak membekas sama sekali. Adab zikir anta lain :

1. Kekhusukan dan kesopanan, menghadirkan makna kalimat-kalimat zikir, berusaha memperoleh kesan-kesannya, dan memperhatikan maksud-maksud serta tujuan-tujuannya.
2. Merendahkan suara sewarjanya disertai konsentrasi sepenuhnya dan kemauan secukupnya sampai tidak ter kacau oleh sesuatu yang lain.
3. Menyesuaikan zikir dengan suara jamaah, kalau zikir itu dibaca secara berjamaah, maka tak seorangpun mendahului atau terlambat dari mereka, dan ketika itu zikirnya jangan dimulai dari awal jika terlambat datang, tetapi ia harus memulai bersama mereka dari kalimat yang pertama kali ia dapatkan, kemudian setelah selesai ia harus mengganti zikir yang belum dibacanya. Hal ini dimaksudkan agar tidak menyimpang dari bacaan semestinya, dan upaya tidak berlainan iramanya.
4. Bersih pakainan dan tempat, serta memelihara tempat-tempat yang dihormati dan waktu-waktu yang cocok. Hal ini menyebabkan adanya konsentrasi penuh, kejernihan hati, dan keikhlasan niatnya.

Agar memperoleh efek yang lebih besar, maka dalam melaksanakan zikir hendaknya suci hadats, merendahkan suaranya, konsentrasi sepenuhnya dengan menghayati makna asmaul husna yang diucapkan. Jika tata cara atau adab berzikir diatas sudah dipelihara, berzikir dengan khusuk

memahami maknanya, maka orang yang berzikir itu akan memperoleh manfaat dari bacaanya, dan menemukan kesan zikirnya sebagai suatu ketenangan dalam hatinya, kelapangan dalam dadanya, dan kelimpahan rahmat dari Allah SWT.

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

**Nama** : Maria Ulfa

**Tempat/Tgl Lahir** : Demak, 05 Juni 1993

**Alamat** : Tlogo RT 02/ RW 08 Batusari Mranggen Demak

### **Riwayat Pendidikan :**

1. SDN Batusari 04 Mranggen Demak Lulus Tahun 2006
2. Madrasah Tsanawiyah Nahdlatul Ulama (MTs NU) Nurul Huda Semarang Lulus Tahun 2009
3. Madrasah Aliyah Nahdlatul Ulama (MA NU) Nurul Huda Semarang Lulus Tahun 2012
4. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Lulus Tahun 2016

### **Pengalaman Organisasi :**

1. Pengurus USC (Ushuluddin Sport Club) Tahun 2012-2013
2. Anggota Deputi Kesmas (Kesehatan Masyarakat) GenBI Jateng (Generasi Baru Indonesia) Bank Indonesia periode 2014-2016
3. Pengurus LPM Idea periode 2012-2013
4. Anggota PMII Rayon Ushuluddin Komisariat Walisongo periode 2012-2013
5. Anggota LKSA (Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak) Jateng Tahun 2012-2013

**Pelatihan-pelatihan :**

1. Workshop Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak BP DIKJUR Semarang Tahun 2013
2. Praktik Pengalaman Lapangan dan Kuliah Kerja Lapangan di Kedutaan Besar Republik Indonesia Singapura, Singapura Tahun 2015
3. Workshop Pelatihan Kewirausahaan di *Best Western* Hotel Solo Tahun 2015
4. Pelatihan Penulisan Karya Tulis Ilmiah di Bank Indonesia Tahun 2016
5. GenBI Sosial Care di Ungaran Tahun 2015
6. Training Hipnoterapi bersama *Hipnocare* Semarang Tahun 2014
7. Bedah Buku di Bank Indonesia bersama Hanum Salsabila Rais dan Rangga Almahendra 2015
8. Bedah Buku bersama Dee Lestari di Bank Indonesia 2016
9. Kunjungan penderita Kanker GenBI (Generasi Baru Bank Indonesia) di RS. Kariadi Semarang 2015
10. Training anggota baru GenBI Bank Indonesia di Bandung tahun 2015, dsb.