

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Tempat Penelitian**

##### **1. Latar Belakang Pendirian Ma'had**

Dalam pandangan Islam, mahasiswa merupakan komunitas yang terhormat dan terpuji, karena ia merupakan komunitas yang menjadi cikal bakal lahirnya ilmuwan (ulama) yang diharapkan mampu mengembangkan ilmu pengetahuan dan memberikan penjelasan pada masyarakat dengan pengetahuan itu. Oleh karenanya, mahasiswa dianggap sebagai komunitas yang penting untuk menggerakkan masyarakat Islam menuju kekhalfahannya yang mampu membaca alam nyata sebagai subuah keniscayaan Ilahiyah.

Universitas memandang keberhasilan pendidikan mahasiswa, apabila mereka memiliki identitas sebagai seorang yang mempunyai (1) ilmu pengetahuan yang luas, (2) penglihatan yang tajam, (3) otak yang cerdas, (4) hati yang lembut, dan (5) semangat tinggi karena Allah.

Untuk mencapai keberhasilan tersebut, kegiatan kependidikan di Universitas, baik kurikuler, ko-kurikuler, maupun ekstrakurikuler, diarahkan pada pemberdayaan potensi dan keagamaan mahasiswa untuk mencapai target profil lulusan yang memiliki ciri-ciri :

- a. Kemandirian,
- b. Siap berkompetisi dengan lulusan Perguruan Tinggi lain,
- c. Berwawasan akademik global,
- d. Kemampuan memimpin/sebagai penggerak umat,

- e. Bertanggung jawab dalam mengembangkan agama Islam di tengah-tengah masyarakat,
- f. Berjiwa besar, selalu peduli pada orang lain/gemar berkorban untuk kemajuan bersama,
- g. Kemampuan menjadi teladan bagi masyarakat dan sekelilingnya.

Strategi tersebut mencakup pengembangan kelembagaan yang tercermin dalam:

- a. Kemampuan tenaga akademik yang handal dalam pemikiran, penelitian, dan berbagai aktivitas ilmiah-religius,
- b. Kemampuan tradisi akademik yang mendorong lahirnya kewibawaan bagi seluruh sivitas akademika,
- c. Kemampuan manajemen yang kokoh dan mampu menggerakkan seluruh potensi untuk mengembangkan kreativitas warga kampus,
- d. Kemampuan antisipatif masa depan dan bersifat proaktif ,
- e. Kemampuan pimpinan mengakomodasi seluruh potensi yang dimiliki menjadi kekuatan penggerak lembaga secara menyeluruh, dan
- f. Kemampuan membangun *bia'ah Islamiyah* yang mampu mensuburkan akhlaqul karimah bagi setiap sivitas akademika.

Untuk mewujudkan harapan terakhir, salah satunya adalah dibutuhkanya keberadaan ma'had yang secara intensif mampu memberikan resonansi dalam mewujudkan lembaga pendidikan tinggi Islam yang ilmiah-religius, sekaligus sebagai bentuk penguatan terhadap pembentukan lulusan yang intelek-profesional yang ulama atau ulama yang intelek-profesional. Sebab sejarah telah

mengabarkan bahwa tidak sedikit keberadaan ma'had telah mampu memberikan sumbangan besar pada hajat besar bangsa ini melalui alumninya dalam mengisi pembangunan manusia seutuhnya. Dengan demikian, keberadaan ma'had dalam komunitas perguruan tinggi Islam merupakan keniscayaan yang akan menjadi pilar penting bagi bangunan akademik.

Berdasarkan pembacaan tersebut, Universitas memandang bahwa pendirian ma'had sangat urgen untuk direalisasikan dengan program kerja dan semua kegiatannya berjalan secara integral dan sistematis dengan mempertimbangkan program-program yang sinergis dengan visi dan misi Universitas. Pendirian ma'had ini didasarkan pada Keputusan Ketua STAIN Malang dan secara resmi difungsikan pada semester gasal tahun 2000 serta pada tahun 2005 diterbitkan Peraturan Menteri Agama No. 5/2005 tentang status Universitas yang di dalamnya secara struktural mengatur keberadaan ma'had Sunan Ampel Al-Ali.

## 2. Visi, Misi dan Tujuan Ma'had

### 1. Visi

Terwujudnya pusat pemantapan akidah, pengembangan ilmu keislaman, amal sholeh, akhlak mulia, pusat Informasi Pesantren dan sebagai sendi terciptanya masyarakat muslim Indonesia yang cerdas, dinamis, kreatif, damai, dan sejahtera.

### 2. Misi

- a. Mengantarkan mahasiswa memiliki kemantapan akidah dan kedalaman spiritual, keagungan akhlak, keluasan ilmu dan kematangan profesional.

- b. Memberikan ketrampilan berbahasa Arab dan Inggris.
  - c. Memperdalam bacaan dan makna Al-Qur'an dengan baik dan benar.
3. Tujuan Ma'had
- a. Terciptanya suasana kondusif bagi pengembangan kepribadian mahasiswa yang memiliki kemantapan akidah dan spiritual, keagungan akhlak atau moral, keluasan ilmu dan kemantapan profesional.
  - b. Terciptanya suasana yang kondusif bagi pengembangan kegiatan keagamaan.
  - c. Terciptanya *bi'ah Islamiyah* yang kondusif bagi pengembangan bahasa Arab dan Inggris.
  - d. Terciptanya lingkungan yang kondusif bagi pengembangan bakat dan minat.

3. Tugas Musyrifah

Tugas utama musyrifah adalah mengkondisikan dan mendampingi mahasiswa baru atau santri dalam kegiatan-kegiatan ma'had yaitu, dalam bidang ibadah dan spiritual dan pendampingan dalam bidang akademik. Tugas musyrifah dilakukan sejak fajar (sebelum subuh) sampai malam jam 22.00 WIB secara berkala. hal yang harus diperhatikan oleh seluruh musyrifah adalah mereka harus mendampingi dengan ikhlas dan sepenuh hati, adapun tugas tersebut meliputi :

- a. Pendampingan ibadah dan spiritual:
  - 1. Mengkondisikan santri yang didampingi untuk mengikuti shalat maktubah dan shalat sunnah berjama'ah.

2. Mencatat ketidakhadiran santri dalam shalat berjama'ah.
- b. Pendampingan akademik:
1. Kebahasaan
    - a) Mengkondisikan santri untuk mengikuti secara aktif kegiatan *Shabah al-Lughah / English Morning*.
    - b) Menjadi tutor sebaya dalam kegiatan *Shabah al-Lughah / English Morning*.
    - c) Mencatat kehadiran santri dalam kegiatan *Shabah al-Lughah / English Morning*.
    - d) Melaksanakan evaluasi dan monitoring kebahasaan.
    - e) Berkoordinasi secara berkala dengan staf kebahasaan ma'had.
  - c. Ta'lim Al-Qur'an dan al-Afkar Al-Islamiyah
    - a. Mengkoordinasikan santri untuk mengikuti secara aktif kegiatan ta'lim Al-Qur'an dan al-Afkar al-Islamiyah.
    - b. Menjadi tutor sebaya dalam kegiatan ta'lim Al-Qur'an dan al-Afkar al-Islamiyah.
    - c. Mencatat kehadiran santri saat kegiatan ta'lim Al-Qur'an dan al-Afkar al-Islamiyah.
    - d. Melaksanakan evaluasi dan monitoring ta'lim.
    - e. Berkoordinasi secara berkala dengan staf ta'lim ma'had.
  - d. Kesantrian
    - a. Bertanggung jawab terhadap terwujudnya kegiatan yang berorientasi pada pengayaan keilmuan mahasantri, baik mengenai materi kitab-

kitab turats, managemen, dan organisasi, psikologi maupun keilmuan lainnya.

- b. Mengupayakan kegiatan-kegiatan yang berorientasi pada pengembangan akademik, minat dan bakat di bidang seni, olahraga, dan ketrampilan lainnya.
  - c. Mengkondisikan mahasantri untuk mengikuti secara aktif kegiatan kesantrian baik yang diadakan oleh ma'had atau mabna.
  - d. Memfasilitasi kreatifitas santri sesuai bakat dan minat.
  - e. Mengadakan *study club* antar jurusan di masing-masing mabna.
  - f. Membentuk muharik/ah di masing-masing mabna.
  - g. Melaksanakan tugas yang secara insidental diadakan oleh kesantrian ma'had.
  - h. Berkoordinasi secara berkala dengan staf kesantrian ma'had.
- e. Keagamaan
- a. Bertanggung jawab atas keamanan masing-masing mabna.
  - b. Mengadakan razia barang-barang yang dilarang di masing-masing mabna secara berkala.
  - c. Menjaga pos keamanan putra (musyrif) dan putri (musyrifah) di malam hari.
  - d. Berkoordinasi secara berkala dengan staf keamanan ma'had.
- f. Kerumahtanggaan/ Inventaris
- a. Bertanggung jawab, menghimpun, menelaah, menginformasikan, dan menggandakan serta menyebarluaskan peraturan di bidang hukum,

tata laksana, rumah tangga, tata usaha, pengolahan dan pemeliharaan asset ma'had.

- b. Memonitoring dan mengevaluasi secara rutin tentang kebersihan, keindahan, dan pertamanan yang ada di lingkungan ma'had.
- c. Berkoordinasi dengan staf divisi kerumahtanggaan ma'had.

4. Program Rutinan Ma'had

**Tabel 4.1**  
**Jadwal Harian Mahasantri, Musyrifah, dan Santri HTQ MSAA**

No	Waktu	Kegiatan
1.	03.30-04.20	Shalat Tahajud/persiapan shalat subuh berjama'ah di Masjid.
2.	04.20-05.10	Shalat subuh berjama'ah, pembacaan Wirdul Lathief&Irsyad.
3.	05.10-05.45	Shabah al-Lughah /Language Morning
4.	05.45-07.00	senin dan rabu : ta'lim al- Qur'an selasa dan Kamis : ta'lim al-Afkar al-Islamiyah
5.	07.00-14.00	Kegiatan perkuliahan regular fakultatif.
6.	08.00-14.00	Tashih Qiro'ah al-Qur'an di masing-masing MASjid.
7.	14.00-16.30	Perkuliahan khusus pembelajaran bahasa Arab (PKPBA).
8.	17.30-18.00	Jama'ah shalat maghrib di Masjid
9.	18.00-18.25	Tashih Qiro'ah -al-Qur'an / tadarus /Muhadlarah /Madaa'ih Nabawiyyah (sesuai jadwal)
10.	18.30-20.00	Perkuliahaan khusus pembelajaran bahasa Arab (PKPBA)
11.	20.30-21.55	Smart Study Comunnity (kelompok belajar jurusan) kegiatan ekstra mabna & UPKM (JDFI, Halaqoh Ilmiah el-Ma'rifah) di mabna masing-masing
12.	21.55-22.15	Pengabsenan jam malam santri
13.	22.15-04.00	Belajar mandiri & istirahat.

## B. Hasil Analisis

### 1. Deskripsi Tingkat Dzikir

Hasil perhitungan untuk mengetahui seberapa besar tingkat aktivitas dzikir yang dilakukan oleh musyrifah Ma'had Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang yaitu menggunakan rumus hipotetik dan menjadi tiga kategori yaitu, kategori tinggi, sedang, dan rendah. Ketiga kategori tersebut dapat diketahui dengan cara memperoleh nilai mean (M) dan standar deviasinya (SD). Berikut ini adalah rumus hitungan mean dan standart deviasi dzikir :

$$\begin{aligned}\text{Mean } \mu &= \frac{1}{2}(i_{\max} + i_{\min})\Sigma k \\ &= \frac{1}{2}(4 + 1)16 = 40\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\text{Standart deviasi } \mu &= \frac{1}{6}(X_{\max} - X_{\min}) \\ &= \frac{1}{6}(64 - 16) = 8\end{aligned}$$

Tingkat kategorisasi dzikir pada musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang dapat diketahui setelah memperoleh nilai mean (M) dan standart deviasi (SD). Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.2**  
**Rumus Kategorisasi Tingkat Dzikir Musyrifah**

Kategori	Rumus	Hasil
Tinggi	$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X : \geq 48$
Sedang	$(Mean - 1SD) > X < (Mean + 1SD)$	$X : 33-47$
Rendah	$X \leq (Mean - 1SD)$	$X : \leq 32$

Hasil dari penghitungan skala dzikir di atas, maka didapatkan kategorisasi frekuensi dan prosentase dzikir pada musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.3**

**Kategorisasi Skor Dzikir**

Kategori	Interval	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	X : $\geq 48$	67	98.5%
Sedang	X : 33-47	1	1.5%
Rendah	X : $\leq 32$	0	0%

Berdasarkan kolom kategorisasi di atas, maka dapat dilihat bahwa frekuensi pada kategori tinggi yaitu 98.5%, kategori sedang 1.5%, dan kategori rendah 0%. Melihat frekuensi di atas, maka dapat dilihat dari 68 orang sampel semuanya melakukan aktivitas dzikir, akan tetapi berada pada tingkat yang berbeda-beda. Terdapat 67 orang berada pada tingkat dzikir tinggi, 10 orang pada tingkat sedang, dan 0 orang lagi berada pada tingkat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dzikir musyrifah ma'had sunan ampel al-Ali UIN Maliki Malang berada pada tingkat tinggi.

## **2. Deskripsi Tingkat Kontrol Diri**

Hasil perhitungan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kontrol diri pada musyrifah Ma'had Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang yaitu menggunakan rumus hipotetik dan menjadi tiga kategori yaitu, kategori tinggi, sedang, dan rendah. Ketiga kategori tersebut dapat diketahui dengan cara memperoleh nilai mean (M) dan standar deviasinya (SD). Berikut ini adalah rumus hitungan mean dan standart deviasi kontrol diri :

$$\begin{aligned}\text{Mean } \mu &= \frac{1}{2}(i_{\max} + i_{\min})\sum k \\ &= \frac{1}{2}(4 + 1)21 = 52,5 \\ \text{Standart devias } \mu &= \frac{1}{6}(X_{\max} - X_{\min}) \\ &= \frac{1}{6}(84 - 21) = 10.5\end{aligned}$$

Tingkat kategorisasi kontrol diri pada musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang dapat diketahui setelah memperoleh nilai mean (M) dan standart deviasi (SD). Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.4**  
**Kategori Tingkat Kontrol Diri**

Kategori	Rumus	Hasil
Tinggi	$X \geq (Mean + 1 SD)$	X : $\geq 63$
Sedang	$(Mean - 1SD) > X < (Mean + 1SD)$	X : 43-62
Rendah	$X \leq (Mean - 1SD)$	X : $\leq 42$

Hasil dari penghitungan skala dzikir di atas, maka didapatkan kategorisasi frekuensi dan prosentase kontrol diri pada musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.5**  
**Kategorisasi Skor Kontrol Diri**

Kategori	Interval	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	X : $\geq 63$	48	70.6%
Sedang	X : 43-62	20	29.4%
Rendah	X : $\leq 42$	0	0%

Berdasarkan kolom kategorisasi di atas, maka dapat dilihat bahwa frekuensi pada kategori tinggi yaitu 70.6%, kategori sedang 29.4%, dan kategori rendah 0%. Melihat frekuensi di atas, maka dapat dilihat dari 68 orang sampel memiliki tingkat kontrol diri yang berada pada tingkat yang berbeda-beda. Terdapat 48 orang berada pada tingkat dzikir tinggi, 20 orang pada tingkat sedang, dan 0 orang lagi berada pada tingkat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri musyrifah ma'had sunan ampel al-Ali UIN Maliki Malang berada pada tingkat tinggi.

### 3. Hasil Uji Hipotesis

Penelitian menggunakan analisis *Product Moment* dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N\sum_{xy} - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2) \cdot (N\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$ : koefisien *product moment*

N : jumlah subyek penelitian

$\sum x$  : jumlah x skor tiap aitem

$\sum y$  : jumlah y skor aitem

$\sum xy$  : hasil kali jumlah x dan y untuk setiap responden

$\sum x^2$  : jumlah x kuadrat

$\sum y^2$  : jumlah y kuadrat.

Dengan perhitungan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 16.00 *for windows*. Berdasarkan uji hipotesis terhadap skala dzikir dan kontrol diri dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.6**  
**Hasil Korelasi Dzikir dan Kontrol Diri**

	Dzikir	Kontrol Diri
Berdzikir Pearson Correlation	1	.513**
Sig. (2-tailed)		.000
N	68	68
Kontrol Diri Pearson Correlation	.513**	1
Sig. (2-tailed)	.000	
N	68	68

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* tabel 4.6 di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara aktivitas dzikir dengan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali Malang dengan nilai  $r_{xy} = 0,513$ . Dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,005$ . Sehingga hipotesis adanya hubungan antara dzikir dengan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali Malang penelitian ini dapat diterima.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Tingkat Kontrol Diri**

Berdasarkan analisis pada tabel 4.5 dapat diketahui bahwa sebagian besar musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dengan nilai prosentase 70.6%. Pada kategori tinggi terdapat 48 musyrifah dengan prosentase 70.6%, pada tingkat sedang terdapat 20 musyrifah dengan prosentase 29.4%. Sedangkan pada kategori rendah terdapat 0 musyrifah dengan prosentase 0%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan kontrol diri Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang mayoritas berada pada tingkat kategori tinggi.

Pada dasarnya kontrol diri sangat penting bagi semua individu, terutama bagi seorang musyrifah yang memiliki dua peran yang sangat penting yakni sebagai mahasiswa yang aktif dengan segala tugas-tugas kampus, dan menjadi seorang pembimbing bagi mahasiswa semester satu dan dua. Goldfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa

individu ke arah yang positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu yang diinginkan.<sup>1</sup>

Seorang musyrifah merupakan orang yang bertanggung jawab penuh atas mahasantrinya dan menjadi teladan bagi semua mahasantri maupun orang yang ada disekitarnya, sehingga seorang musyrifah harus memiliki kontrol diri yang baik untuk menjadi teladan yang baik bagi mahasantrinya maupun orang lain. Tugas musyrifah tidak hanya sekedar membimbing, tetapi juga mengontrol seluruh aktivitas mulai dari fajar sampai sampai petang. Oleh sebab itu seorang musyrifah harus memiliki kontrol diri yang baik agar dapat menyeimbangkan aktivitas maupun tanggung jawab yang ada di ma'had dan di kampus.

## **2. Tingkat Dzikir**

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.3 dapat diketahui bahwa sebagian besar musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang memiliki tingkat aktivitas dzikir yang tinggi dengan nilai prosentase 95.3%. Pada kategori tinggi terdapat 67 musyrifah dengan prosentase 95.3%, pada tingkat sedang terdapat 1 musyrifah dengan prosesntase 1.5%, sedangkan pada kategori rendah terdapat 0 musyrifah dengan prosentase 0%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat dzikir pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang mayoritas berada pada tingkat kategori tinggi.

Berdzikir atau mengingat Allah pada dasarnya memiliki ruang lingkup yang sangat luas, bahkan bisa dikatakan jika segala aktivitas atau perbuatan yang

---

<sup>1</sup> M. Nur & Rini. 2010. Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz media. Hal 22

dilakukan dengan tujuan mengharap ridha Allah adalah *dzikrullah*. Sebenarnya dzikir kepada Allah adalah ibadah yang sunnah akan tetapi, dzikir merupakan peringkat doa yang paling tinggi yang di dalamnya tersimpan berbagai keutamaan dan manfaat yang besar bagi kehidupan manusia.

Berdzikir merupakan suatu aktivitas yang setiap hari dilakukan oleh semua orang, dalam hal ini khususnya bagi seorang musyrifah. Berdzikir tidak harus dilakukan dengan duduk dan menggerakkan anggota badan sambil melantunkan kalimat dzikir atau *thayyibah*, dzikir dapat dilakukan di manapun dan kapanpun kita berada asalkan tidak ditempat yang tidak layak untuk melafadzkan kalimat-kalimat Allah.

Menurut Abdullah Gymnastiar, dengan berdzikir individu akan mempunyai mental yang kuat, penuh semangat, dan tak kenal putus atas, mampu mengontrol diri sehingga berhati sejuk dan tidak mudah emosi.<sup>2</sup>

Kebiasaan seorang muslim dalam mengingat Allah, seperti membaca takbir, tasbih, tahlil, dan istighfar, dapat menjadi obat penawar bagi segala jenis penyakit mental, menenangkan, dan menentramkan pikiran yang kacau sehingga menjadi sehat dan selaras dengan alam sekitarnya. Kebiasaan membaca takbir, tasbih, tahlil, dan istighfar alangkah baiknya setiap hari dilakukan seorang musyrifah agar merasakan bahwa ia dekat sekali dengan Allah dan berada pada perlindungan dan penjagaan-Nya. Dengan demikian, akan timbul rasa percaya diri, teguh, tenang, tentram dan bahagia.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Millatina. 2008. *Dzikir Dan Pengendalian stress*. Skripsi. Semarang: Program Srata I Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.

<sup>3</sup> Khoirunnas Rajab. *Psikologi Ibadah Memakmurkan Kerajaan Ilahi Di Hati Manusia*. Jakarta, Amzah. 2011. Hal 118.

Perasaan terlindungi dan terjaga oleh Allah harus senantiasa tertanam pada diri seorang musyrifah agar lebih bersemangat, percaya diri, tenang, dan tentram dengan segala aktivitas sehari-hari. Pada dasarnya seorang musyrifah adalah seorang yang berjihad di jalan Allah untuk membantu mengembangkan dan mengajarkan perilaku yang berakhlakul karimah kepada generasi muda.

### **3. Hubungan Antara Dzikir Dengan Kontrol Diri Pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang**

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* tabel 4.6, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara aktivitas dzikir dengan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali Malang dengan nilai  $r_{xy} = 0,513$ . Nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,005$ .

Berdasarkan penelitian terdahulu yang membahas tentang pengaruh intensitas dzikir terhadap kontrol diri menunjukkan bahwa dzikir mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kontrol diri. Penelitian sebelumnya mendukung penelitian yang saya lakukan. Sedangkan pada penelitian yang saya lakukan ini membahas tentang hubungan dzikir terhadap kontrol diri pada musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang. Hasil dari penelitian saya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara aktivitas dzikir dengan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali Malang.

Menurut Averill ada tiga indikator penting terkait dengan kontrol diri, kontrol kognitif, kontrol pengambilan keputusan dan kontrol perilaku, berikut paparan teorinya dan merview ulang terori tersebut.

Kontrol kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.

Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.<sup>4</sup> Pada aktivitas berdzikir dan efek dari dzikir tersebut akan mempengaruhi pada kontrol kognitif yang mana disini terdapat dua komponen, yaitu cara individu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Cara memperoleh informasi yang masuk ke kognitif kita akan dikontrol dari kalimat-kalimat dzikir yang dilantunkan oleh muryifah baik dengan hati atau lisan. Ada sebuah hadist menyebutkan bahwa setiap huruf dari kalimat Al-Quran terdapat malaikat penjaga yang akan selalu mendampingi setiap para pembacanya apabila dilakukan secara khusyu'. Maka dari itu berdzikir mempengaruhi kognisi muryifah dalam memperoleh informasi.

Kognisi kita akan melakukan penilaian terhadap informasi-informasi yang kita terima, ada dua penilaian yaitu, penilaian kebaikan dan keburukan kognisi yang terkontrol akan selalu bisa menyaring (memfilter) informasi yang buruk-

---

<sup>4</sup>M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita. S, *Teori-Teori Psikologi*. (Jogjakarta : Ar-Ruz media, 2010), hlm 30

buruk seperti halnya dengan sesuatu yang membangkitkan hawa nafsu. Oleh karena itu berdzikir mempunyai peran sangat besar dalam mempengaruhi kontrol kognisi individu.

Mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.<sup>5</sup> Keputusan merupakan inti dari sesuatu yang kita akan ambil salah mengambil keputusan akan berakibat sangat fatal terhadap kelangsungan kehidupan akhlakul karimah kita. Peran dzikir yang dilakukan musyriyah juga terlihat disini, contoh ketika musyriyah melakukan sebuah istikhroh dalam memilih dan memutuskan sesuatu yang mana kita berada dalam keadaan bingung, secara otomatis kita akan berdzikir meminta petunjuk Allah agar segera turun. Pemecahan masalah yang seperti ini akan menunjang individu untuk terus meminta yang terbaik dalam pengambilan keputusan. Jadi dzikir berdampak pada kontrol keputusan setiap individu, karena berdzikir dan mengambil keputusan sama-sama menggunakan aspek kognitif. Dari penjelasan diatas menerangkan bahwasanya anatara kontrol diri dan dzikir mempunyai peran yang saling berhubungan satu sama lain serta kekhusyuan individu dalam melantunkan kalimat-kalimat dzikir juga berhubungan.

Kontrol perilaku (*behavior control*) merupakan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang

---

<sup>5</sup>M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita. S, *Teori-Teori Psikologi*. (Jogjakarta : Ar-Ruz media, 2010), hlm 31

tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal.

Kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.<sup>6</sup> Sama halnya dengan berdzikir, yang mengedepankan pada aspek perilaku individu yang seraya berdzikir dengan kekhusyuan. Proses ini akan menjadikan manusia cenderung kepada pembetulan akhlakul karimah. Berdzikir juga akan menjadikan kontrol perilaku pada individu akan meningkat hal ini dapat dibuktikan pada penelitian yang saya lakukan.

Musyrifah mempunyai tanggung jawab untuk membimbing, mengarahkan, mendidik, dan mendampingi mahasantri dari fajar sampai sampai petang. Ketika seorang musyrifah dituntut untuk bertanggung jawab atas tugas-tugas yang diembannya, baik tugas sebagai musyrifah maupun tugas dikuliah, mereka akan sebaik mungkin melaksanakannya. Namun, ketika mereka sudah merasa jenuh menjalankan tanggungjawab, mereka akan kehilangan kontrol yang berupa

---

<sup>6</sup>M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita. S, *Teori-Teori Psikologi*. (Jogjakarta : Ar-Ruz media, 2010), hlm 29

menghindar dari tanggung jawabnya seperti kurang bersemangat dan jenuh. Karena pada dasarnya musyriyah juga manusia biasa yang mempunyai titik jenuh dalam menjalankan aktivitasnya. Untuk itu, musyriyah diharapkan memiliki kontrol diri yang baik agar dapat mengontrol segala pikiran dan tindakan serta dapat mengolah informasi maupun stimulus yang dapat menghambat aktivitas.

Bagi Islam ibadah merupakan salah satu alternatif yang bisa merawat dan mengobati gangguan psikologis. Dalam hal ini ibadah dzikir seperti yang dijelaskan di atas adalah bukan suatu amalan ibadah yang wajib, tetapi dzikir mempunyai kedudukan yang tinggi dibandingkan dengan doa yang lain. Dengan dzikir inilah individu disarankan untuk menjauhi sifat *takabur* (sombong), *hasad* (dengki), *riya'*, dan mengumpat.

Esensi dari berdzikir adalah mengingat Allah SWT. Dengan mengingat Allah SWT tentu hati akan tenang dan tentram hal ini sudah disebutkan dalam Al-Quran “ *Alaa Bidzkrillahi Tathmainnul Quluub*” yang artinya sesungguhnya dengan mengingat Allah akan menjadikan hati menjadi tentram dan tenang. Dengan seraya berdzikir kepada Allah niscaya akan menabuh keimanan kita menjadi lebih baik, maka dari itu urgensi dzikirilah yang menjadi penopang keimanan kita dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Tidak cukup sampai disini, lemahnya iman dan hawa nafsu yang menggelayuti segala urusan akan memicu kemurkaan Allah. <sup>7</sup>

Menurut Taufiqur Rahman dalam hasil penelitiannya, dapat saya simpulkan bahwasanya antara mengaji dan berdzikir itu adalah satu kesatuan.

---

<sup>7</sup>Dr. Majdi Alhilali. 2010. *Ada Al-Qur'an Dihatiku Rahasia Menyatukan Hati Dengan Al-Qur'an*. Solo : Muassasah iqra',

Menyebutkan bahwasanya berdzikir termasuk salah satu cara untuk mendekati diri kepada yang Maha Kuasa. Menghafal Al-Quran akan mempengaruhi pada aspek-aspek psikologis manusia, sistem-sistem otak pada setiap aspek itu akan tergerak dan dapat mengoptimalkan kinerjanya. Terutama pada *God Spot* yang hanya akan tergerak ketika individu melakukan interaksi dengan tuhan. Dari sistem-sistem tersebut maka akan dapat mempengaruhi tiga aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill yaitu, kontrol kognitif, pengambilan keputusan dan perilaku.<sup>8</sup>

Al-Qur'an akan meresap masuk ke semua panca indera kita dan bahkan lebih dalam dari semuanya ketika kita bisa mentadabburi ayat-ayat-Nya. Niscaya kita akan merasakan ketenangan sempurna. Ini semua tidak akan kita rasakan kalau psikomotorik kita tidak tergerak untuk merasakannya. *Output* dari meresapnya ayat Al-Qur'an terhadap psikomotorik dalam tubuh, akan berdampak pada kontrol kognitif, kontrol perilaku dan kontrol keputusan. Jadi dengan meresapi kandungan ayat dari Al-Qur'an melalui semua panca indera akan meningkatkan kontrol kognitif, kontrol perilaku dan kontrol keputusan pada setiap individu yang menghafalkannya.<sup>9</sup> Kesimpulan dari pendapat di atas bahwasanya Al-Quran adalah bagian dari proses mengingat Allah SWT. Jadi pada hakikatnya tidak jauh berbeda antara efek dari berdzikir ataupun menghafal Al-Quran.

---

<sup>8</sup>Taufiqur Rahman. 2013. *Efektivitas Menghafal AL-Qur'an Untuk Peningkatan Kontrol Diri Siswa Mts Miftahul Ikhsan Sentol Daya Pragaan Sumenep Madura*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Malang: Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

<sup>9</sup>Taufiqur Rahman. 2013. *Efektivitas Menghafal AL-Qur'an Untuk Peningkatan Kontrol Diri Siswa Mts Miftahul Ikhsan Sentol Daya Pragaan Sumenep Madura*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Malang: Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

Dzikir pada prinsipnya adalah suatu pengakuan akan kenyataan bahwa manusia adalah makhluk Allah Swt. dan karena itu sebagai hamba-Nya, manusia berkewajiban untuk mengabdikan kepada Allah Swt. sebagai Tuhan dan Dzat ia kembali. Allah berfirman “yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tenang”.<sup>10</sup>

Dzikir penting bagi musyrifah karena ketika berdzikir mengingat Allah akan timbul energi positif, dan motivasi hati. Merasa dekat dengan Allah, seyogyanya menjadikan diri terawasi dan terjaga untuk tidak tergelincir dan terjerumus ke dalam perkara-perkara yang mendatangkan maksiat dan dosa. Dzikir sebaiknya dilakukan dengan khusyu' dan ikhlas agar makna yang terkandung didalamnya meresap ke dalam hati. Saat berdzikir dengan tenang dan berserah diri kepada-Nya, individu akan mengalami pengalaman mistik keagamaan (*mistic experience*), serta merasakan kelezatan spiritual (*the taste of spirituality*). Dengan demikian, dzikir dapat memberikan pengaruh bagi tubuh dan mental psikologis individu.<sup>11</sup>

Dengan berdzikir inilah seorang musyrifah dapat menumbuhkan dan meningkatkan kontrol diri dalam dirinya. Seorang musyrifah selain dapat membimbing mahasantri tentunya harus dapat mengatur dirinya sendiri. Menurut Hurlock kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengatur, membimbing, dan mengarahkan perilaku-perilaku melalui pertimbangan positif sehingga bisa

---

<sup>10</sup> Ibid.

<sup>11</sup> Ratna supradewi. 2008. *Efektivitas pelatihan dzikir untuk menurunkan afek negative pada mahasiswa*. Jurnal Psikologi. Universitas Islam Sultan Agung Semarang

membawa ke arah yang positif pula. Dzikir juga mempunyai fungsi kontroling bagi seorang individu. Kedekatannya dengan Allah membuatnya sadar akan kebesaran-Nya, dan berada dalam pengawasan dan penjagaan yang tidak pernah pupus.

Lingkungan ma'had yaitu lingkungan di mana musyrifah berada menjadi salah satu pengaruh bagi kontrol diri musyrifah, karena rutinitas ma'had yang dilakukan setiap hari tidak lepas dari mengingat Allah. Mengaji setiap hari, membaca doa setelah sholat, istighotsah dan lain-lain merupakan kegiatan yang mengantarkan mereka ingat kepada Allah. Hal inilah yang menjadikan kontrol diri musyrifah tinggi karena seluruh tindakannya telah terkontrol oleh kalimat dzikir yang dilantunkan setiap hari. Sehingga dalam segala tindakannya musyrifah cenderung memikirkan dan menafsirkan segala sesuatu dengan pikiran yang matang. Serta tingkat dzikir yang tinggi berdasarkan penelitian yang telah saya lakukan, karena dzikir adalah salah satu sarana agar musyrifah memiliki semangat yang tinggi, pikiran yang positif, motivasi yang baik untuk berjihad di jalan Allah.

Musyrifah harus mampu mengontrol segala sesuatu yang dapat mempengaruhi dirinya dalam berperilaku. *Dzikkullah* adalah satu sarana yang tepat bagi kaum muda khususnya musyrifah yang tidak lain adalah seorang *uswah* bagi seluruh mahasantri dan teladan bagi lingkungan masyarakat. Dzikir juga merupakan wahana yang dapat memberikan kemampuan dan ketrampilan untuk mengatur dan mengendalikan emosi dengan baik, menjadikan individu tidak gegabah dalam bertindak dan mengambil suatu keputusan.

Sedangkan kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dan melakukan sosialisasi, kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. Pada penjabaran di atas telah dikatakan bahwa dzikir juga memiliki fungsi mengatur dan mengendalikan emosi dengan baik, menjadikan individu tidak gegabah dalam bertindak dan mengambil suatu keputusan.

Dengan demikian terdapat hubungan antara dzikir dengan kemampuan mengontrol diri bagi seorang musyrifah. Hal ini ditunjukkan berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu rata-rata kontrol diri pada musyrifah adalah tinggi dengan nilai prosentase 98.5%. Pada kategori tinggi prosentase 98.5sebesar % dengan jumlah 67 musyrifah, pada kategori sedang prosentase sebesar 1.5% dengan jumlah 1 musyrifah, dan pada kategori rendah prosentase sebesar 0% dengan jumlah 0 musyrifah.