

**TERAPI MUSIK SHOLAWAT NABI UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN *BROKEN HOME* DI DESA
PLUMBON KECAMATAN LIMPUNG KABUPATEN BATANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Muhammad Khoiril Afif

(1504046085)

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

2022

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Khoiril Afif

NIM : 1504046085

Program Studi : Tasawuf Dan Psikoterapi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

Terapi Musik Sholawat Nabi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban *Broken Home* Di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 02 Juni 2022



Pembuat Pernyataan,

Muhammad Khoiril Afif
NIM. 1504046085



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan. Prof. Dr. Hamka Km 01, Ngaliyan, Semarang 50189.
Telepon (024) 7601294, Website : ushuluddin.walisongo.ac.id

Hal : Nilai Bimbingan

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo

Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami beritahukan, setelah kami membimbing skripsi mahasiswa/mahasiswi :

Nama : Muhammad Khoiril Afif

NIM : 1504096085

Judul : Terapi musik sholawat nabi untuk

menurunkan kecemasan pada remaja korban broken home

di Desa Plumpu Kecamatan Limbung Kabupaten Batang.

Maka nilai naskah skripsinya adalah :

Catatan khusus Pembimbing : 2,8

Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang,

Pembimbing

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi di bawah ini,

Nama : Muhammad khoiril afif

NIM : 1504046085

Judul Skripsi : Terapi Musik Sholawat Nabi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang

Telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal 6 Juli 2022 dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Ketua Sidang

Fitriyati, S. Psi, M.si, Psikolog
NIP.19690725 200501 2 002



Pembimbing

DR. H. Abdul Muhaya, MA
NIP.196210181991 01 1001

Penguji I

Hikmatun Balighoh Nur Fitriyati., S.Psi.,

M.Psi., Psikolog.

NIP.198804142019032011

Penguji II

Ernawati, M.Stat

NIP.199310062019032025

Sekretaris Sidang

H.Ulin Ni'am Masruri, M.A

NIP. 19770502 2009011020

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

Artinya :

Sesungguhnya Allah dan Malaikat-malaikat-Nya bershalawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya.

TRANSLITERASI

Dalam penulisan skripsi ini, transliterasi bahasa arab-latin yang penulis gunakan berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” sesuai dengan Putusan Bersama Menteri Agama dan Mentri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158 tahun 1987, Nomor 0543b/U/1987. Adapun pedoman tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kata Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	ẓ	zet (dengan titik diatas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es

سین	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik dibawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik dibawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	āin	ˆ	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, yaitu terdiri dari vokal tunggal dan vokal rangkap.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ	Fathah	A	A
◌ِ	Kasrah	I	I
◌ُ	Dhamah	U	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ ي	fathah dan ya	Ai	a dan i
◌َ و	fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh :

Hadihi - هَذِهِ

Baina - بَيْنَ

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ اِ اِي	Fathah dan alif atau ya	A	a dan garis diatas
اِ اِي	Kasrah dan ya	I	I dan garis diatas
اُ اِي	Dhamamah dan wau	U	u dan garis diatas

Contoh: Kana - كَان

Fima - فِيمَا

Yakuluna - يَقُولُونَ

4. Ta Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

Ta Marbutah hidup, yakni yang menggunakan harakat fathah, kasrah, atau dhammah, transliterasinya adalah / t/

Ummatan - أُمَّة

Koryatil adhim - قَرْيَةَ الظَّالِمِ

Ta Marbutah mati, yakni yang menggunakan harakat sukun, transliterasinya adalah /h

Wahidah - Ta Marbutah yakni kata yang terakhir atau diikuti kata sandang /al/

Al-koryah ad-dhalimi - الْقُرْيَةُ الظَّالِمِ

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid dalam transliterasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah.

Contoh:

رَبَّنَا - rabbana

أُمَّة - Umma

6. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibagi dua, yaitu:

Kata sandang samsiya, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan huruf bunyinya:

Contoh : النِّسَاءِ - an-nisa'i

Kata sandang qamariyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya huruf /l/

Contoh : القلم - al-qalamu

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan diakhir kata. Bila hamzah itu terletak diawal kata, ia tidak di lambangkan karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

Lanaa - لَنَا

Wamaa lakum - وَمَا لَكُمْ

8. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik itu fi'il, isim maupun huruf ditulis terpisah, hanya kata- kata tertentu yang penulisannya dengan tulisan arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh: Wallahu yahdi man yasya'u ilaa shirotil mustaqim –

وَاللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ

9. Huruf Kapital

Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri ini didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:, menurut John Rawls

Dalam hal ini

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tidak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman.

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah, Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT tuhan penguasa alam yang menguasai hari pembalasan dan yang senantiasa melimpahkan rahmat, taufik dan juga hidayahnya dalam langkah-langkah kecil kehidupan penulis selama ini. Rabblah yang senantiasa memberikan ketenangan, kemudahan dan kekuatan yang tidak terbatas, Sehingga dengan Ridhonya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul terapi musik sholawat nabi untuk menurunkan kecemasan pada remaja korban *broken home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Rasul Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah menuju zaman islamiyah yang penuh kemuliaan.

Rasa syukur yang dalam teriring rasa terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu peneliti selama proses penulisan skripsi ini. Karenanya, di dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih sebanyak- banyaknya kepada:

1. Yang terhormat, Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, Selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta staf dan jajaranya yang telah memberikan restu peneliti untuk menimba ilmu dan menyelesaikan karya ilmiah ini.
2. Yang terhormat, Dr. H. Hasyim Muhammad., M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, semua dosen dan staf di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo beserta jajaranya yang telah memberikan restu kepada peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini (Skripsi).
3. Yang terhormat Fitriyati, S.Psi., M.Si. selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang selalu memotivasi peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini dan Ulin Ni'am Masruri, Lc., M.A. selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang telah memberikan izin untuk penelitian ini.
4. Yang terhormat Dr. H. Abdul Muhaya, M.A. selaku pembimbing yang selalu memotivasi, mengarahkan, dan membimbing penulis dalam penulisan

karya ilmiah ini.

5. Yang terhormat, Bapak Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah mengarahkan, mengkritik, mendidik, membimbing, dan memberikan ilmunya kepada peneliti selama dalam bangku perkuliahan.
6. Yang terhormat, kepala Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di desa tersebut
7. Ibunda tercinta ibu Toyati (alm) dan Ayahanda tercinta Bapak Suyanto (alm), hanya doa yang bisa penulis berikan dan mudah-mudahan selalu mendapatkan rahmat Allah SWT.
8. Kakak-kakak tercinta Abdurrahman, Lutfi Aziz, Istianah, Muzamil, dan Akhmad Jazuli yang selalu memberikan kasih sayang yang tulus, dukungan dan motivasi kepada penulis.
9. Sahabat-sahabati PMII dari adik-adik, teman Angkatan dan Senior-senior yang selalu kebersamai saya dalam berproses di organisasi ekstra kampus, terkhusus al-Mapaba Angkatan 2015 yang juga memberikan banyak semangat dalam penyusunan skripsi ini, semoga kalian dipermudahkan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi dan tetap diberi kekuatan untuk menjalani hidup.
10. Lembaga intra kampus seperti HMJ TP, DEMA F, UKM Musik, UKM USC, UKM RGM, yang memberikan banyak kesempatan saya untuk berproses di organisasi kampus.
11. Teman-teman di Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi maupun jurusan dan fakultas lain yang tidak dapat saya sebutkan nama-namanya, terimakasih karna telah kebersamai saya dalam belajar di kampus.
12. Penghargaan dan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan karya ilmiah ini, Semoga Allah SWT memberikan rahmat dan hidayahnya kepada kita semua. Amin

Kepada mereka semua tidak ada sesuatu yang dapat peneliti berikan sebagai imbalan, kecuali do'a semoga Allah selalu membimbing langkah

hidupnya dan membalas kebbaikanya dengan balasan yang lebih banyak dan lebih baik.

Skripsi yang kecil ini dibuat dengan usaha maksimal dari keterbatasan kemampuan yang dimiliki penulis. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan baik dari segi isi maupun tulisan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penenliti harapkan demi kesempurnaan di masa yang akan datang.

Akhirnya dengan segala kesadaran dan kerendahan hati penulis berharap semoga skripsi sederhana ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya. Kesempurnaan hanya milik Allah SWT, hanya kepadaMULah kami menyembah dan hanya kepadaMULah kami meminta pertolongan.

Semarang, 02 Juni 2022

Penulis,

Muhammad Khoiril Afif
NIM. 1504046085

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
PERNYATAAN KEASLIAN	II
PERSETUJUAN PEMBIMBING	III
PENGESAHAN SKRIPSI	IV
MOTTO	V
TRANSLITERASI	VI
UCAPAN TERIMAKASIH	XIII
DAFTAR ISI	XVI
ABSTRAK	XXI
DAFTAR TABEL	XIX
DAFTAR GAMBAR	XX
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Kajian Pustaka.....	11
F. Sistematika Pembahasan	12
BAB II: KAJIAN TEORI	14
A. Kecemasan	14
1. Pengertian Kecemasan	14
2. Aspek-aspek Kecemasan	15
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	16
4. Tingkat Kecemasan.....	17
B. Terapi Musik Shalawat	19
1. Pengertian Terapi Musik Solawat	19
2. Hukum Shalawat.....	21
3. Adab Membaca Solawat	22

4. Manfaat Shalawat.....	22
C. Remaja Broken Home.....	28
1. Pengertian Remaja Broken Home.....	28
2. Faktor Penyebab Broken Home.....	29
3. Pengaruh Broken Home Terhadap Remaja.....	34
4. Dampak Broken Home Terhadap Anak.....	31
BAB III: METODE PENELITIAN.....	34
A. Metode Penelitian	
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	34
2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
3. Subyek Penelitian.....	35
4. Populasi dan Sampel.....	36
5. Variabel Penelitian.....	36
6. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel.....	37
7. Metode Pengumpulan Data.....	38
8. Teknik Analisis Data.....	40
B. Hipotesis.....	43
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Deskripsi Data.....	44
1. Deskripsi Data Skor Pree-Test.....	45
2. Deskripsi Data Skor Hasil <i>Post-Test</i>	46
3. Rekapitulasi Hasil Skor instrumen kecemasan pada <i>Pree-Test</i> dan <i>Pree-Test</i>	47
B. Uji Asumsi	48
1. Uji Normalitas.....	48
2. Uji Homogenitas	50
C. Uji Hipotesis	51
D. Pembahasan.....	55
BAB V: PENUTUP.....	62

A. Kesimpulan	62
B. Saran.....	62
C. Kata Penutup.....	63

DAFTAR PUSUTAKA

DAFTAR TABEL

1. Tabel 1 Pengaplikasian Penelitian <i>Post-test Only Group Design</i>	34
2. Tabel 2 Blueprint Kecemasan Remaja Broken Home.....	40
3. Tabel 3 Skor Nilai Hasil Pre-Test	44
4. Tabel 4 Deskriptif Skor Nilai Hasil Pre-Test	44
5. Tabel 5 Skor Nilai Hasil Post-Test	45
6. Tabel 6 Deskriptif Skor Nilai Hasil Post-Test 4.....	46
7. Tabel 7 Skor Penyebaran Hasil Pree-Test dan Post-Test	47
8. Tabel 8 Tabulasi Penyebaran Pree-Test dan Post-Test Instrumen Kecemasan	47
9. Tabel 9 Hasil Uji Normalitas Pre-Test	49
10. Tabel 10 Hasil Uji Normalitas Post-Test	50
11. Tabel 11 Uji Homogenitas.....	51
12. Tabel 12 Hasil Uji Within Subjects Effets	53
13. Tabel 13 Uji <i>Pairwise Comparisons</i>	54
14. Tabel 14 Besar Penurunan <i>Pree-Test</i> Kepada <i>Post-Test</i> Kelompok	55

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 1 Interaksi Pengukuran *Pre-Test* Kepada *Post-Test* Kelompok..... 56

ABSTRAK

Lingkungan keluarga adalah lingkungan yang pertama dan mempunyai peran banyak dalam pertumbuhan dan perkembangan anak untuk mencapai kebahagiaan. Untuk mencapai tujuan tersebut keluarga di hadapkan dengan berbagai rintangan yang ada seperti ekonomi, sosial maupun status. Banyak keluarga yang dapat menghadapi rintangan tersebut sehingga menjadikan keluarga semakin harmonis. Akan tetapi banyak keluarga yang tidak menyelesaikan rintangan tersebut dengan baik, melainkan mengambil jalan pintas dengan bercerai. Salah dampak dari perceraian adalah anak tidak mendapat kepedulian dan kasih sayang kepada orang tuanya. Keadaan anak akibat perceraian orang tua sering disebut dengan anak *broken home*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terapi musik efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Penelitian ini merupakan jenis pendekatan kuantitatif dengan metode *Quasi Experiment*. Subyek penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen sejumlah 5 orang dan kelompok kontrol sejumlah 5 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan yang di kembangkan oleh Nurhatia Ramdani pada tahun 2016.

Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa terapi sholawat Nabi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Pada kelompok eksperimen kecemasan remaja menurun 22,8% sedangkan pada kelompok kontrol kecemasan remaja turun sebesar 11,9%.

Dalam penelitian ini terdapat saran untuk penelitian selanjutnya. Saran yang diberikan adalah diantaranya pertama, proses pemberian intervensi musik shalawat, peneliti harus lebih memahami situasi, kondisi dan psikologis individu. Kedua, dalam penelitian yang akan datang dapat menggunakan teknik lain yang dapat menurunkan kecemasan seperti konseling, terapi dzikir atau terapi yang lainnya.

Kata Kunci : Musik Shalawat, Kecemasan, Remaja *Broken Home*.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lingkungan merupakan segala sesuatu yang berdampak dengan manusia. Lingkungan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan kelangsungan hidup manusia. Lingkungan ini akan ikut serta dalam perkembangan manusia kearah yang lebih baik atau kearah yang lebih buruk. Terdapat banyak lingkungan yang ikut serta dalam kehidupan manusia seperti lingkungan sosial, lingkungan kerja, lingkungan sekolah, dan lingkungan keluarga.

Salah satu lingkungan yang mempunyai peran banyak dalam pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga menjadi lingkungan pertama yang dikenal oleh anak semenjak lahir didunia ini.¹ Keluarga adalah kelompok sosial terkecil dalam masyarakat. Keluarga terdiri dari individu yang saling mengikatkan diri. Satuan sosial dalam masyarakat terbentuk melalui interaksi, saling percaya, saling melengkapi, dengan peran masing-masing. Hampir semua keluarga mempunyai tujuan yang sama yaitu kebahagiaan, ketentraman dan kesejahteraan bagi anggota keluarganya.

Keluarga dalam mencapai tujuan diatas dapat dipastikan dapat menghadapi berbagai rintangan yang ada seperti ekonomi, sosial maupun status. Banyak keluarga yang dapat menghadapi rintangan tersebut sehingga menjadikan keluarga semakin harmonis. Akan tetapi banyak keluarga yang tidak menyelesaikan rintangan tersebut dengan baik, melainkan mengambil jalan pintas dengan bercerai.

¹ Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-Dasar Konseling: Tinjauan Teori & Praktik* (Bandung: Cita Pustaka Media Perintis, 2010) hal. 150

Penceraian menjadi istilah yang tidak asing didalam keluarga. Kasus penceraian di indonesia setiap tahun semakin meningkat. 394.246 kasus penceraian terjadi pada tahun 2015, selanjutnya pada tahun 2016 bertambah sampai 401.717 kasus, lalu pada tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu 415.510 kasus lalu tahun 2018 terus alami peningkatan menjadi 444.358 kasus. Sampai pada tahun 2020, per Agustus jumlahnya telah mencapai 306.688 kasus.²

Kasus penceraian dalam rumah tangga mempunyai dampak yang besar. Salah satu dampak yang sering dialami oleh korban penceraian adalah anak. Kasus penceraian tersebut menjadikan anak bingung untuk memilih hidup bersama ibunya atau ayahnya. Dampak yang lebih besar lagi adalah anak tidak mendapat kepedulian dan kasih sayang kepada orang tuanya. Keadaan anak akibat perceraian orang tua sering disebut dengan anak broken home.

Broken Home merupakan istilah digunakan untuk menggambarkan keluarga yang berantakan akibat orang tua tak lagi peduli dengan situasi dan keadaan keluarga serta anaknya dirumah.³ *Broken Home* muncul karna ketidak mampuan suami istri dalam memecahkan masalah keluarga yang dihadapi, saling cemburu, ketidak puasan pelayanan suami/istri, kurangnya saling pengertian dan kepercayaan satu sama lain, kurang mampu menjalin hubungan baik dengan keluarga pasangan, merasa kurang dengan penghasilan yang diperoleh, saling menuntut dan tidak ada yang mau mengalah salah satunya.⁴

Perpisahan keluarga menyebabkan dampak yang negatif bagi anak. Kurangnya kedewasaan kognitif mengakibatkan kecemasan yang lumayan

² <https://www.merdeka.com/peristiwa/kemenag-sebut-angka-penceraian-mencapai-306688-per-agustus-2020.html> (diakses pada tanggal 08/10/2020)

³ Bunda Rezky, *Be A Smart Parent Cara Kreatif Mengasuh Anak Ala Supernanny* (Yogyakarta: Jogja Bangkit Publisher, 2010) hal. 98

⁴ Ginarsa S.D, Yulia S.E, *Psikologi Perawatan*, (Jakarta: Bapak Gunung Mulia, 1995) hal. 48

pada anak yang masih kecil saat orang tuanya bercerai. Sepuluh tahun setelah orang tua mereka bercerai, remaja hanya sedikit ingatan mengenai ketakutan dan penderitaan mereka sebelumnya atau pada konflik orang tua mereka.⁵ Meskipun demikian, tidak sedikit dari anak-anak tersebut yang terus mengekspresikan kemarahan karena tidak bisa tumbuh didalam sebuah keluarga utuh yang tidak bercerai. Mereka yang sudah remaja pada saat orang tuanya bercerai, lebih bisa mengingat konflik dan ketegangan yang menyelimuti perceraian 10 tahun kemudian, pada awal usia dewasa mereka.⁶

Keadaan ini semakin tertekan dengan tugas perkembangan remaja yang mengalami masa sulit dan krisis. Agoes Dariyo menyebutkan bahwa krisis yang dimaksud kaitannya dengan tugas serta perkembangan yang harus dilalui remaja.⁷ Kegagalan dalam menghadapi krisis akan menyebabkan remaja bingung, perasaan tidak mampu, tidak berdaya, perasaan turunnnya harga diri, penurunan rasa percaya diri dan pesimis menghadapi masa depan.

Hetherington menjelaskan bahwa remaja korban *broken home* kerap mencari kebahagiaan, ketenangan dan kenyamanan untuk diri mereka tanpa menimbang apakah lingkungan tersebut mengantarkan mereka menuju arah yang positif atau justru sebaliknya.⁸ Selain itu, Mukhlis Aziz menjelaskan bahwa beberapa perilaku sosial remaja yang tidak sesuai seringkali di sebabkan karena latar belakang keluarga yang *broken*, seperti bicara kasar, suka melanggar aturan sekolah, suka menentang/melawan, tidak sopan, tidak

⁵ John W. Santrock, *Adolscene Perkembangan Remaja*, terjemahan Sinto B, Adelar dan Sherly Saragih (Jakarta: Erlangga 2003) hal. 16

⁶ John W. Santrock, *Adolscene Perkembangan Remaja*, terjemahan Sinto B, Adelar dan Sherly Saragih (Jakarta: Erlangga 2003) hal. 199

⁷ Agoes Dariyo. (2004). *Psikologi perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia. Hal. 79

⁸ Save Degun. (2002). *Psikologi Keluarga (Peranan Ayah dalam Keluarga)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Hal. 116

berakhlak, tidak bermoral, malas ke sekolah, suka bolos, hilang semangat belajar, suka recok dan caper, suka mengganggu teman bahkan hingga guru.⁹

Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang merupakan salah satu desa yang mempunyai angka perceraian cukup banyak. Sebagaimana data yang diperoleh dari Desa Plumbon Kecamatan Limpung menyebutkan bahwa selama tahun 2021 terdapat 20 kasus perceraian rumah tangga. Perpisahan ini diakibatkan dari beberapa faktor seperti faktor ekonomi, sosial dan individu. Perpisahan keluarga di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang sangat berdampak bagi perkembangan anak. Jumlah remaja di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang yang *broken home* adalah 10 remaja.¹⁰

Remaja di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang yang berasal dari keluarga yang *broken Home* tidak jarang yang mengalami berbagai hambatan atau masalah dalam hidupnya khususnya dalam menghadapi masa krisis dan tugas perkembangannya. Sejalan dengan hasil pengamatan penulis yang menemukan bahwa remaja menjadi tidak nyaman berada di rumah karena hak-hak sebagai anak kurang terpenuhi. Sehingga remaja ini sering menghabiskan waktunya di luar rumah untuk mencari kenyamanan. Selain itu, remaja sering bergadang, pulang larut malam dan berteman dengan orang yang tidak sekolah.

Remaja yang menjadi korban *Broken Home* menunjukkan sifat yang kurang baik di dalam masyarakat, seperti sombong, sulit diatur, dan mempunyai dunia yang berbeda dengan remaja pada umumnya. Hal ini sejalan dengan hasil pengamatan penulis menghasilkan temuan bahwa remaja yang menjadi korban *Broken Home* mempunyai sifat yang acuh tak acuh, kurang semangat dalam belajar, malas, suka marah, kurang percaya diri,

⁹ Mukhlis Aziz. (2015). Perilaku Sosial Anak Remaja Korban Broken Home dalam Berbagai Perspektif. *Jurnal Al-Ijtima'iyyah* (Vol. 1, No. 1 Januari-Juni) hal. 30-31

¹⁰Hasil wawancara dengan Bapak Hadzik selaku sekretaris Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang tanggal 04 Maret 2022 Jam 10.15 WIB

agresif, pendiam, dan sering melanggar aturan sosial. Sehingga keadaan inilah yang menghambat perkembangan individu yang lebih baik dan optimal.

Berdasarkan segala permasalahan remaja di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang diatas, dapat disimpulkan bahwa perpisahan kedua orang tua menyebabkan remaja cemas dalam menghadapi dan mensikapi permasalahan tersebut. Kecemasan yang berlebihan akan mengganggu perkembangan remaja. Akibatnya perkembangan remaja akan terhambat tidak seperti remaja pada umumnya.

Agatha dalam penelitiannya menjelaskan bahwa siswa yang mempunyai orang tua tunggal (broken home) 87% timbul kecemasan adaptif pada diri individu.¹¹ Remaja yang keluarganya mengalami keretakan bahkan sampai pada titik perceraian pada kedua orang tuanya sangat rentan munculnya perasaan cemas dalam dirinya.¹²

Sejalan dengan itu, Wati menjelaskan bahwa remaja yang menjadi korban *Broken Home* cenderung mendatangkan kecemasan pada dirinya sendiri.¹³ Remaja yang orangtuanya menghadapi perceraian biasanya akan mengalami gejala gangguan kesehatan mental seperti cemas.¹⁴ Keadaan keluarga yang kurang menguntungkan dapat menyebabkan terganggunya

¹¹ Agatha, I.C. (2016). Tingkat Kecemasan Siswayang Mempunyai Orangtua Tunggal Dalam Menghadapi Ujian (The Anxiety Level Of Students Who Have Single Parents In Dealing With Exam), *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 3 (2). 148-153

¹² Hidayah, E.N. (2019). Pengaruh Relaksasi Zikir Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Remaja Korban Broken Home, (Studi Kasus di Desa Tunahan Kec. Keling Kab. Jepara). *Skripsi*, Fakultas Ushuludin & Humaniora, UIN Walisongo Semarang.

¹³ Wati, T.W.L. 2010. *Dampak Psikologis Perceraian Orang Tua Pada Remaja Awal*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.

¹⁴ Nasiri, M. (2016). *Beda dampak perceraian bagi anak perempuan dan laki- laki*. CNN Indonesia.

Diakses dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20160922121057-255-160246/beda-dampak-perceraian-bagi-anak-perempuan-dan-laki-laki/>.

perkembangan remaja yang dapat menimbulkan kenakalan remaja dan gangguan psikologis seperti kecemasan.¹⁵

Kecemasan merupakan sebuah perasaan subjektif yang belum jelas kebenarannya. Kecemasan adalah beberapa emosi tidak menyenangkan yang kebanyakan dipengaruhi oleh perasaan takut, khawatir, dan gelisah yang tidak terkendali terhadap kondisi mengancam yang tidak jelas di masa depan.¹⁶ Kecemasan yang dialami oleh remaja *Broken Home* mempunyai dampak yang negatif. Dampak adalah penurunan akademik, kecenderungan untuk terpengaruh hal buruk, kualitas kehidupan yang rendah, rentan menjadi korban pelecehan, obesitas dan gangguan makan, tekanan psikologis, apatis dalam berhubungan, dan melakukan seks bebas.¹⁷ Maka dari itu, di butuhkan teratmen atau langkah untuk menurunkan kecemasan yang dihadapi oleh remaja korban broken home.

Kecemasan tersebut dapat disembuhkan melalui beberapa terapi. Zaman sekarang pengobatan alternatif yang muncul sangat banyak dan dapat menjadi alat untuk penyembuhan penyakit. Terapi melalui suara merupakan salah satu contohnya, musik bukan hanya sekedar hiburan. Musik merupakan seni yang lembut dan berpengaruh terhadap pusat fisik dan pusat saraf. Musik juga mampu memberikan kesan yang positif maupun negatif kepada pusat saraf.¹⁸ Misalnya dalam penyembuhan ke arah energi yang positif, musik yang diperlukan adalah alunan musik yang lembut dan klasik. Namun jika ingin mewujudkan kesan negatif pada saraf, musik rock bisa digunakan

¹⁵ Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143-148

¹⁶ Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2004). *Psikologi Abnormal Edisi Ke 9 (Terjemahan)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 20.

¹⁷ Wulandari, D & Fauziyah, N. (2019). Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis), *Jurnal Empati*. 8 (1).

¹⁸ Mary Basanp, *Music and Colour; Terapi Alternatif* (Yogyakarta: Glosaria Media, 2014) hal. 11

karena kualitas musik tersebut mewujudkan gangguan yang menggetarkan ritme tubuh dan pikiran.¹⁹

Penelitian baru-baru ini menunjukkan bahwa melodi yang baik merupakan obat yang baik. Musik bisa meredakan rasa sakit, mengurangi stres, menurunkan tekanan darah, memperbaiki mood, serta menyembuhkan insomnia. Sekarang ini tidak sedikit terapis musik menggunakan musik untuk mengatasi penyakit jantung, asma dan kepilek. Secara umum musik dapat diartikan sebagai suara yang didalamnya mengandung irama, lagu dan keharmonisan. Menurut Sunarto, musik adalah merupakan penghayatan isi hati manusia yang diungkapkan dalam bentuk bunyi yang teratur dengan melodi atau ritme serta mempunyai unsur atau keselarasan yang indah. Berkaitan dengan terapi suara, para ilmuwan barat bergantung pada terapi musik dan iramanya khusus pada musik klasik seperti yang populer musik Mozart.²⁰

Konsep penyembuhan dengan musik telah lama berkembang. Peneliti dari Cleveland Clinic menemukan bahwa mendengarkan musik selama satu jam sehari bisa mengurangi rasa sakit hingga 20 persen. Menurut Profesor di bidang terapi musik dari *Arts and Quality of Life Research Center di Temple University*, Cheryl Dileo, musik menstimulasi pelepasan endorfin di otak. Zat kimia otak ini berfungsi menutupi rasa sakit. Selain itu musik juga dapat memaksimalkan efek latihan visualisasi yang dikenal dengan *guided imagery*. Dalam latihan ini, pasien diminta fokus pada satu gambar tertentu.²¹

Dunia islam juga tidak ketinggalan untuk mencatat seorang ulama dari iraq yang bernama Abu Yusuf Ya'qub bin Ishak bin Sabah bin Imran bin Ismail bin Muhammad bin Al- Asy'ats bin Qais Al-Kindi (801-873 M), dan lebih dikenal dengan panggilan Al-Kindi. Al Kindi yang telah terlebih dahulu menggunakan musik sebagai terapi untuk menyembuhkan penyakit. Hal ini

¹⁹ Stephani Merrit, *Simfoni Otak* (Bandung: Kaifa: 2002) hal. 69

²⁰ <http://ezon7.blogspot.com/2013/05/fw-sejarah-musik-dunia-bagian-i.html> (diakses pada tanggal 08/05/2020 pukul 20.45)

²¹ <https://rajahikmah.wordpress.com/2014/01/29/tokoh-psikologi-islam4al-kindi/> (diakses pada tanggal 08/05/2020)

dapat dibuktikan melalui kisahnya yang populer ketika beliau diminta oleh seorang ahli usahawan untuk merawat anaknya yang ditimpa sakit lumpuh. Beliau menyembuhkan lumpuh si anak tersebut dengan menyuruh anak muridnya memainkan irama musik dengan menggunakan alat musik.²²

Dikalangan umat Islam, salah terapi suara dalam agama islam adalah shalawat. Sholawat ialah suatu kajian yang esensial dan bermanfaat untuk dikaji, Sholawat memiliki makna yaitu penghormatan dan pengagungan terhadap Nabi Muhammad SAW dan sebagai suatu amalan ibadah (Azhar, 2017). Hal ini selaras dengan firman Alloh SWT “*sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikatNya, bershalawat atas Nabi, wahai orang-orang yang beriman, bershalawatlah untuk Nabi dan ucapkan salam penghormatan kepadanya*”.(Qs. Al-Ahzab 56).

Sholawat mempunyai manfaat untuk menyembuhkan penyakit yang berkaitan dengan psikologis individu. Sejalan dengan ini, Nofiah, Arofati dan Primanda dalam penelitiannya menjelaskan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian intervensi mendengarkan dan membaca Sholawat terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh individu.²³ Hal ini sesuai dengan penelitian yang di lakukan oleh Atik yang melihat pengaruh sholawat terhadap tingkat kecemasan pada pengguna narkoba yang mendapatkan hasil signifikan, penelitian tersebut di lakukan dengan cara membrikan intervensi membaca sholawat dengan metode meditasi untuk melatih meningkatkan perhatian dan taraf kesadaran yang dapat membawa proses-proses mental dapat terkonntrol secara sadar.²⁴

Selain itu, Sirkwandi dalam penelitiannya menjelaskan bahwa terapi solawat secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi

²² <https://rajahikmah.wordpress.com/2014/01/29/tokoh-psikologi-islam4al-kindi/> (diakses pada tanggal 08/05/2020)

²³ Nofiah, Arofati & Primanda. (2009). Pengaruh Mendengarkan Dan Membaca Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post Op Orif Di Rsud Ngudi Waluyo Wlingi, *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan* Vol 10 No. 1, 293-301

²⁴ Atik, (2017). Pengaruh Membaca Solawat Wahidiyah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pengguna Narakoba. *Skripsi: Uin Syarif Hidayatullah*.

yang dialami oleh individu.²⁵ Terapi solawat secara terbukti dapat secara signifikan dapat menurunkan gejala kecemasan dan stress yang dialami oleh individu.²⁶ Sholawat Nabi terdapat syair-syair yang bercerita tentang kehidupan nabi dan sholawat untuk Nabi yang akan menambah kedekatan kita kepada Allah.²⁷

Berdasarkan latar belakang diatas tentang manfaat shalawat. Penulis tertarik untuk mengadakan penelitian lebih jauh tentang shalawat. Adapun judul penelitian yang akan diteliti adalah **“Terapi Musik Sholawat Nabi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang yang diuraikan tersebut diatas, maka rumusan masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana Keefektifan Terapi Musik Sholawat Nabi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus. Tujuan secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terapi musik efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Adapun tujuan secara khusus dalam penelitian ini adalah menganalisis tingkat keefektifan

²⁵ Aris Sikwandi, *Pengaruh Terapi Sholawat Nabi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Upt Pslu Bondowoso* Program Studi S1 Keperawatan Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

²⁶ Andriyani., Sudirman., & Lastari. (2020). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Musik Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Kala 1 Fase Laten Di Rsud 45 Kuningan Tahun 2019*. National Nursing Confrence: The Sustainable Innovation In Nursing Education And Practice

²⁷ Aris Sikwandi, *Pengaruh Terapi Sholawat Nabi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Upt Pslu Bondowoso* Program Studi S1 Keperawatan Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

mengetahui terapi musik efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini terdapat dua manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis.

- a. Menambah Khazanah Keilmuan bagi peneliti yang lain dalam hal menangani kecemasan dengan terapi musik
- b. Memberikan masukan yang konstruktif dalam rangka mendukung teori-teori yang berkaitan dengan terapi sebagai upaya untuk menurunkan tingkat kecemasan remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang
- c. Sebagai sumber referensi dan informasi bagi jurusan Tasawuf Psikoterapi Khususnya berguna bagi pengembangan terapi musik dalam menangani kecemasan maupun penyakit yang lain.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek yang diteliti

Peneliti berharap hasil penelitian ini mampu membuahkan efek positif dan membantu proses penurunan kecemasan melalui terapi sholawat nabi bagi remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

- b. Bagi Peneliti

Dengan penelitian yang dilakukan ini, peneliti dapat memperoleh, menambah, dan meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan terkait terapi musik shalawat Nabi untuk menurunkan kecemasan pada remaja korban broken home.

E. Kajian Pustaka

Dalam penelusuran kepustakaan, penulis menemukan beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini. Adapun penelitian yang terdahulu adalah sebagai berikut:

1. Skripsi karya Sujoko (2011) Jurusan Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan judul “*Hubungan Antara Keluarga Broken Home, Pola Asuh Orang Tua dan Interaksi Teman Sebaya dengan Kenakalan Remaja*”. Populasinya adalah siswa-siswi SMK Tekno Surakarta dengan jumlah sampel sebanyak 119 siswa. Sampel penelitian ini diambil dengan menggunakan cluster random sampling. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala kenakalan remaja, skala broken home, skala pola asuh orang tua dan skala interaksi teman sebaya. Hasil ini menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang sangat signifikan antara keluarga broken home, pola asuh orang tua dan interaksi teman sebaya terhadap kenakalan remaja²⁸
2. Skripsi karya Aris Sikwandi (2014) dengan judul “*Pengaruh Terapi Sholawat Nabi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso*”. Metode yang digunakan adalah *preexperimental* dengan desain *pretest posttest non group control* yang bertujuan untuk mengetahui terapi sholawat nabi terhadap tingkat depresi pada lansia di UPT PSLU Bondowoso. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner GDS 30 (*Geriatric Depression Scale*). Subjek yang digunakan dalam penelitian adalah lansia yang perlu mendapatkan dukungan orang-orang terdekatnya, yang secara psikologisnya mengalami penurunan karena rasa percaya diri yang kurang atau tidak berdaya dan selalu menganggap bahwa hidupnya telah gagal, karena harus menghabiskan sisa

²⁸ Sujoko, *Hubungan Antara Keluarga Broken Home, Pola Asuh Orang Tua dan Interaksi Teman Sebaya dengan Kenakalan Remaja*, Tesis, (Surakarta: Magister Sains Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta) hal xv.

hidupnya jauh dari orang-orang yang dicintai, mengakibatkan lansia memandang masa depannya suram.²⁹

3. Skripsi Karya hikita Irma Oktaviani (2014) Jurusan Psikologi UIN Malang dengan judul “*Konsep Diri Remaja Dari Keluarga Broken Home*”. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek yang digunakan dalam penelitian remaja yang mengalami *broken home*. Hasil penelitian ini adalah konsep diri remaja yang mengalami *Broken Home* mengarah ke positif.³⁰

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika penelitian ini dibagi menjadi lima bab, yang terdiri dari pendahuluan, landasan teori, metode penelitian, analisis data dan penutup. Selanjutnya akan peneliti uraikan sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan

Bab ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat, kajian pustaka, sistematika pembahasan.

BAB II : Landasan Teori

Bab ini meliputi pengertian terapi musik, sholawat, relaksasi dan stres. Selain tu, bab ini juga berisi tentang beberapa faktor stres dan relaksasi, serta pengertian remaja dan *Broken Home* dan penyebab terjadinya broken home.

²⁹ Aris Sikwandi, *Pengaruh Terapi Sholawat Nabi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso* Program studi S1 Keperawatan Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

³⁰ Chiktia Irma Oktaviani, *Konsep Diri Remaja Dari Keluarga Broken Home*, Skripsi (Malang: Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang) hal. Xvi.

Bab III : Metode Penelitian

Didalam bab ini, meliputi tentang deskripsi umum objek penelitian yang dipaparkan secukupnya agar pembaca mengetahui gambaran tentang objek yang akan dikaji dan deskripsi lokasi penelitian meliputi hasil penelitian. Pada bagian ini dipaparkan mengenai data dan fakta objek penelitian, terutama yang terkait dengan perumusan masalah yang diajukan.

Bab VI : Analisi Data

Berisi tentang pemaparan hasil penelitian yang diperoleh beberapa analisis data dari faktor- faktor, dampak, proses serta hasil pelaksanaan relaksasi stres pada remaja korban *Broken Home* apakah dengan Terapi Musik Islami sholawat bisa mengurangi masalah stres remaja tersebut.

Bab V : PENUTUP

Bab ini berisi kesimpulan penelitian dan saran.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan dapat diartikan sebagai sebuah kondisi psikologis yang umumnya terjadi karena adanya kejadian yang tidak menyenangkan terjadi pada seseorang. Menurut Nevid, Ratus, dan Greene kecemasan adalah sebuah keadaan khawatir, gugup, atau takut ketika berhadapan dengan keadaan yang sulit dalam kehidupan seseorang dan menganggap bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.¹

Kecemasan merupakan sesuatu yang wajar apabila tingkatannya sesuai dengan porsi, namun dapat menjadi abnormal atau tidak wajar ketika tingkatannya melebihi proporsi ancaman atau bila sepertinya datang tanpa ada penyebabnya yang bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Kecemasan juga disebut abnormal ketika kadar kecemasannya berlebih di mana pasien merasa tidak berdaya ataupun kesulitan untuk mengatasinya.²

Kecemasan juga bisa diartikan sebagai gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan khawatir atau ketakutan yang mendalam atau berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu namun masih dalam batas-batas normal.³

Tinggi atau rendahnya kecemasan yang dirasakan oleh setiap manusia tentunya berbeda-beda, hal ini tergantung dari bagaimana cara manusia tersebut dalam menghadapi peristiwa yang mengancam jiwanya. Tidak semua orang yang mengalami stressor psikososial akan

¹ Nevid, J. S; Ratus, S.A; & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. (Jakarta: Erlangga, 2005) h. 95

² Kaplan, H.I & Sadock, B. J. *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis Edisi Ketujuh Jilid 2*. (Jakarta: Binarupa Aksara, 1994) h. 67

³ Dadang Hawari, *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2011) Hlm. 19

menderita gangguan kecemasan, hal ini tergantung pada struktur kepribadiannya. Orang dengan kepribadian pencemas lebih rentan untuk menderita gangguan cemas. Atau dengan kata lain orang dengan kepribadian pencemas resiko untuk menderita gangguan cemas lebih besar dari orang yang tidak berkepribadian pencemas.⁴

2. Aspek-Aspek Kecemasan

Gail W. Stuart membagi kecemasan menjadi beberapa aspek diantaranya :

- a. Perilaku, berupa gelisah, tremor, berbicara cepat, kurang koordinasi, menghindar, lari dari masalah, waspada, ketegangan fisik, dll.
- b. Kognitif, berupa konsentrasi terganggu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, takut kehilangan kendali, mengalami mimpi buruk, dll.
- c. Afektif, berupa tidak sabar, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, ketakutan, waspada, kekhawatiran, mati rasa, merasa bersalah, malu, dll.⁵

Berbeda dengan Grail W. Menurut Vye gejala kecemasan dapat diidentifikasi melalui dalam tiga komponen yaitu:

a. Komponen kognitif

Komponen kognitif merupakan cara individu memandang keadaan yaitu mereka berfikir bahwa terdapat kemungkinan-kemungkinan buruk yang siap mengintainya sehingga menimbulkan rasa ragu, khawatir dan ketakutan yang berlebihan ketika hal tersebut terjadi. Mereka juga menganggap dirinya tidak mampu, sehingga mereka tidak percaya diri dan menganggap situasi tersebut sebagai suatu ancaman yang sulit dan kurangmampu untuk diatasi.

⁴ Dadang Hawari, *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2011) Hlm. 19

⁵ Annisa, D., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor Universitas Padang*, 5(2), 93-99

b. Komponen Fisik:

Pada komponen fisik berupa gejala yang dapat dirasakan langsung oleh fisik atau biasa disebut dengan sensasi fisiologis. Gejala yang dapat terjadi seperti sesak napas, detak jantung yang lebih cepat, sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot. Gejala ini merupakan respon alami yang terjadi pada tubuh saat individu merasa terancam atau mengalami situasi yang berbahaya. Terkadang juga menimbulkan rasa takut pada saat sensasi fisiologis tersebut terjadi.

c. Komponen Perilaku

Pada komponen perilaku melibatkan perilaku atau tindakan seseorang yang *overcontrolling*.⁶

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Seiring berjalannya waktu, tingkat kecemasan dapat berkembang dan sebagian besar dipengaruhi oleh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa - peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Dalam penjelasan yang lebih mendalam, faktor yang mempengaruhi reaksi kecemasan yaitu sebagai berikut:⁷

a. Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal sangat mempengaruhi pola berfikir seseorang tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

⁶ Purnamarini, D. P. A., Setiawan, T. I., & Hidayat, D. R. (2016). Pengaruh Terapi Expressive Writing Terhadap Penurunan Kecemasan Saat Ujian Sekolah. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 36–42.

⁷ Kholil Lur Rochman. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press, 102

b. Emosi yang di tekan

Kecemasan seringkali terjadi ketika seseorang individu tidak mampu menemukan jalan keluar saat ia sedang bermasalah dengan diri sendiri, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c. Fisik

Pikiran dan tubuh merupakan dua hal yang ada pada diri manusia yang saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan semasa remaja dan sewaktu terkena suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

kecemasan timbul karena adanya ancaman atau bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu terjadi pada diri individu serta adanya penolakan dari masyarakat menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru dihadapi.⁸

Blacburn & Davidson juga menjelaskan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan menjadi beberapa diantaranya seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya (seperti keadaan emosi serta fokus ke permasalahannya).⁹

4. Tingkat Kecemasan

a. Kecemasan ringan

Kecemasan masih disebut ringan ketika masih dalam lingkup kehidupan sehari-hari. Kekecewaan ini menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya.

⁸ Kholil Lur Rochman. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press, 105

⁹ Annisa, D., & Ifdil. (2016). *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*. *Jurnal Konselor Universitas Padang*, 5(2), 93-99

Kecemasan ini masih dalam kategori positif karena justru dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas.

b. Kecemasan sedang

Memungkinkan seseorang untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu dengan demikian seseorang tersebut tidak mengalami perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

c. Kecemasan berat

Sangat mempengaruhi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada suatu yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir pada hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

d. Tingkat panik

Ketakutan yang berhubungan dengan terperangah, takut, dan teror termasuk kecemasan tingkat panik. Hal yang rinci terhadap proposinya karena mengalir hilang kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik merupakan disorganisasi dan menimbulkan peningkatan aktifitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional, tingkat kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, jika berlangsung terus dalam waktu yang lama, dapat terjadi kelelahan dan kematian.¹⁰

¹⁰ Stuart, G. W. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa* . Edisi 5. Jakarta. EGC. Townsend

B. Terapi Musik Solawat

1. Pengertian Terapi Musik Solawat

Terapi musik sholawat berasal dari tiga kata yaitu terapi, musik dan shalawat. Kata terapi berhubungan dengan serangkaian usaha yang dipersiapkan untuk membantu atau menolong seseorang atau sering di sebut dengan psikoterapi. Psikoterapi berasal dari kata “*psyche*” yang berarti jiwa dan “*therapy*” yang berarti penyembuhan atau pengobatan. Bisa ditarik benang merah bahwa psikoterapi merupakan suatu pengobatan jiwa.¹¹ Hamdani Bakran Adz-Dzaki berpendapat bahwa psikoterapi merupakan suatu teknik pengobatan penyakit dengan cara kebatinan, penyembuhan dengan cara tehnik khusus pada penyembuhan penyakit mental maupun penyembuhan lewat keyakinan agama. Selain itu, Faisal Idrus juga menjelaskan psikoterapi sebagai suatu usaha dari seorang terapis untuk memberikan suatu pengalaman baru untuk orang lain. pengalaman ini bertujuan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh orang lain.¹²

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa terapi adalah suatu bentuk usaha seseorang (Terapis) untuk membantu menyembuhkan atau menyelesaikan suatu keadaan fisik maupun psikis orang lain dengan menggunakan cara kebatinan atau menggunakan tehnik-tehnik tertentu, sehingga hal tersebut bisa mengatasi permasalahan yang dialami oleh orang lain.

Kata musik disini digunakan untuk mendeskripsikan alat atau sarana yang digunakan secara khusus dalam terapi. Musik adalah elemen yang memiliki peran untuk mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiologis pendengarnya. Musik merupakan elemen yang memiliki

¹¹ Johana E. Prawitasari Dkk, *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), h. 1-2

¹² M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam*, (Fajar Pustaka Baru, 2004), Hal. 228

peran untuk mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiologis pendengarnya.¹³

Shalawat dalam arti bahasa berasal dari kata *salla* atau *shalat* yang berarti doa, keberkahan, kemuliaan, kesejahteraan dan ibadah.¹⁴ Ibnu Qoyyum dalam kitab *Jala' al-Afham* mengartikan shalawat secara istilah adalah rahmat yang sempurna, kesempurnaan atas nikmat yang diberikan untuk kekasihnya.¹⁵ Kamaludin mengatakan bahwa shalawat Allah SWT kepada Rasulullah, berupa rahmat dan kemuliaan. Shalawat dari malaikat kepada Nabi berupa permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah SWT untuk Nabi Muhammad. Shalawat orang-orang beriman yakni manusia dan jin adalah permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah SWT untuk Nabi Muhammad SAW.¹⁶

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa sholawat mempunyai makna yang berbeda dilihat dari subjek pembacanya. Shalawatnya Allah SWT terhadap Nabi Muhammad saw merupakan pujian kepada Nabi Muhammad SAW. di hadapan para malaikat dan Allah memberikan curahan rahmat-Nya, shalawatnya para malaikat kepada Nabi berarti permohonan rahmat Allah kepadanya, dan shalawat orang-orang mukmin kepada Nabi adalah sebagai wujud rasa cinta kepada beliau dan sebagai petunjuk cara yang terbaik dalam mensyukuri dan memelihara hubungan kita dengan Nabi Muhammad SAW sekaligus menjadi bentuk kecintaan kita kepada Nabi Muhammad SAW. Esensi dari sholawat sendiri adalah mengenang dan

¹³ Ferawati dan Siti Amiyakun. (2015). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Dan Tingkat Stress Mahasiswa Semester VII Ilm Keperawatan Dalam Menghadapi Skirpsi Di Sekolah Tinggi Ilme Kesehatan Insane Cendekia Husada Bojonegoro. Bojoegoro: Stikes ICSADA. *Jurnal Jumakia*, (Vol. 1 No. 1 Juni) 1-9.

¹⁴ Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural: Fenomena Shalawat Wahidiyah* (Yogyakarta: LkiS, 2008) hal. 118

¹⁵ Nugraha Andri Afriza, “*Ayat-ayat Shalawat dalam Al-Qur'an*” (Skripsi: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2017), 4

¹⁶ Kamaluddin, *Rahasia Dahsyatnya Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta, 2016),7

mencontoh Nabi saw, mengidolakannya, serta meneladani dalam setiap perilaku Nabi saw. Sholawat merupakan jembatan agar kita mencintai Nabi saw. Wujud cinta kita kepada Nabi saw adalah dengan shalawat dan shalawat menyempurnakan jati diri sebagai seorang muslim.¹⁷

Pengertian diatas yang menjelaskan tentang pengertian terapi, musik dan shalawat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terapi musik shalawat adalah Sebuah kegiatan terapeutik yang menggunakan musik shalawat sebagai sarana dan bertujuan untuk memperbaiki kondisi fisik, psikologis, sosial serta kognitif bagi individu dan tidak terbatas usia. Pemakaian bunyi dan musik shalawat dalam melahirkan interaksi antara terapi dan individu, bertujuan untuk menguatkan dan mendukung secara fisik, psikologis dan sosial. Terapi musik shalawat adalah sebuah objek yang sanggup mempengaruhi keadaan seseorang secara fisik ataupun psikis. Musik sendiri dapat memberikan stimulus terhadap pertumbuhan fungsi-fungsi otak seperti fungsi berbicara, ingatan, mendengar, kesabaran, serta fungsi kesadaran.

2. Hukum Shalawat

Dalil-dalil yang mensyariatkan bershalawat terdapat beberapa antara lain sebagaimana pada Surat Al-Ahzab ayat 56:

اِنَّ اللّٰهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّوْنَ عَلٰى النَّبِيِّ يَاۡٓيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا

Artinya : Sesungguhnya Allah dan Malaikat-malaikat-Nya bershalawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya.

¹⁷ Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural: Fenomena Shalawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: LkIS, 2008), 134-137.

Selain itu, berdasarkan hadits Nabi Muhammad SAW:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرًا رَوَاهُ مُسْلِمٌ

Artinya: "Barang siapa yang bershalawat kepadaku sekali, maka Allah akan bershalawat untuknya sepuluh kali." (HR Muslim, Abu Dawud, Tirmidzi, dan Nasa'i).

سَمِعَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَجُلًا يَدْعُو فِي صَلَاتِهِ لَمْ يُمَجِّدِ اللَّهَ تَعَالَى وَلَمْ يُصَلِّ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَجَلْ هَذَا تَمَّ دَعَاؤُكَ فَقَالَ لَهُ أَوْ لغيرِهِ إِذَا صَلَّى أَحَدُكُمْ فَلْيَبْدَأْ بِتَمَجِيدِ رَبِّهِ جَلَّ وَعَزَّ وَالثَّنَاءِ عَلَيْهِ ثُمَّ يَصَلِّي عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ يَدْعُو بَعْدُ بِمَا شَاءَ

Artinya : Apabila salah seorang di antara kamu membaca shalawat, hendaklah dimulai dengan mengagungkan Allah Azza wa Jalla dan memuji-Nya. Setelah itu, bacalah shalawat kepada Nabi. Dan setelah itu, barulah berdoa dengan doa yang dikehendaki." (HR Ahmad, Abu Dawud, dan Tirmidzi).

Dari berbagai dalil tentang shalawat, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perintah serta kebaikan ketika seseorang melakukan shalawat.

3. Adab Membaca Solawat

Kamaluddin memaparkan dalam bukunya mengenai adab-adab membaca shalawat antara lain sebagai berikut:

- a. Niat ikhlas beribadah kepada Allah SWT tanpa pamrih.
- b. Taqdhim dan memunculkan mahabbah kepada Rasulullah SAW.

- c. Hatinya hudhlur (Hadir) kepada Allah SWT dan merasa dirinya berada dihadapan Allah.
- d. Senantiasa tawadlu' (Merendahkan diri), dan merasa membutuhkan atas pertolongan Allah SWT, dan mengharapkan serta membutuhkan syafaat dari Rasulullah SAW.¹⁸

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa adab-adab dalam membaca shalawat yaitu niat ikhlas beribadah kepada Allah, Taqhdim dan memunculkan mahabbah kepada Rasulullah, hatinya hadir kepada Allah dan merasa selalu berada dihadapan Allah, serta senantiasa merendahkan diri, selalu merasa membutuhkan pertolongan Allah dan mengharapkan syafaat Rasulullah.

4. Manfaat Shalawat

Ibnu Qoyyim menyebutkan manfaat shalawat diantaranya adalah:

- a. Melaksanakan perintah Allah SWT.
- b. Mendapatkan sepuluh shalawat dari Allah bagi yang membaca shalawat satu kali.
- c. Ditulis baginya sepuluh kebaikan dan dihapus baginya sepuluh kejahatan.
- d. Diangkat baginya sepuluh derajat.
- e. Kemungkinan doanya terkabul bila ia mendahului dengan shalawat, dan doanya akan naik menuju Tuhan semesta alam.
- f. Penyebab medapatkan syafaat bila diiringi oleh permintaan wasilah untuknya atau tanpa diiringi olehnya.
- g. Penyebab mendapat pengampunan dosa.
- h. Dicukupi oleh Allah apa yang diinginkan
- i. Mendekatkan hamba dengan nabi pada hari kiamat

¹⁸ Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta. 2016), Hal 9

- j. Menyebabkan Allah dan malaikat-Nya bershalawat untuk orang yang bershalawat. Nabi menjawab shalawat dan salam oleh orang yang bershalawat kepadanya.
- k. Mengharumkan majelis dan agar ia tidak kembali kepada keluarganya dalam keadaan menyesal pada hari kiamat.
- l. Menghilangkan kefakiran.
- m. Menghapus predikat “kikir” dari seorang hamba jika ia bersholawat untuk nabi ketika namanya disebut.
- n. Orang yang bersholawat akan mendapatkan pujian yang baik dari Allah diantara penghuni langit dan bumi, karena orang yang bersholawat, memohon kepada Allah agar memuji, menghormati dan memuliakan rasul-Nya, maka balasan untuknya sama dengan yang ia mohonkan, maka hasilnya sama dengan apa yang diperoleh oleh rasul-Nya.
- o. Nama orang bershalawat akan diingat disisi Rasul.
- p. Memberi pertolongan pada hari kiamat.
- q. Akan senantiasa mendapatkan cinta Rasulullah sollallohu ‘alaihi wa sallam bahkan bertambah dan berlipat ganda. Dan itu termasuk ikatan Iman yang tidak sempurna kecualidengannya, karena seorang hamba bila senantiasa menyebut nama kekasihnya, menghadirkan dalam hati segala kebaikankebaikannya yang melahirkan cinta, maka cintanya itu akan semakin berlipat dan rasa rindu kepadanya akan semakin bertambah, bahkan akan menguasai seluruh hatinya. Tetapi bila ia menolak mengingat dan menghadirkannya dalam hati, maka cintanya akan berkurang dari hatinya. Tidak ada yang lebih disenangi oleh seorang pecinta kecuali melihat orang yang dicintainya dan tiada yang lebih dicintai hatinya kecuali dengan menyebut kebaikankebaikannya. Bertambah dan berkurangnya cinta itu tergantung kadar cintanya di dalam hati, dan keadaan lahir menunjukkan hal itu.

r. Akan mendapatkan petunjuk dan hati yang hidup. Semakin banyak ia bersholawat dan menyebut nabi, maka cintanyapun semakin bergemuruh di dalam hatinya sehingga tidak ada lagi di dalam hatinya penolakan terhadap perintah-perintahnya, tidak ada lagi keraguan terhadap apa-apa yang dibawanya, bahkan hal tersebut telah tertulis di dalam hatinya, menerima petunjuk, kemenangan dan berbagai jenis ilmu darinya. Ulama-ulama yang mengetahui dan mengikuti sunnah dan jalan hidup beliau, setiap pengetahuan mereka bertambah tentang apa yang beliau bawa, maka bertambah pula cinta dan pengetahuan mereka tentang hakekat sholawat yang diinginkan untuknya dari Allah.¹⁹

Selain itu, Mawardi menjelaskan beberapa manfaat Shalawat diantaranya:

- a. Bershalawat dan salam adalah perantara bertambahnya iman dan sebagai penyucian jiwa, perantara diampuninya dosa, lenyapnya kesedihan dan kesukaran.
- b. Bershalawat kepada rasulullah saw adalah perantara turunnya pertolongan Allah SWT kepada kita, berdo'anya para malaikat kepada kita, diangkatnya derajat, dihapusnya segala dosa, dan perantara agar beliau mengenali siapa umatnya pada padang mahsyar.⁷
- c. Shalawat merupakan sebab mendapatkan syafa'at dari Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam, jika ketika mengucapkan shalawat diiringi dengan permohonan kepada Allah agar memberikan

¹⁹Keutamaan Shalawat Untuk Nabi, terj. Sholaludin Abdul Rohman (penerbit Darul Qosim,2007) Islam house.

wasilah (kedudukan yang tinggi) kepada beliau Shallallahu 'alaihi wa sallam pada hari kiamat.

- d. Mendapatkan pencerahan. Manusia dalam kehidupannya sehari-hari banyak sekali dihadapkan dengan berbagai persoalan. Baik terkait dengan kehidupan pribadi, keluarga maupun dalam lingkungan kerja. Kehadiran mereka ke majelis shalawat berusaha dan berharap mendapatkan pencerahan.
- e. Tabarrukan atau ngalap berkah. Konsep barokah memang unik dan sulit untuk dilukiskan. Secara definisi barokah adalah ziyadah al- khair (bertambahnya kebaikan). Keberkahan berupa Syafa'at beliau di akhirat kelak.
- f. Mengobati Kerinduan. Rindu dalam konteks ini adalah kerinduan kepada Baginda Muhammad saw. Yang diapresiasi seorang murid kepada mursyid sehingga bisa wusul (sampai dan bersambung) kepada Allah SWT.²⁰

Shalawat memiliki banyak keutamaan. Beberapa keutamaan shalawat diantaranya adalah shalawat dapat mendatangkan syafa'at dari Nabi Muhammad dimanapun berada. Salah satu cara untuk memperoleh syafa'at dari Nabi Muhammad adalah dengan membaca sholawat kepadanya terus menerus. Dengan bershalawat kepada Rasulullah dapat menyelamatkan seseorang dari fitnah di dunia dan di akhirat.²¹

Shalawat dapat menghilangkan kehausan pada hari kiamat. Pada hari kiamat, manusia akan dibangkitkan dari kuburnya dan dikumpulkan pada satu tempat yang sangat luas dan panas, tidak ada air maupun pepohonan di sana, maka manusia akan kehausan, kecuali bagi mereka orang-orang beriman dan para kekasih Allah SWT, dan

²⁰ Mawardi, K. (2009). Shalawatan: Pembelajaran Akhlak Kalangan Tradisionalis, *Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 14 (3)

²¹ Isnaeni Fuad, *Keajaiban Shalawat*, (Jombang: Lintas Media Jombang,.....), 11

juga para ahli shalawat, yakni mereka yang selalu membaca shalawat kepada Rasulullah.²²

Shalawat akan diganti dengan satu malaikat. Malaikat itu akan selalu senantiasa membaca shalawat untuknya hingga hari kiamat nanti. Sehingga semakin banyak seseorang membaca shalawat maka semakin banyak malaikat yang membaca shalawat untuknya.²³ Selain itu, dengan bershalawat kepada Rasulullah juga dapat memberikan manfaat yang besar bagi kehidupan kita. Diantara manfaat membaca shalawat ditulis oleh Rima Olivia dalam bukunya berjudul “shalawat untuk jiwa”. Buku tersebut mengatakan terdapat banyak manfaat ketika kita membaca shalawat, yaitu dapat memberikan manfaat lahir, batin, serta rohani.²⁴

Bagi pelaku shalawat yang rutin melakukan akan dapat merasakan manfaatnya secara nyata. Seperti pada saat stress dapat diatasi dengan bershalawat yang dapat memberikan ketenangan baginya. Shalawat dapat mengubah sudut pandang dan cara berpikir seseorang, perasaan, serta prilakunya. Terutama ketika bershalawat pusatkan perhatian pada hal yang positif, maka akan timbul rasa rileks dalam diri seseorang. Bershalawat juga dapat mengakses segenap informasi yang tersimpan dalam ingatan manusia tentang apa dan bagaimana Rasulullah saw.²⁵

Shalawat termasuk latihan meditasi yang akan memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga akan menimbulkan rasa tenang pada diri seseorang. Dengan aktifitas shalawat, baik berpikir maupun berkata, akan merubah mindset lama, seperti halnya pikiran-pikiran negatif. Dengan keutamaan shalawat, seseorang akan mendapatkan syafa'at dari Rasulullah, menghilangkannya dari kehausan pada akhir

²² Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta. 2016), Hal 37

²³ Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta. 2016), Hal 45

²⁴ Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*, (Jakarta: Transmedia Pustaka, 2018), 7-8

²⁵ Rima Olivia, *Terapi Segitiga Cinta*, (Jakarta: Transmedia Pustaka, 2018), 7-8

zaman serta mendapatkan satu malaikat yang akan selalu mendoakannya seperti halnya ia selalu mendoakan Rasulullah di setiap bacaan sholawat yang ia baca.²⁶

Dengan bersholawat akan mengakses segenap informasi yang tersimpan pada ingatan manusia tentang bagaimana Rasulullah. Sehingga dengan bersholawat dapat menjadi upaya untuk merubah akhlak seseorang menjadi lebih baik dengan meneladani sikap-sikap Rasulullah.

C. Remaja Broken Home

1. Pengertian Remaja Broken Home

Remaja broken home berasal dari pengertian yang berbeda yaitu remaja dan broken home. Remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosi.²⁷ Remaja adalah suatu periode yang panjang sebagai proses transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa.²⁸

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan

²⁶Muhtarom, A. (2016). Peningkatan Spiritualitas melalui Dzikir Berjamaah: Studi Terhadap Jamaah Zikir Kanzus Sholawat Kota Pekalongan Jawa Tengah, *Jurnal Anil Islam*. Hal.9.

²⁷ Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa. Hidup Jilid I*. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.

²⁸ Jamaris, M. (2013). *Orientasi Baru dalam Psikologi Pendidikan*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia

psikologis, dan perubahan sosial.²⁹ Menurut King remaja merupakan perkembangan yang merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai sekitar pada usia 12 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 21 tahun.³⁰

Menurut Monks remaja bisa juga disebut masa perubahan dari anak-anak hingga dewasa, Fase ini bisa dilihat dari cara berfikir remaja yang masih dalam koridor berpikir konkret, kondisi ini terjadi karena pada fase ini merupakan sebuah proses pendewasaan pada remaja.³¹ Umumnya, remaja dikaitkan dengan mulainya pubertas, yaitu yang mengarah pada kematangan seksual, atau fertilitas yang merupakan kemampuan untuk produksi. Kemudian ditambahkan lagi bahwa remaja dimulai dari usia 11 atau 12 tahun sampai 19 atau 20 tahun.

Broken home menurut kamus lengkap psikologi yaitu keluarga retak, rumah tangga berantakan. Keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari ke dua orang tua (ayah atau ibu), disebabkan oleh meninggal, perceraian, meninggalkan keluarga dan lain sebagainya.³² Menurut Willis, Broken Home sering dikaitkan dengan krisis keluarga, yaitu kondisi yang sangat labil dalam keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada. Quensel menambahkan bahwa istilah Broken Home biasanya digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun dan sejahtera akibat sering terjadi konflik yang menyebabkan pada pertengkaran bahkan dapat berujung pada perceraian. Hal ini akan berdampak besar terhadap suasana rumah yang tidak lagi kondusif, orang tua tidak lagi

²⁹ Adiyanti, M. G., & Sofia, A. (2013). Hubungan Pola Asuh Otoritatif Orang Tua Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Moral.

³⁰ King A., Laura. (2012). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.

³¹ öns, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 2008. *Psikologi. Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada

³²Chaplin, (2005)., *Kamus lengkap psikologi*, PT RajaGrafindo Persada.

perhatian terhadap anak-anaknya sehingga berdampak pada perkembangan remaja.³³

Kasus broken home sering dianggap suatu peristiwa tersendiri dan menegangkan dalam kehidupan keluarga. Broken home dalam keluarga senantiasa membawa dampak yang mendalam. Kasus ini menimbulkan stress, tekanan, dan menimbulkan perubahan fisik dan mental. Kasus broken home dalam keluarga biasanya berawal dari suatu konflik antara anggota keluarga. Bila konflik ini sampai titik kritis maka peristiwa perceraian akan berada di ambang pintu dan hal ini yang menyebabkan terjadinya broken home. Peristiwa ini selalu mendatangkan ketidaktenangan berpikir dan ketegangan itu memakan waktu lama. Pada saat kemelut ini, biasanya masing-masing pihak mencari jalan keluar mengatasi berbagai rintangan dan berusaha menyesuaikan diri dengan kehidupan baru. Masing-masing pihak menerima kenyataan baru seperti pindah rumah, tetangga baru, anggaran rumah baru.³⁴

Dari berbagai pengertian diatas dapat di simpulkan remaja korban broken home merupakan seseorang yang menginjak usia remaja dan menjadi korban dari retaknya hubungan keluarga.

2. Pengaruh Broken Home Terhadap Remaja

Pengaruh broken home bagi perkembangan remaja menurut Hurlock, antara lain³⁵:

- a. Mudah emosi
- b. Kurang konsentrasi belajar
- c. Tidak peduli terhadap lingkungan dan sesamanya
- d. Tidak tahu sopan santun
- e. Tidak tahu etika bermasyarakat
- f. Senang mencari perhatian orang

³³ Save, (2002). , *Psikologi Keluarga*, Jakarta, PT. Rieneka Cipta, Hal 103

³⁴ Save, (2002). , *Psikologi Keluarga*, Jakarta, PT. Rieneka Cipta, Hal 107

³⁵ Yusuf, S. (2004). *psikologi perkembangan anak dan remaja*

- g. Ingin menang sendiri
- h. susah diatur
- i. Suka melawan orang tua
- j. Tidak memiliki tujuan
- k. Perilaku nakal
- l. Mengalami depresi
- m. Melakukan hubungan seksual secara aktif
- n. Kecenderungan terhadap obat-obatan terlarang³⁶

Dari uraian di atas dapat kita ketahui bagaimana pengaruh broken home terhadap perkembangan remaja. Hal-hal di atas juga sangat besar sekali pengaruhnya untuk perkembangan psikologis remaja, karena jika pengasuhan orang tua tidak tepat maka remaja broken home akan melakukan hal-hal yang tersebut di atas.

3. Dampak Broken Home Terhadap Anak

Robert S. Feldman dalam bukunya yang berjudul Pengantar Psikologi memuat teori hierarki kebutuhan berbentuk piramida yang dikembangkan oleh Abraham Maslow, dalam teori ini Maslow menyatakan bahwa pada diri setiap individu terdapat lima kebutuhan dasar yang menuntut untuk dipenuhi, kelima kebutuhan tersebut dimulai dari tingkat yang paling bawah hingga tingkatan teratas yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan rasa memiliki, kebutuhan akan penghargaan, serta kebutuhan akan aktualisasi diri, yang mana kebutuhan yang berada ditingkat paling bawah harus terpenuhi terlebih dahulu baru setelah itu seseorang dapat bergerak maju untuk memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi tingkatannya.³⁷

Berdasarkan teori hierarki kebutuhan yang dikembangkan oleh Abraham Maslow maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada diri setiap individu termasuk anak memiliki lima kebutuhan yang paling mendasar dan menuntut untuk dapat dipenuhi, yang mana agar

³⁶ Save, (2002)., *Psikologi Keluarga*, Jakarta, PT. Rieneka Cipta, h. 109

³⁷ Robert S. Feldman, (2012). *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Salemba Humanika), h. 11.

kebutuhan yang berada ditingkat teratas yakni kebutuhan akan aktualisasi diri dapat terpenuhi maka terlebih dahulu individu tersebut harus memenuhi kebutuhan yang berada ditingkat bawah, karenanya teori ini dinamakan teori hierarki atau jenjang atau tingkatan kebutuhan yang dimulai dari tingkatan yang paling bawah hingga teratas.

Menurut Abdul aziz El-Quussy yang dimuat dalam buku karangan Kamrani Buseri yang berjudul Pendidikan Keluarga Dalam Islam setiap anak memiliki kebutuhan pokok diantaranya kebutuhan akan rasa aman, serta kebutuhan akan rasa kasih sayang terutama yang diberikan oleh orang tua karenanya anak sangat tergantung dengan orang tua.³⁸

Terdapat persamaan antara teori yang dikembangkan oleh Maslow dengan pendapat Abdul aziz El-Quussy mengenai kebutuhan yang terdapat pada diri anak yakni kebutuhan akan rasa aman, serta kebutuhan akan rasa kasih sayang terutama yang diperoleh anak dari orang tuanya yang mana tentu dengan terpenuhinya berbagai kebutuhan tersebut maka anak akan merasa bahagia.³⁹ tenang, tentram. Sebaliknya apabila kebutuhan tersebut tidak bisa terpenuhi maka akan berdampak negatif pada diri anak.

Berdasarkan teori hierarki kebutuhan yang dikembangkan oleh Abrahammaslow maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada diri setiap individu termasuk anak memiliki lima kebutuhan yang paling mendasar dan menuntut untuk dapat dipenuhi, yang mana agar kebutuhan yang berada ditingkat teratas yakni kebutuhan akan aktualisasi diri dapat terpenuhi maka terlebih dahulu individu tersebut harus memenuhi kebutuhan yang berada ditingkat bawah, karenanya teori ini dinamakan teori hierarki atau jenjang atau tingkatan

³⁸ Kamrani Buseri,(1990) *Pendidikan Keluarga Dalam Islam*, (Yogyakarta: Bina Usaha), h. 77-78.

³⁹ Sri Lestari, (2014). Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga, (Jakarta: KENCANA), h. 1

kebutuhan yang dimulai dari tingkatan yang paling bawah hingga teratas.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian skripsi ini, penulis menggunakan sebuah metode yang dimana pada proses analisis penelitian ini nantinya akan membuat eksperimen yang bahkan penulis tidak dapat memberikan sebuah kontrol penuh pada variabel dan keadaan eksperimen sesuai kondisi individu. Metode penelitian ini dikenal dengan nama *Quasi Experiment*.¹ Dalam pengaplikasiannya adalah dengan melakukan *Pre-test Post-test Control Group Design*.² Akan tetapi terdapat sebuah intervensi, yang mana bertujuan untuk mengetahui dampak dari individu yang sedang diamati.³

Dalam metode penelitian *quasi experiment*, terdapat dua kelompok, yakni pertama kelompok eksperimen yang dalam penelitian ini diberi perlakuan atau *treatment* menggunakan terapi sholat. Kemudian yang kedua sebaliknya, yakni kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan atau *treatment* yakni disebut kelompok kontrol.

Tabel 1

Pengaplikasian Penelitian *Post-test Only Group Design*

Kelompok	<i>Pre-test</i>	Perlakuan	<i>Post-test</i>
E	T1	X	O1
K	T2	-	O2

¹Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 77

² John Creswell, *Riset Pendidikan: Perencanaan, Pelaksanaan, dan Evaluasi Riset Kualitatif & Kuantitatif*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hlm 45

³ Latipun. (2010). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.

Keterangan :

E : Kelompok kelas eksperimen

K : Kelompok kelas kontrol

X : Penerapan terapi shalawat terhadap kelas eksperimen

T1 : *Pre-test* diberikan setelah kegiatan terapi sholawat untuk kelompok eksperimen

T2 : *Pre-test* diberikan setelah kegiatan terapi sholawat untuk kelompok kontrol

O1 : *Post-test* diberikan setelah kegiatan terapi sholawat untuk kelompok eksperimen

O2 : *Post-test* diberikan untuk kelompok kontrol

Penelitian ini eksperimen dilakukan untuk meneliti kemungkinan adanya hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel dengan cara menghadapkan sekelompok individu pada beberapa macam kondisi perlakuan dan melihat perbedaan atau hasilnya. Penelitian ini melakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh kecemasan pada remaja korban broken home.

Pengukuran awal (pre test) yang diberikan sebelum perlakuan bertujuan untuk mengetahui kondisi kecemasan awal subjek (baseline) dengan cara diukur dengan menggunakan skala stres. Pengukuran pasca test (post test) dilakukan satu hari setelah pertemuan terakhir dengan menggunakan skala yang sama sebagai evaluasi dari hasil intervensi yang telah dilakukan.

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

3. Subyek Penelitian

Suharsini Arikunto dalam bukunya mengatakan bahwa sebuah subjek penelitian memiliki kedudukan yang sangat penting dalam sebuah penelitian, subjek penelitian juga merupakan sebuah sentral

dalam data variabel yang sedang diteliti.⁴ Dalam penelitian ini, subjek yang menjadi sasaran adalah remaja berjumlah 10 orang yang berasal dari desa Plumbon, Kecamatan Limpung, Kabupaten Batang. Kriteria dari subjek yang nantinya akan dijadikan subjek dalam penelitian ini adalah mereka yang beragama Islam, berumur 12-20 tahun, dan memiliki permasalahan *broken home*. *Broken Home* disini tidak hanya kasus perceraian saja, namun kasus ketidak harmonisan pada keluarga seperti: pertengkaran kedua orang tua dan kesibukan masing-masing antara ibu dan ayah yang sehingga anaknya kurang kasih sayang kedua orang tuanya.

4. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dalam hal ini adalah semua remaja korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.⁵ Dalam pemilihan sampel sendiri penulis menggunakan metode sampling total. Sugiyono dalam bukunya memberikan penjelasan bahwa sampling total sendiri merupakan sebuah metode penentuan sampel jika semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Dari 10 orang yang akan menjadi objek penelitian, kemudian akan dibagi menjadi dua kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.⁶

5. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁷

⁴ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010) hal 90

⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), cet. 15, hlm 173

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2016) hlm 124

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 39

Pada penelitian ini terdapat dua variabel:

a. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas (*independent variable*), yaitu variabel yang menentukan atau yang mempengaruhi adanya variabel yang lain⁸
Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu terapi *Sholawat*.

b. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat adalah variabel yang diduga sebagai akibat atau dipengaruhi oleh variabel yang mendahuluinya, yakni variabel bebas.⁹ Dalam penelitian ini variabel terikat adalah kecemasan.

6. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan peneliti dalam mengukur suatu variabel. Spesifikasi tersebut menunjuk pada dimensi-dimensi dan indikator-indikator dari variabel penelitian yang diperoleh melalui studi pustaka sebagai parameter untuk mengukur variabel. Dalam definisi operasional atau operasional variabel setidaknya terdapat definisi konseptual dan dimensi-dimensi atau indikator-indikator variabel penelitian. Dengan demikian definisi operasional adalah kegiatan pengukuran variabel penelitian dilihat berdasarkan ciri-ciri spesifik yang tercermin dalam dimensi-dimensi atau indikator-indikator variabel penelitian.¹⁰

a. Terapi Sholawat

Terapi Musik Sholawat ini adalah kegiatan mendengarkan musik sholawat. Prosedur terapi ini akan dilaksanakan diruangan yang nyaman menurut klien. Sebelum melaksanakan terapi shalawat, klien dipastikan hafal shalawat tersebut. Setelah memastikan hafal shalawat, klien akan diterapi dengan

⁸ Jusuf Soewadji, Pengantar Metodologi Penelitian, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), h. 115.

⁹ Jusuf Soewadji, Pengantar Metodologi Penelitian, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2012), hlm. 115.

¹⁰ Dr. Widodo, metodologi penelitian populer dan praktis. (JAKARTA:PT. Raja Grafindo Persada) hlm.81

mendengarkan musik sholawat tersebut dengan menggunakan *earphones* selama lima menit (sesuai durasi musik yang dimainkan) dalam posisi baring dan memejamkan mata. Terapi shalawat yang digunakan dalam penelitian ini adalah terapi musik shalawat *tibbil qulub*. Shalawa ini akan di dengarkan dan lafalkan oleh anggota kelompok eksperimen.

b. Kecemasan

kecemasan merupakan suatu keadaan khawatir, gugup, atau takut ketika berhadapan dengan pengalaman yang sulit dalam kehidupan seseorang dan menganggap bahwa sesuatu yang buruk terjadi.

Aspek-aspek kecemasan meliputi respon perilaku, kognitif, dan afektif. Respon perilaku, berupa gelisah, tremor, berbicara cepat, kurang koordinasi, menghindar, lari dari masalah, waspada, ketegangan fisik. Respon kognitif, berupa konsentrasi terganggu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, takut kehilangan kendali, mengalami mumpi buruk. Respon afektif, berupa tidak sabar, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, ketakutan, waspada, kekhawatiran, mati rasa, merasa bersalah, dan malu.

7. Metode Pengumpulan Data

a. Persetujuan subjek penelitian

Subjek diberikan lembar persetujuan menjadi peserta penelitian yang berisi kesediaan ikut serta dalam penelitian secara sukarela, hak dan kewajiban peserta penelitian, serta manfaat yang dapat diperoleh subjek.

b. Skala Kecemasan

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Skala ini digunakan untuk

memperoleh data tentang tingkat stres subjek yang akan dianalisis secara kuantitatif.

Skala kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala adaptasi dari skala kecemasan yang dikembangkan oleh Nurhatia Ramdani pada tahun 2016 yang digunakan untuk meneliti tentang pengaruh *grafotherapy* terhadap penurunan kecemasan remaja broken home di Banyuwangi.

Peneliti menggunakan skala kecemasan ini berlandaskan bahwa skala ini dinyatakan valid dan reliabel. Uji validitas skala ini menggunakan uji *expert* (ahli) yang telah di uji oleh 5 ahli yaitu Dr. Yulia Sholichatun, Msi, Psikolog. (Dosen Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang), M. Anwar Fuady, MA. (Dosen Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang), Zamroni S.Psi, (Dosen Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang), Rika Fuaturrosidah, MA. (Dosen Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang), dan Fina Hidayati, MA. (Dosen Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang).

Proses perhitungan reliabilitas ini dilakukan dengan menggunakan analisis statistik dengan bantuan SPSS. Dari 40 yang telah mewakili seluruh aspek, setelah dilakukan uji CVR gugur 6 item. Sehingga hanya 34 yang layak untuk digunakan untuk penelitian dengan reliabilitas $> 0,6$. 34 item tersebut yang akan di gunakan dalam penelitian ini. Adapun blue-print skala kecemasan *broken home* adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Blueprint Kecemasan Remaja *Broken Home*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Perilaku	Detak jantung meningkat	1		10
	Tidur tidak nyenyak	3, 11	15, 21	
	Nafsu makan dan pencernaan tidak teratur	5	16	
	Kepala pusing	7		
	Sesak napas	9	10	
Koognitif	Kurang mampu memusatkan perhatian	2, 26, 30, 34	20	5
Afektif	Takut	4, 12	17, 28, 29	19
	Merasa tidak berdaya	6, 14, 23, 32	18, 24	
	Ingin lari dari kenyataan	8, 25, 27, 31, 33,	22	
	Khawatir akan terjadi bahaya	10	13	

8. Teknik Analisis Data

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan model regresi, berguna untuk melihat apakah data yang telah dikumpulkan mempunyai distribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah

model regresi yang berdistribusi normal.¹¹ Data dikatakan normal jika hasil uji menunjukkan pada nilai signifikansi $> 0,05$. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test*.

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap grup (kategori) variabel independen memiliki varian sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan *homogeneity of variace* yang diperoleh dari nilai *Levene statistic* dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 25. Uji ini memiliki ketentuan bahwa variansi dari setiap kategori dikatakan sama jika nilai probabilitas signifikansi $> 0,05$.¹²

c. Uji Hipotesis

Uji ini dilakukan dari dua sampel yang berpasangan (*paired*). Sampel berpasangan diartikan sebagai sebuah sampel dengan subjek yang sama namun mendapatkan perlakuan yang berbeda seperti subjek A mendapat perlakuan (eksperimen), kemudian subjek B mendapat perlakuan (konvensional). Uji hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui apakah shalawat *tibbil qulub* terbukti untuk menurunkan kecemasan *remaja broken home*. Pengujian yang dilakukan sebelum analisis *Paired-Samples T Test*, yaitu uji asumsi varian (uji *levене's*), yaitu untuk mengetahui apakah varian sama atau berbeda. Setelah uji asumsi varian kemudian dilakukan uji *Paired-Samples T Test*. Uji *Paired-Samples T Test* digunakan untuk mengambil keputusan

¹¹ Latan & Temalagi, *Analisis Multivariate Teknik dan Aplikasi Menggunakan Program IBM SPSS 20.0*. (Bandung. ALVABETA, 2013), hlm 40

¹²Imam Ghozal. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. (Semarang: Badan Peneliti Universitas Diponegoro, 2001), hlm 27

apakah hipotesis diterima atau ditolak. Adapun syarat hipotesis diterima atau ditolak adalah sebagai berikut;

Jika signifikan $> 0,05$, maka diterima

Jika signifikan $< 0,05$, maka ditolak

9. Proses Penelitian

- a. Peneliti membagi remaja broken home menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen berjumlah 5 orang dan kelompok kontrol berjumlah 5 orang.
- b. Sebelum melakukan pengukuran *pre-test*, peneliti memastikan anggota kelompok kontrol hafal shalawat *tibbil qulub*.
- c. Pengukuran *pree-test* di laksanakan sebelum kelompok mendapatkan sebuah treatment.
- d. Setelah pengukuran *pre-test* selesai, peneliti mengumpulkan kembali kelompok eksperimen untuk mengarahkan mendengarkan dan melafalkan musik shalawat *tibbil qulub* sebanyak 11 kali setiap pagi dan sore selama 14 hari tanpa terputus.
- e. Ditengah-tengah anggota kelompok eksperimen menjalankan treatment, peneliti melakukan pemantuan secara intensif untuk memastikan anggota kelompok melaksanakan treatment dengan baik dan berkelanjutan
- f. Setelah 14 hari, peneliti mengukur kembali atau yang sering disebut dengan *post-test* yaitu pengukuran kembali setelah anggota kelompok melakukan treatment yang diberikan oleh peneliti
- g. Setelah *post-test*, peneliti akan menganalisis hasil *pree-test* dan *post-test* sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian ini.
- h. Peneliti dalam menganalisis hasil *pree-test* dan *post-test* menggunakan softwer SPSS 25.

10. Proses Pelaksanaan Terapi

- a. Sebelum anggota kelompok eksperimen mendengarkan dan melafalkan musik shalawat *tibbil qulub*, terlebih dahulu berwudhu atau dalam keadaan suci
- b. Sebelum melaksanakan terapi anggota kelompok membaca surat Al-Fatihah yang ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW
- c. Terapi shalawat *tibbil qulub* di baca secara berulang-ulang sampai 11 kali bacaan setiap setelah shalat asar dan shalat subuh.
- d. Terapi dilaksanakan selama 14 hari dan dilakukan secara continue
- e. Untuk memastikan anggota kelompok sudah membaca shalawat *tibbil qulub* setiap pagi dan sore, peneliti selalu mengingatkan melalui media sosial.

B. Hipotesis

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah Sholawat Nabi efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Deskripsi Data Skor Hasil Pree-Test

Tabel 3
Skor Nilai Hasil *Pre-Test*

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
121	123
145	129
125	131
122	128
133	129

Tabel 3 merupakan skor total instrumen kecemasan *pree-test* atau sebelum diberikan intervensi atau kondisi awal subjek penelitian (kelompok eksperimen dan kontrol) sebelum mendapat sebuah perlakuan atau intervensi. Adapun deskripsi data skor nilai pre-test pada kelompok eksperimen dan kontrol adalah sebagai berikut:

Tabel 4
Deskriptif Skor Nilai Hasil *Pre-Test*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test_Eks	5	121	145	129,20	10,010
Pre-Test_Kon	5	123	131	128,00	3,000
Valid N (listwise)	5				

Deskripsi data pada tabel 4 menunjukkan bahwa jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 5 remaja *broken home* dari kelompok eksperimen dan 5 remaja *broken home* dari kelompok kontrol. Hasil skor *pre-test* instrumen kecemasan pada kelompok eksperimen mempunyai nilai minimum sebesar 121, nilai maksimum sebesar 145, nilai *mean* sebesar 129,20 dan standar deviasi (SD) sebesar 10,010. Hasil skor *pre-test* instrumen kecemasan pada kelompok kontrol mempunyai nilai minimum sebesar 123, nilai maksimum sebesar 131, nilai *mean* sebesar 128,00 dan standar deviasi (SD) sebesar 3,000.

2. Deskripsi Data Skor Hasil *Post-Test*

Tabel 5
Skor Nilai *Hasil Post-Test*

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
94	111
93	117
81	112
78	118
90	108

Tabel 5 merupakan skor total instrumen kecemasan post-test atau sesudah diberikan intervensi atau kondisi sesudah subjek penelitian (kelompok eksperimen dan kontrol) mendapat perlakuan atau intervensi dengan terapi shalawat. Adapun deskripsi data skor nilai post-test pada kelompok eksperimen dan kontrol adalah sebagai berikut:

Tabel 6
Deskriptif Skor Nilai Hasil *Post-Test*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Post-Test_Eks	5	78	94	87,20	7,259
Post-Test_Kon	5	108	118	113,20	4,207
Valid N (listwise)	5				

Deskripsi data pada tabel 6 menunjukkan bahwa jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 5 remaja *broken home* dari kelompok eksperimen dan 5 remaja *broken home* dari kelompok kontrol. Hasil skor *post-test* instrumen kecemasan pada kelompok eksperimen mempunyai nilai minimum sebesar 75, nilai maksimum sebesar 94, nilai *mean* sebesar 87,20 dan standar deviasi (SD) sebesar 7,259. Hasil skor *post-test* instrumen kecemasan pada kelompok kontrol mempunyai nilai minimum sebesar 108, nilai maksimum sebesar 118, nilai *mean* sebesar 113,20 dan standar deviasi (SD) sebesar 4,207.

3. Rekapitulasi Hasil Skor instrumen kecemasan pada *Pre-Test* dan *Post-Test*

Rekapitulasi nilai skor *pre-test* dan *post-test* instrumen kecemasan untuk melihat penurunan *kelompok* eksperimen dan kelompok kontrol disetiap tahap (*pre-Test* dan *Post-Test*). Adapun perbandingan *nilai pre-test* dan *post-test* adalah sebagai berikut:

Tabel 7
Skor Penyebaran Hasil *Pree-Test* dan *Post-Test*

<i>Pree-test</i>		<i>Post-test</i>	
Eksperimen	Kontrol	Eksperimen	Kontrol
121	123	94	111
145	129	93	117
125	131	81	112
122	128	78	118
133	129	90	108

Tabel 7 diatas merupakan hasil skor total *pre-test* dan *post-test* instrumen kecemasan pada remaja *broken home*. Hal ini dilakukan oleh peneliti sebagai upaya untuk melihat keefektifan intervensi yang diberikan dan untuk melihat penurunan kecemasan yang dialami oleh remaja *broken home*.

Tabel 8
Tabulasi Penyebaran *Pree-Test* dan *Post-Test* Instrumen Kecemasan

	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	<i>Mean</i>	Standar Deviasi (SD)	<i>Mean</i>	Standar Deviasi (SD)
<i>Pre-test</i>	129,20	10,010	128,00	3,000
<i>Post-test</i>	87,20	7,259	113,20	4,207

Berdasarkan tabel 8 diatas, dapat diketahui bahwa nilai mean kecemasan pada hasil *pree-test* yang dimiliki oleh kelompok eksperimen adalah 129, 20 dan standar deviasinya adalah 10,010. Setelah diberikan intervensi berupa terapi

shalawat, kecemasan pada kelompok eksperimen mengalami penurunan dari mean yang semula 129,20 menjadi 87,20 dan dari standar deviasi dari 10,010 menjadi 7,259 (*pre-test* ke *post-test*).

Nilai mean kecemasan pada kelompok kontrol pada hasil *pre-test* sejumlah 128 dengan standar deviasi 3,000. Kecemasan pada kelompok kontrol juga mengalami penurunan. Hal ini dapat terlihat yang semula nilai mean 128 menjadi 113,20 dan dari nilai standar deviasi 3,000 menjadi 4,207 (*pre-test* ke *post-test*).

B. Uji Asumsi

Uji asumsi menjadi salah satu uji pra sarat sebelum peneliti melakukan uji hipotesis. Uji asumsi ini merupakan upaya yang dilakukan peneliti untuk menghindari bias dalam menganalisis data yang diperoleh. Dalam penelitian ini uji asumsi akan dilakukan dengan uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah upaya peneliti untuk mengetahui apakah skor yang diperoleh dari instrumen (variabel penelitian) yang dibagikan mempunyai distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data atau skor yang diperoleh dapat dikatakan berdistribusi normal apabila mempunyai nilai signifikansi diatas 0,05.

a. *Pre-Test*

Uji normalitas pada hasil *pre-test* kecemasan remaja *broken home* pada kelompok eksperimen dan kontrol. Adapun hasil uji normalitas tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 9
 Hasil Uji Normalitas *Pre-Test*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Pree_Eks	Pree_Kon
N		5	5
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	129,20	128,00
	Std. Deviation	10,010	3,000
Most Extreme Differences	Absolute	,263	,300
	Positive	,263	,169
	Negative	-,206	-,300
Test Statistic		,263	,300
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,161 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

Tabel 9 di atas merupakan hasil uji normalitas hasil pre-test kecemasan remaja *broken home*. Hasil uji dengan *kolmogorov-smirnov* menunjukkan bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen sebesar 0,2 dan bahwa nilai signifikansi kelompok kontrol sebesar 0,161. Berdasarkan nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen lebih besar dari 0,05 ($0,2 > 0,05$) dan nilai signifikansi kelompok kontrol lebih besar dari 0,05 ($0,161 > 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

b. *Post Test*

Uji normalitas pada hasil *post-test* kecemasan remaja *broken home* pada kelompok eksperimen dan kontrol. Adapun hasil uji normalitas tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 10
 Hasil Uji Normalitas *Post-Test*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Post_Eks	Post_Kon
N		5	5
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	87,20	113,20
	Std. Deviation	7,259	4,207
Most Extreme Differences	Absolute	,250	,217
	Positive	,203	,212
	Negative	-,250	-,217
Test Statistic		,250	,217
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

Tabel 10 di atas merupakan hasil uji normalitas hasil *post-test* kecemasan remaja *broken home*. Hasil uji dengan *kolmogorov-smirnov* menunjukkan bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen sebesar 0,2 dan bahwa nilai signifikansi kelompok kontrol sebesar 0,2. Berdasarkan nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen lebih besar dari 0,05 ($0,2 > 0,05$) dan nilai signifikansi kelompok kontrol lebih besar dari 0,05 ($0,2 > 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas adalah uji yang digunakan untuk melihat apakah varian atau anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mempunyai kesamaan atau tidak. Uji homogenitas berfungsi untuk memastikan bahwa semua anggota yang masuk ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berasal dari subjek penelitian

yang sama atau tidak jauh berbeda. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan uji *mauchly's test of sphericity*. Adapaun hasil uji homogenitas adalah sebagai berikut:

Tabel 11
 Hasil Uji *Mauchly's Test of Sphericity*

Mauchly's Test of Sphericity ^a							
Measure: Kecemasan							
Within Subjects Effect	Mauchly's W	Approx. Chi-Square	df	Sig.	Epsilon ^b		
					Greenhouse-Geisser	Huynh-Feldt	Lower-bound
Prees	1,000	,000	0	,001	1,000	1,000	1,000
Post_Kon	1,000	,000	0	0	1,000	1,000	1,000

Tabel 11 menunjukkan hasil uji test tersebut menunjukkan nilai signifikansi pada kelompok eksperimen sebesar 0,001 dan pada kelompok kontrol sebesar 0. Hasil signifikansi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol < 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada dalam keadaan yang homogen.

C. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi dan uji homogenitas dilakukan dan dinyatakan normal dan homogen. Maka uji selanjutnya adalah uji hipotesis. Uji hipotesis ini bertujuan untuk membuktikan apakah terapi musik shalawat Nabi efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Adapun hasil uji hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 12
 Hasil Uji *Within Subjects Effects*
 Terapi Shalawat Menurunkan Kecemasan Remaja *Broken Home*

Tests of Within-Subjects Effects						
Measure: Kecemasan						
Source		Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Pree_Post_Eksperimen	Sphericity Assumed	4410,000	1	4410,000	105,629	,001
	Greenhouse-Geisser	4410,000	1,000	4410,000	105,629	,001
	Huynh-Feldt	4410,000	1,000	4410,000	105,629	,001
	Lower-bound	4410,000	1,000	4410,000	105,629	,001
Pree_Post_Kontrol	Sphericity Assumed	547,600	1	547,600	46,211	,002
	Greenhouse-Geisser	547,600	1,000	547,600	46,211	,002
	Huynh-Feldt	547,600	1,000	547,600	46,211	,002
	Lower-bound	547,600	1,000	547,600	46,211	,002

Uji *Test of Between-Subject Effect* bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik shalawat untuk menurunkan kecemasan remaja. Tabel 12 di atas adalah hasil uji *within subjects effects*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikan Greenhouse-Geisser pada kelompok eksperimen lebih kecil dari pada 0,05 ($0,001 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi perbedaan tingkat kecemasan dari ke waktu ke waktu yaitu dari penilaian pree-test ke post-test.

Adapun besar kenaikan skor disetiap pengukurannya dapat dilihat pada tabel berikut:

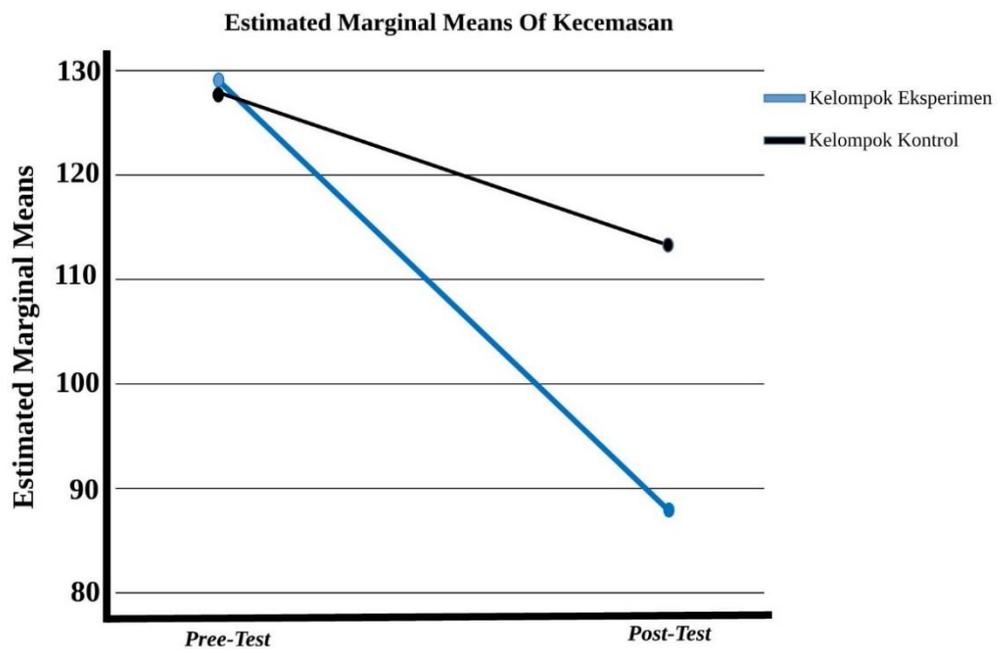
Tabel 13
 Uji *Pairwise Comparisons*
 Terapi Shalawat Menurunkan Kecemasan Remaja *Broken Home*

Kelompok	Test	MD	SE	Sig
Eksperimen	T1 – T2	42,000	4,087	,001
Kontrol	T1 – T2	14,800	2,177	,002
Keterangan : MD (<i>Mean difference</i>), SE (<i>std. Error difference</i>), Sig (<i>Signifikansi</i>), T1(<i>Pre-test</i>), T2 (<i>Post-test</i>)				

Tabel 13 diatas merupakan hasil *Pairwise Comparisons* pada kelompok eksperimen dan kelompok Kontrol. Tabel tersebut memberikan informasi penurunan kecemasan pada setiap testnya (*pree-post test*). Kolom MD pada tabel diatas menunjukkan nilai positif. Nilai positif menandakan terjadinya penurunan disetiap pengukurnya, sedangkan nilai negatif menandakan terjadinya peningkatan disetiap pengukurnya. Kelompok eksperimen pada pengukuran *pre-test* terhadap *post-test* (T1-T2) menunjukkan nilai MD 42,000 dan Sig kurang dari (<) 0,05 (0,001 < 0,05). Sedangkan kelompok kontrol pada pengukuran *pre-test* terhadap *post-test* (T1-T2) menunjukkan nilai MD 14,000 dan Sig < 0,05 (0,002 < 0,05). Dengan demikian baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama dapat menurunkan tingkat kecemasan remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

Meskipun kedua kelompok ini mampu menurunkan tingkat kecemasan remaja korban *Broken Home*, namun kelompok eksperimen dengan terapi shalawat mempunyai nilai MD atau penurunan yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terapi sholawat Nabi

terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Efektifitas terapi sholawat Nabi untuk menurunkan tingkat kecemasan dapat di lihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1
Interaksi Pengukuran *Pre-Test* Kepada *Post-Test* Kelompok

Efektifitas intervensi yang diberikan pada kelompok eksperimen juga dapat dilihat pada gambar *scatter plot* diatas. Pada gambar tersebut dapat diketahui bahwa garis pada kelompok eksperimen mempunyai hasil penurunan yang lebih banyak dibanding hasil pengukuran kelompok kontrol. Berdasarkan uji *repeated measur anova*, uji *pairwise comparisons* dan diperkuat hasil *scatter plot*, maka dapat disimpulkan bahwa sholawat Nabi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *broken home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Adapun untuk

melihat berapa persen penurunannya disetiap kelompok adalah sebagai berikut:

Tabel 14
 Besar Penurunan *Pree-Test* Kepada *Post-Test* Kelompok

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
Kelompok Eksperimen	,478 ^a	,228	-,029	7,365
Kelompok Kontrol	,119 ^a	,014	-,315	4,824

a. Predictors: (Constant), Pree_Test

Tabel 14 diatas adalah tabel menunjukkan besarnya penurunan tingkat kecemasan remaja setelah mengikuti kegiatan terapi musik shalawat. Tabel diatas menjelaskan besarnya korelasi/ hubungan (R) pada kelompok eksperimen sebesar 0,478 dan pada kelompok kontrol sebesar 0,119. Besarnya presentase penurunan kecemasan yang disebut dengan koefisien determinasi yang merupakan hasil dari penguadratan nilai R. Koefisien determinasi dapat dilihat pada kolom R-Square. Pada kolom R-Square menunjukkan pada kelompok eksperimen sebesar 0,228 yang menunjukkan bahwa besarnya penurunan kecemasan setelah mengikuti terapi musik shalawat *tibbil qulub* adalah 22,8% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. pada kelompok kontrol sebesar 0,119 yang menunjukkan bahwa besarnya penurunan kecemasan pada kelompok kontrol adalah 11,9%.

D. Pembahasan

Kasus perceraian yang dialami oleh keluarga mempunyai dampak yang cukup besar bagi kehidupan anggota keluarganya. Salah satu dampak yang di alami anggota keluarga adalah anak. Anak banyak menjadi korban perceraian ayah dan ibunya. Anak yang menjadi korban perceraian orang tua sering di sebut dengan anak *broken home*. *Broken Home* merupakan istilah digunakan untk

menggambarkan keluarga yang berantakan akibat orang tua tak lagi peduli dengan situasi dan keadaan keluarga serta anaknya dirumah. Kasus perceraian yang dialami ayah dan ibunya, menjadikan kebingungan bagi anak untuk memilih hidup bersama ayahnya atau ibunya. Dampak yang paling besar bagi anak adalah tidak mendapat perhatian, kepedulian, dan kasih sayang dari orang tuanya. Dampak ini semakin dirasakan oleh anak, apabila ayah dan ibunya sudah memiliki keluarga baru lagi.

Ketidaksiapan anak menghadapi kasus perceraian, menjadikan anak mulai muncul gejala-gejala yang timbul dalam dirinya seperti kecemasan. Agatha dalam penelitiannya menjelaskan bahwa siswa yang mempunyai orang tua tunggal (broken home) 87% timbul kecemasan adaptif pada diri individu.¹ Remaja yang keluarganya mengalami keretakan sehingga berakibat perceraian pada orang tuanya akan menimbulkan kecemasan dalam dirinya.² Sejalan dengan itu, Wati menjelaskan bahwa remaja yang menjadi korban *Broken Home* cenderung mendatangkan kecemasan pada dirinya sendiri.³ Remaja yang menghadapi perceraian orangtuanya biasanya akan mengalami gejala gangguan kesehatan mental seperti cemas.⁴ Keadaan keluarga yang kurang menguntungkan dapat menyebabkan terganggunya perkembangan remaja yang dapat menimbulkan kenakalan remaja dan gangguan psikologis seperti kecemasan.⁵

¹ Agatha, I.C. (2016). Tingkat Kecemasan Siswayang Mempunyai Orangtua Tunggal Dalam Menghadapi Ujian (The Anxiety Level Of Students Who Have Single Parents In Dealing With Exam), *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 3 (2). 148-153

² Hidayah, E.N. (2019). Pengaruh Relaksasi Zikir Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Remaja Korban Broken Home, (Studi Kasus di Desa Tunahan Kec. Keling Kab. Jepara). *Skripsi*, Fakultas Ushuludin & Humaniora, UIN Walisongo Semarang.

³ Wati, T.W.L. 2010. *Dampak Psikologis Perceraian Orang Tua Pada Remaja Awal*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata

⁴ Nasiri, M. (2016). *Beda dampak perceraian bagi anak perempuan dan laki- laki*. CNN Indonesia.

⁵ Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143-148

Kecemasan yang dialami oleh remaja yang menjadi korban perceraian orang tua (broken home) mempunyai dampak yang kurang baik bagi dirinya sendiri. Dampak yang dirasakan seperti adalah penurunan akademik, kecenderungan untuk terpengaruh hal buruk, kualitas kehidupan yang rendah, mengalami pelecehan, obesitas dan gangguan makan, tekanan psikologis, apatis dalam berhubungan, dan melakukan seks bebas.⁶ Maka dari itu, di butuhkan teratmen atau langkah untuk menurunkan kecemasan yang dihadapi oleh remaja korban broken home.

Salah satu cara yang dapat menurunkan kecemasan yang dialami oleh individu adalah menggunakan terapi musik. Salah satu terapi musik yang sesuai dengan anjuran agama islam adalah terapi shalawat. Terapi shawalat terbukti efektif untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh remaja broken home. Hal ini sebagaimana tabel 13 diatas menjelaskan bahwa kelompok eksperimen pada pengukuran *pre-test* terhadap *post-test* (T1-T2) menunjukkan nilai MD 42,000 dan Sig < 0,05 (0,001 < 0,05). Sedangkan kelompok kontrol pada pengukuran *pre-test* terhadap *post-test* (T1-T2) menunjukkan nilai MD 14,000 dan Sig < 0,05 (0,002 < 0,05). Dengan demikian baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama dapat menurunkan tingkat kecemasan remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

Meskipun kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama dapat menurunkan kecemasan remaja korban broken home, namun kelompok eskperimen dengan terapi shalawat mempunyai nilai MD lebih besar dari kelompok kontrol atau mempunyai penurunan kecemasan yang lebih besar dari pada kelompok kontrol. Dengan

⁶ Wulandari, D & Fauziah, N. (2019). Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis), *Jurnal Empati*. 8 (1)

demikian dapat disimpulkan bahwa terapi sholawat Nabi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *Broken Home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Atik yang melihat pengaruh sholawat terhadap tingkat kecemasan pada pengguna narkoba yang mendapatkan hasil signifikan, penelitian tersebut dilakukan dengan cara memberikan intervensi membaca sholawat dengan metode meditasi untuk melatih meningkatkan perhatian dan taraf kesadaran yang dapat membawa proses-proses mental dapat terkontrol secara sadar. Penelitian tersebut juga menunjukkan hasil dari wawancara pada sebagian responden yang mengikuti terapi membaca sholawat menyatakan bahwa ada perubahan perasaan menjadi tenang.⁷

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Andriyani menjelaskan bahwa terapi musik shalawat secara efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada individu.⁸ Terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pada individu yang menggunakan terapi musik shalawat dan menggunakan teknik lain. Hasilnya terapi menggunakan musik shalawat terbukti dapat menurunkan kecemasan yang dialami oleh individu.⁹ Selain itu, Nofiah menjelaskan bahwa individu yang secara rutin membaca shalawat akan mempunyai tingkat kecemasan rendah. Individu yang

⁷ Atik M.K. (2017). *Pengaruh Membaca Sholawat Wahidiyah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pengguna Narkoba*, Skripsi (Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)

⁸ Andriyani, I., Sudirman R.M., & Lastari, V.F. (2020). Pengaruh aromaterapi lavender dan musik sholawat terhadap tingkat kecemasan pada ibu primigravida kala 1 fase laten di rsud 45 kuningan tahun 2019. *National Nursing Confrence: The Sustainable Innovation In Nursing Education And Practice*

⁹ Saputri, R.A.F.L., (2020). *Perbandingan terapi musik klasik dan video komedi dalam menurunkan kecemasan dental pra-tindakan ekstraksi gigi*, Skripsi: Program Studi Kedokteran Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Palembang.

mempunyai kecemasan rendah akan mudah berkembang dan tidak mudah emosi.¹⁰

Sholawat mempunyai manfaat untuk menghilangkan kesulitan dan rasa kecemasan yang di derita seseorang. Di kalangan umat islam, keyakinan kepada Allah SWT dapat membantu apabila seseorang mengalami masalah atau sakit, mereka percaya bahwa permohonan mereka akan di terima sehingga dapat membantu mereka untuk memperkuat jiwa, tubuh dan pikiran, sehingga sistem saraf otonom berkurang dan menurunkan respon fisiologis.¹¹ Barang siapa yang membaca shalawat kepada Nabi Muhammad SAW akan memudahkan dikabulkannya hajat oleh Allah SWT dan dapat mempunyai solusi dari kesulitan atau masalah yang sedang dihadapi. Karena shalawat kepada Nabi Muhammad SAW dapat membuka kesedihan dan kesempitan dan bisa memperbanyak rizki dan semua hajat akan terpenuhi.¹²

Shalawat yang dilatunkan secara terus menerus akan menambah diri kita semakin tenang dan tidak gelisah atau cemas dalam keadaan apapun. Marni dalam penelitiannya menjelaskan bahwa pengaruh shalawat Nabi secara psikologi yaitu dapat mengembalikan keadaan yang tidak tenang, sebab aktivitas shalawat Nabi mendorong seseorang untuk menjadi tenang jiwanya. Shalawat Nabi juga mampu mengingatkan atau menyadarkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah SWT.¹³

Shalawat dapat membawa seseorang menjadi pribadi yang tenang dan tidak gelisah. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-

¹⁰ Nofiah, N., Arofiati, F., & Primanda, Y. (2019). Pengaruh Mendengarkan Dan Membaca Sholawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Post OP ORIF DI RSUD Ngudi Waluyo Wlingi. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10 (1). 294-302.

¹¹ Soliman & Mohamed, (2013). Effect of Zikr Meditation and Jaw Relaxation on Postoperative Pain, Anxiety, and Physiologic Respons of Patients Undergoing Abdominal Surgery, *Journal of Biology, Agriculture and Healthcare*, 3 (2). 23-38

¹² al-Nāzilī, Muhammad Haqqī, *Khazīnat al-Asrār Jalīlat al-Aẓkār*, t.tp: Al-Haramain, t.t.189

¹³ Marni (2020), *Penerapan Terapi Shalawat Nabi Terhadap Ketenangan Jiwa*, Skripsi: Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten.

Qur'an Surat Ar-Rad ayat 28 yang berbunyi "Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah (berdzikir), hati menjadi tenteram". Basriyadi dan Hadori dalam penelitian menjelaskan bahwa seseorang yang rajin melantutkan shalawat akan meraih kedamaian, ketenangan, ketentraman jiwa dan memperoleh balasan rezeki yang banyak.¹⁴

Jika seorang hamba sering mengingat Allah SWT, maka secara otomatis dirinya akan menjadi pribadi yang tenang dan tidak gelisah. Salah satu bentuk mengingat kepada Allah SWT adalah dengan memperbanyak shalawat.¹⁵ Ketika sering menyebut nama Nabi Muhammad saw, kita terkoneksi dengan beliau. Nama itu akan lebih sering bergema dalam ruang ingatan kita.¹⁶ Dengan bershalawat, kita berhubungan dengan Nabi Muhammad SAW yang hidup di alam lain itu, dan dengan bershalawat Rasulullah hadir walau dengan kehadiran yang kita tidak pahami. Dan dengan kehadiran itu semoga terhindar pula mereka yang bershalawat dari siksa Allah SWT serta melimpah pula curahan rahmat-Nya.¹⁷

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa shalawat Nabi mempunyai beberapa manfaat yaitu pertama, shalawat Allah kepada Nabi Muhammad SAW merupakan jaminan berkah, pujian atau sanjungan kepada Nabi Muhammad SAW dan seruan kepada manusia untuk bershalawat kepada Nabi Muhammad SAW. Kedua, shalawat malaikat kepada Nabi Muhammad SAW merupakan bukti ketundukan dan kepatuhan kepada Allah SWT dan perantara langit bagi rahmat Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW sebagai penghormatan dan doa kepada Nabi Muhammad SAW Ketiga, shalawat yang berasal dari manusia merupakan doa bagi Nabi Muhammad SAW dan shalawat

¹⁴ Basriyadi, B., & Hadori, M. (2022). Nilai-Nilai Konseling Islam Dalam Jungle Syair Lagu Jam'iyah Shalawat Bhenning, *Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, 4 (1), 82-99.

¹⁵ Aini, A.F. (2014). Living Hadis Dalam Tradisi Malam Kamis Majelis Shalawat Diba' Bil-Mustofa, *Ar-Raniry: International Journal of Islamic Studies*, 2 (1), 221-235

¹⁶ Rima Olivia, (2018). *Terapi Segitiga Cinta*, (Jakarta Selatan: TransMedia Pustaka), h.23

¹⁷ M Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an tentang Zikir dan Doa*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), h.354

sebagai tawassul yang berarti taqarrub (mendekat).¹⁸ Ketiga, shalawat akan menjadikan pengamalnya meraih kedamaian, ketenangan, ketentraman jiwa dan memperoleh balasan rezeki yang banyak.

¹⁸ Muhammad Habibillah, (2014). *Shalawat Pangkal Bahagia*, Yogyakarta: Safirah, h.12

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di Bab IV tentang hasil penelitian dan pembahasannya, maka dapat disimpulkan bahwa sholawat Nabi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *broken home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Pada kelompok eksperimen kecemasan remaja menurun 22,8% sedangkan pada kelompok kontrol kecemasan remaja turun sebesar 11,9%.

B. Saran

Penelitian yang dilakukan tidak lepas dari hambatan dan kendala yang dapat mempengaruhi intervensi yang diberikan. Adapun rekomendasi yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

Penelitian ini fokus terhadap penurunan kecemasan pada remaja korban broken home di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Terapi musik terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan individu. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran kepada Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang, pertama: pihak Desa diharapkan bisa lebih memperhatikan perkembangan remajanya khususnya remaja yang mempunyai masalah psikologi seperti kecemasan. Kedua, pihak Desa diharapkan untuk menyediakan mentor yang bergerak di bidang *mental health* seperti terapis. Kehadiran *mental health* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang Desa Plumbon Kecamatan Limpung akan membawa dampak yang positif untuk mendampingi perkembangan remaja korban broken home secara khusus dan perkembangan remaja pada umumnya.

2. Peneliti Selanjutnya

Sebagaimana yang di ketahui subyek dalam penelitian ini adalah remaja korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung

Kabupaten Batang Desa Plumbon Kecamatan Limpung. Adapun saran yang diberikan peneliti kepada penelitian selanjutnya adalah pertama, dalam proses pemberian intervensi musik atau terapi shalawat, peneliti harus lebih memahami keadaan psikologis remaja dan situasi kondisi yang sedang di hadapi oleh individu. Kedua, peneliti telah berusaha untuk mengontrol ancaman validitas internal dan validasi eksternal. Namun peneliti mempunyai kekurangan yaitu tidak semua validitas eksternal dapat dikontrol oleh peneliti, seperti faktor budaya, lingkungan masa lalu dan lingkungan hidupnya. Maka dari itu, peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan instrumen kecemasan sesuai dengan kadaan subyek penelitian. Ketiga, dalam penelitian yang akan datang dapat menggunakan teknik lain yang dapat menurunkan kecemasan seperti konseling, terapi dziki atau terapi yang lainnya. Selain itu, terapi shalawat di duga tidak hanyan dapat menurunkan kecemasan, akan tetapi bisa mengatasi masalah-masalah psikologi yang lainnya seperti depresi dan stress.

C. Penutup

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang selalu memberikan kemudahan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan penelitian ini. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua orang, khususnya bagi pihak yang berkepentingan. Penulis menyadari dalam penyusunan karya ilmiah ini ini (skripsi) jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis tidak menutup diri untuk menerima segala masukan dan kritikan bersifat membangun. Masukan dan kritikan akan dijadikan penulis sebagai bahan pertimbangan dalam perbaikan karya tulis ini.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di Bab IV tentang hasil penelitian dan pembahasannya, maka dapat disimpulkan bahwa sholat Nabi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada remaja korban *broken home* di desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Pada kelompok eksperimen kecemasan remaja menurun 22,8% sedangkan pada kelompok kontrol kecemasan remaja turun sebesar 11,9%.

B. Saran

Penelitian yang dilakukan tidak lepas dari hambatan dan kendala yang dapat mempengaruhi intervensi yang diberikan. Adapun rekomendasi yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang.

Penelitian ini fokus terhadap penurunan kecemasan pada remaja korban broken home di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang. Terapi musik terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan individu. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran kepada Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang, pertama: pihak Desa diharapkan bisa lebih memperhatikan perkembangan remajanya khususnya remaja yang mempunyai masalah psikologi seperti kecemasan. Kedua, pihak Desa diharapkan untuk menyediakan mentor yang bergerak di bidang *mental health* seperti terapis. Kehadiran *mental health* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung Kabupaten Batang Desa Plumbon Kecamatan Limpung akan membawa dampak yang positif untuk mendampingi perkembangan remaja korban broken home secara khusus dan perkembangan remaja pada umumnya.

2. Peneliti Selanjutnya

Sebagaimana yang di ketahui subyek dalam penelitian ini adalah remaja korban *Broken Home* di Desa Plumbon Kecamatan Limpung

Kabupaten Batang Desa Plumbon Kecamatan Limpung. Adapun saran yang diberikan peneliti kepada penelitian selanjutnya adalah pertama, dalam proses pemberian intervensi musik atau terapi shalawat, peneliti harus lebih memahami keadaan psikologis remaja dan situasi kondisi yang sedang di hadapi oleh individu. Kedua, peneliti telah berusaha untuk mengontrol ancaman validitas internal dan validasi eksternal. Namun peneliti mempunyai kekurangan yaitu tidak semua validitas eksternal dapat dikontrol oleh peneliti, seperti faktor budaya, lingkungan masa lalu dan lingkungan hidupnya. Maka dari itu, peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan instrumen kecemasan sesuai dengan kadaan subyek penelitian. Ketiga, dalam penelitian yang akan datang dapat menggunakan teknik lain yang dapat menurunkan kecemasan seperti konseling, terapi dziki atau terapi yang lainnya. Selain itu, terapi shalawat di duga tidak hanyan dapat menurunkan kecemasan, akan tetapi bisa mengatasi masalah-masalah psikologi yang lainnya seperti depresi dan stress.

C. Penutup

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang selalu memberikan kemudahan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan penelitian ini. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua orang, khususnya bagi pihak yang berkepentingan. Penulis menyadari dalam penyusunan karya ilmiah ini ini (skripsi) jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis tidak menutup diri untuk menerima segala masukan dan kritikan bersifat membangun. Masukan dan kritikan akan dijadikan penulis sebagai bahan pertimbangan dalam perbaikan karya tulis ini.

SKALA KECEMASAN

IDENTITAS DIRI

Nama :

Usia :

Petunjuk Pengisian

Kami bermaksud meminta bantuan kepada anda dengan cara mengisi skala kecemasan. Mohon anda membaca petunjuk-petunjuk di bawah ini:

1. Dalam skala-skala ini terdapat sejumlah pernyataan. Setelah membaca dengan seksama anda diminta memilih salah satu dari 5 pilihan tanggapan yang tersedia dengan memberi tanda centeng (\checkmark) pada pilihan yang disediakan, yaitu:
SS : Bila anda sangat setuju dengan pernyataan
S : Bila anda setuju dengan pernyataan
N : Bila anda bersifat netral dengan pernyataan
TS : Bila anda tidak setuju dengan pernyataan
STS : Bila anda sangat tidak setuju dengan pernyataan.
2. Pilihlah alternatif tanggapan yang benar-benar sesuai dengan keadaan/kenyataan diri anda, bukan dengan apa yang seharusnya.
3. Apabila ada pernyataan yang secara kenyataan anda belum mengalaminya, anda dapat membayangkan bila suatu saat anda mengalaminya dan memperkirakan reaksi anda terhadap hal tersebut.
4. Dalam menjawab skala ini anda tidak perlu takut salah, karena semua jawaban dapat diterima.
5. kesungguhan dan kejujuran anda sangat menentukan kualitas hasil penelitian ini. Untuk itu kami ucapkan terimakasih.

NO	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1	Jantung saya berdetak kencang ketika melihat anggota keluarga bertengkar					
2	Saya sulit memusatkan perhatian pada pelajaran saat sedang ada masalah di rumah.					
3	Saya tidak bisa tidur dengan nyenyak bila teringat keluarga dalam masalah					
4	Saya membayangkan hal – hal buruk dapat terjadi pada keluarga saya.					
5	Saya kehilangan nafsu makan saat menyaksikan anggota keluarga bertengkar.					
6	Saya tidak mampu membantu masalah keluarga					
7	Saya pusing bila melihat keluarga bertengka					
8	Saya menghindari jika ada pertengkaran dalam keluarga.					
9	Dada saya sesak, jika pertengkaran terus terjadi dalam keluarga					
10	Saya khawatir ketika saya berumah tangga akan mengalami seperti keluarga.					
11	Saya susah tidur jika teringat ketidak harmonisan dalam keluarga.					
12	Saya takut keluarga saya berantakan.					
13	Saya yakin semua masalah ada jalan keluarnya.					
14	Saya merasa pertengkaran dalam keluarga terjadi karena saya.					
15	Saya tidak mengalami kesulitan tidur walaupun keluarga saya bermasalah.					
16	Saya dapat makan dengan nikmat walaupun keluarga saya bermasalah.					

17	Saya percaya suatu saat nanti saya memiliki kehidupan yang lebih baik dari orang tua saya.					
18	Saya mampu bertahan walaupun keluarga berantakan					
19	Saya tidak pernah sampai sakit kepala memikirkan masalah keluarga yang terus menerus terjadi.					
20	Saat sedang sedih saya tetap mampu memusatkan perhatian pada hal – hal positif.					
21	Pola tidur saya berjalan dengan normal walaupun ada banyak masalah dalam keluarga.					
22	Saya siap menghadapi masa depan dengan sebaik – baiknya					
23	Saya ragu menjalani hidup lebih baik melihat masalah yang ada dalam keluarga.					
24	Saya melakukan yang terbaik untuk keluarga					
25	Saya mencari kesenangan bila keluarga sedang bermasalah.					
26	Saya jarang belajar ketika ada masalah keluarga karena susah berkonsentrasi					
27	Saya nyaman bersama teman dari pada dengan keluarga.					
28	Saya cuek dengan masalah keluarga.					
29	Ketika saya menjalin pertemanan saya takut mereka tidak menerima karena mengetahui kondisi keluarga saya.					
30	Saya sulit menerima pelajaran yang diterangkan guru.					
31	saya capek melihat pertengkan dalam keluarga.					
32	Saya malu dengan tetangga/teman dengan kondisi keluarga saya.					
33	Saya lebih banyak mengkabiskan waktu di luar rumah.					

34	Saya sering melamun tanpa alasan						
----	----------------------------------	--	--	--	--	--	--

Hasil Uji Pree-test Kelompok Eksperimen

Anggota Kelompok	BUTIR NOMER																																		TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	121
2	4	4	4	5	4	4	2	5	3	4	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	145
3	3	2	2	4	5	3	3	4	2	3	3	5	3	3	5	3	3	5	2	3	5	5	4	5	5	2	4	4	3	4	5	5	3	5	125
4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	2	4	3	4	4	3	5	4	3	2	4	3	2	5	122
5	5	4	3	4	4	4	4	5	4	2	5	5	3	4	3	3	5	5	4	4	1	5	4	4	4	5	4	4	1	4	4	5	4	4	133

Hasil Uji Post-test Kelompok Eksperimen

Anggota Kelompok	BUTIR NOMER																																		TOTAL		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34			
1	4	2	2	1	1	1	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	5	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	5	1	4	2	5	2	5	94
2	5	1	3	1	2	2	2	1	1	1	5	2	1	4	1	3	5	5	1	2	1	5	2	4	4	1	4	5	1	4	4	5	1	4	93		
3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	3	4	5	3	2	2	4	4	1	1	1	3	4	1	1	5	4	3	1	1	1	1	2	81		
4	5	4	3	2	2	1	1	1	1	5	3	1	1	1	1	2	3	1	4	1	5	5	4	4	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	78		
5	4	4	2	1	1	2	4	3	5	1	1	1	2	4	2	2	4	5	1	2	1	5	1	3	3	1	3	5	1	3	3	2	4	4	90		

Hasil Uji Pree-Test Kelompok Kontrol

Anggota Kelompok	BUTIR NOMER																																		TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	3	3	5	5	5	4	3	4	2	3	4	3	5	4	4	5	5	5	3	3	1	3	3	4	3	4	3	5	1	4	2	4	5	3	123
2	4	5	2	4	4	5	3	4	2	2	4	5	2	5	4	4	3	5	4	4	4	3	4	4	2	5	4	4	4	5	4	2	5	4	129
3	4	4	3	5	3	3	4	4	3	5	5	3	3	4	2	2	5	5	3	2	5	5	3	4	4	5	2	4	4	5	4	5	5	4	131
4	5	2	3	4	5	5	3	4	4	3	4	2	4	3	5	3	3	4	2	3	3	5	5	5	3	3	5	3	3	5	4	3	5	5	128
5	5	4	3	4	5	5	3	5	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	5	5	2	4	4	5	3	4	4	2	4	4	5	4	3	129

Hasil Uji Post-Test Kelompok Kontrol

Anggota Kelompok	BUTIR NOMER																																		TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
1	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	5	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	111
2	5	4	2	2	5	5	3	5	2	2	2	2	4	4	1	4	4	4	2	5	5	2	4	4	1	4	4	4	2	4	4	5	4	3	117
3	4	3	3	2	2	3	4	3	2	5	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	112
4	3	1	3	5	5	4	3	3	3	3	3	3	5	3	4	1	4	5	2	3	3	3	3	5	5	3	3	5	3	3	3	5	3	5	118
5	3	3	3	4	2	2	1	3	5	4	2	1	4	4	2	2	5	5	5	3	3	3	3	3	1	4	5	5	2	2	6	6	1	1	108



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DESA PLUMBON
KECAMATAN LIMPUNG
Alamat : Jl Raya Limpung – Tersono Km 02 Kp 51271

Nomor : 045 /034/ III/2022
Lamp : -
Perihal : **PEBERITAHUAN**

Kepada Yth ;

Dekan Fakultas Usuludin dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
Di
Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam silaturahmi kami sampaikan semoga limpahan Rahmat dan Ridlo Tuhan YME senantiasa mengiringi dalam setiap aktifitas kita Amin.

Dengan ini kami sampaikan bahwa :

Nama : Muhammad Khoiril Afif
NIM : 1504046085
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Telah melaksanakan penelitian di Desa Plumbon terhitung mulai tanggal 3 s/d 17 Maret 2022

Demikian Surat pemberitahuan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalammu'alaikum wr.wb.

Plumbon, 19 Maret 2022

Kepala Desa Plumbon







DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Muhammad khoiril afif

Tempat, Tanggal Lahir : Batang, 03 Mei 1996

Alamat : Rt.02/Rw01, Desa Plumbon, Kecamatan Limpung,
Kabupaten Batang

Judul Skripsi : Terapi Musik Sholawat Nabi Untuk Menurunkan
Kecemasan Pada Remaja Korban Broken Home Di Desa Plumbon Kecamatan
Limpung Kabupaten Batang

No Hp : 0857-2847-2870

Nama Ibu : Toyati (alm)

Nama Ayah : Suyanto (alm)

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. MI Al Sya'iriyah Plumbon
 - b. Mts NU Al Sya'iriyah Plumbon
 - c. SMK Ma'arif NU Bawang
 - d. S1 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan
Humaniora UIN Walisongo Semarang
2. Pendidikan Non-Formal
 - a. Madrasah Diniyah Miftahul Khoir
3. Pengalaman Organisasi
 - a. HMJ TP FUHUM UIN Walisongo Semarang
 - b. DEMA FUHUM UIN Walisongo Semarang
 - c. UKM Radio Gema Mahasiswa FUHUM
 - d. UKM USC FUHUM
 - e. UKM Musik UIN Walisongo