



**PENERAPAN SHALAT TAHAJJUD DALAM MENGATASI STRES
PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD
BAQI BABUSSALAM BASILAM BARU KECAMATAN BATANG
ANGKOLA TAPANULI SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

Oleh :

YUNI ASNITA

15 302 00029

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2019**



**PENERAPAN SHALAT TAHAJJUD DALAM MENGATASI STRES
PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD
BAQI BABUSSALAM BASILAM BARU KECAMATAN BATANG
ANGKOLA TAPANULI SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

Oleh :

YUNI ASNITA

15 302 00029



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2019**



**PENERAPAN SHALAT TAHAJJUD DALAM MENGATASI STRES
PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD
BAQI BABUSSALAM BASILAM BARU KECAMATAN BATANG
ANGKOLA TAPANULI SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Syarat-syarat
Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam*

Oleh:

YUNI ASNITA

NIM: 15 3020 0029

PEMBIMBING I

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

PEMBIMBING II

Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PADANGSIDIMPUAN**

2019



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Hal : Skripsi
An. Yuni Asnita
Lamp : 7 (Tujuh) Exemplar

Padangsidimpuan, 17 Sept 2019
Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu
Komunikasi IAIN Padangsidimpuan
Di-
Padangsidimpuan

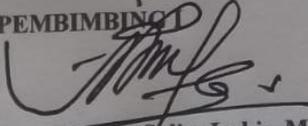
Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n Yuni Asnita yang berjudul "*Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan*" maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas-tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Padangsidimpuan.

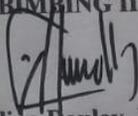
Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut sudah dapat menjalankan sidang munaqosyah untuk mempertanggungjawabkan skripsinya ini.

Demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

PEMBIMBING I


Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

PEMBIMBING II


Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4.5 Sihitang Padangsidimpuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yunu Asnita
NIM : 15 302 000 29
Fakultas/Program studi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI-1
Judul skripsi : **Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.**

Dengan ini menyatakan, menyusun skripsi sendiri tanpa menerima bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana yang tercantum dalam pasal 19 ayat 4 tentang kode etik Mahasiswa IAIN Padangsidimpuan yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lain sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, 17 September 2019
: menyatakan,



YUNI ASNITA
NIM. 15 302 000 29



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidempuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan nama ALLAH yang Maha pengasih lagi Maha penyayang. Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yuni Asnita
NIM : 15 302 000 29
Fakultas/Program studi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI-1
Judul skripsi : **Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali berupa kutipan-kutipan dari buku-buku bahan bacaan dan wawancara.

Seiringan dengan hal tersebut, bila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil jiplakan atau sepenuhnya dituliskan pada pihak lain, maka pihak Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan dapat menarik gelar kesarjanaan dan Ijazah yang telah saya terima.

Padangsidempuan, 17 September 2019
Saya yang menyatakan,

YUNI ASNITA
NIM. 15 302 000 29



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sibitang Padangsidempuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yuni Asnita
NIM : 15 302 000 29
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : FDIK
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan hak bebas royalti non eksklusif (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan**, serta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti non eksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Padangsidempuan, 17 September 2019

Saya yang Menyatakan



YUNI ASNITA
NIM. 15 302 000 29



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH
Nomor : /In.14/F.4c/PP.00.9/12/2019

Ketua Senat Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan bersama Anggota Penguji lainnya yang diangkat oleh Rektor IAIN Padangsidempuan berdasarkan Surat Keputusan Nomor : 253 Tanggal 22 Maret 2019, setelah memperhatikan hasil ujian dari mahasiswa

Nama : Yuni Asnita
NIM : 15 302 00029
Fakultas/Jurusan : FDIK/ Bimbingan Konseling Islam

Dengan ini dinyatakan LULUS, LULUS BERSYARAT, MENGULANG dalam Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan dengan nilai 77 (B).

Dengan demikian mahasiswa tersebut telah menyelesaikan seluruh beban studi yang telah ditetapkan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan dan memperoleh **YUDISIUM :**

- A. PUJIAN
- B. SANGAT MEMUASKAN
- C. MEMUASKAN
- D. CUKUP
- E. TIDAK LULUS

Dengan Indeks Prestasi Kumulatif : 3.3 oleh karena itu kepadanya diberikan hak memakai gelar **SARJANA SOSIAL (S.Sos)** dalam Ilmu Bimbingan Konseling Islam serta segala hal yang menyertainya. Alumni ke 223.

Padangsidempuan, 26 Desember 2019
Penguji Munaqasyah

Ketua,

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

Sekretaris,

Risdawati Siregar, M.Pd
NIP. 197603022003122001

Anggota Penguji :

1. Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
(Isi/ Bahasa)
2. Risdawati Siregar, M.Pd
(Umum)
3. Drs. Hamlan, MA
(Metodologi)
4. Fitro Choirunnisa, M.Psi
(Umum)

1.

2.

3.

4.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUNAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
UJIAN MUNAQASYAH SKRIPSI

NAMA : Yuni Asnita
NIM : 15 302 00029
JUDUL SKRIPSI : Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres
Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad
Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang
Angkola Tapanuli Selatan.

Ketua

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

Sekretaris

Risdawati Siregar, M.Pd
NIP. 197603022003122001

Anggota

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP. 196308211993031003

Risdawati Siregar, M.Pd
NIP. 197603022003122001

Drs. H. Hamlan, MA
NIP. 196012141999031001

Fithri Choirunnisa, M.Psi
NIP. 198101262015032003

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah
Di : Padangsidimpuan
Tanggal : 26 Desember 2019
Pukul : 08.00 s/d selesai
Hasil/Nilai : 77 (B)
IPK : 3,3
Predikat : Sangat Memuaskan



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidempuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: ~~047~~ In./F.14c/PP.00.9/12/2019

Skripsi berjudul : Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

Ditulis oleh : Yuni Asnita

NIM : 15 302 00029

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Telah dapat diterima untuk memenuhi salah satu tugas
Dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidempuan, 30 Desember 2019
Dekan



Dr. Ali Sati, M. Ag
NIP. 196209261993031 001

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Swt, yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul **“Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan”** dengan baik dan tepat waktu. Serta Sholawat beserta salam kearah Nabi Besar Muhammad Saw, karena safaat Beliaulah yang kita harapkan di hari yang tak berguna harta dan jabatan, kecuali amal yang shaleh, dan Beliaulah yang telah menghalalkan Al-Qur’an dan Sunnah sebagai pedoman bagi ummatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya, tanpa bantuan moral dan materil dari semua pihak, penulisan skripsi ini tidak terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak. Ucapan terima kasih pertama-tama disampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, MCL., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan. Bapak Dr. Darwis Dasopang, M. Ag., selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga. Bapak Dr. Anhar, MA., selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum

- Perencanaan dan Keuangan. Bapak Dr. Sumper Mulia Harahap, M. Ag., selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat belajar dan menambah wawasan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan.
2. Bapak Dr. Ali Sati, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan. Bapak Dr. Mohd. Rafiq, S. Ag., M.A., selaku Wakil Dekan Bidang Akademik. Bapak H. Agus Salim Lubis., selaku Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, perencanaan dan keuangan. Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.A., selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan, yang telah banyak membantu penulis saat menjalani kuliah dan menyusun skripsi ini.
 3. Ibu Maslina Daulay, M.A., selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam dan seluruh Bapak dan Ibu Civitas Akademik Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan yang telah banyak membantu penulis saat menjalani kuliah dan menyusun skripsi ini.
 4. Bapak Abdul Riswan Nasution, S.Sos.I., M.A selaku Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi beserta stafnya yang telah memberikan banyak motivasi dan pelayanan akademik yang memuaskan demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
 5. Bapak H. Agus Salim Lubis, M.Ag selaku Pembimbing I dan Ibu Riem Malini Pane, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah bersedia dengan tulus

meluangkan waktunya untuk membimbing, mendorong dan mengarahkan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepala perpustakaan Bapak Yusri Fahmi, S.Ag., S.S., M. Hum dan seluruh pegawai perpustakaan IAIN Padangsidempuan yang telah membantu penulis dalam hal mengadakan buku-buku yang ada kaitannya dalam penelitian ini.
7. Teristimewa buat ayahanda alm. Parlagutan Lubis dan Ibunda Silvana Wahyuni tercinta, yang telah mengasuh, membesarkan, mendidik, memberikan perhatian, kasih sayang, motivasi, do'a dan dukungan serta memberikan bantuan moril dan material kepada penulis tanpa mengenal lelah sejak dilahirkan sampai sekarang dan selalu sabar memotivasi penulis. Semoga ayah dan ibu selalu dalam lindungan Allah Swt.
8. Abanganda Zul Fahri Taher dan adinda Anjeli Safutri yang telah memberikan dukungan, perhatian, dan motivasi kepada peneliti untuk tetap semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah membalasnya dengan berlimpah kebaikan dan selalu dimudahkan Allah dalam segala urusan serta kesehatan.
9. Sahabat tercinta, Nanda Husnul Khatimah Lubis, Fitrah Rizkyani, Siti Saleha Harahap, Desi Srifatimah, Nurul Masyithoh, Yeni Hepriana Hutasuhut, Juliana Matondang, Erwina Rafni dan Wardani Chaniago yang telah memberikan dorongan, dukungan, dan motivasi serta sumbangan pemikirannya untuk menyelesaikan penelitian ini.

10. Rekan-rekan seperjuangan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI-1) angkatan 2015, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan nama-namanya satu persatu, yang telah memberikan motivasi serta dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah Swt jualah penulis serahkan segalanya serta panjatkan do'a dan semoga amal kebajikan mereka diterima di sisi-Nya, serta diberikan pahala yang berlipat ganda sesuai dengan amal perbuatannya. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga masih perlu dibenahi dan dikembangkan lebih lanjut.

Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Padangsidimpuan, 2019

YUNI ASNITA
NIM: 15 302 000 29

ABSTRAK

Nama : Yuni Asnita
NIM : 15 302 000 29
Judul : **Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan**
Kata Kunci : **Penerapan Shalat Tahajjud, Mengatasi Stres**

Penelitian ini membahas tentang penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan. Penelitian ini dilatar belakangi bahwa banyaknya aktifitas para santri yang rutin mulai dari pagi hingga malam hari di pondok pesantren Basilam, maka membuat sebahagian santri mengalami kebosanan, kejenuhan maupun stres ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran di pondok pesantren. Maka dari itu, adanya program pelaksanaan shalat Tahajjud di pondok pesantren dapat membangun spritualitas dan mengatasi stres pada diri santri, sehingga santri menjadi lebih baik.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan program shalat Tahajjud pada Pondok Pesantren, bagaimana sikap santri dalam melaksanakan shalat Tahajjud dan bagaimana manfaat shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan peristiwa, kejadian yang terjadi di lapangan sesuai dengan fakta yang ditemukan di lapangan. Dengan itu metode yang digunakan dalam penelitian adalah kualitatif dengan analisis deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan program shalat tahajjud sangat diterapkan pada santri di pondok pesantren Basilam, hingga saat sekarang ini masih berjalan dengan baik. Melalui program shalat tahajjud yang diterapkan oleh pimpinan pondok pesantren Basilam dapat merubah sikap santri menjadi lebih baik dalam mengikuti kegiatan di pondok pesantren. Sejalan dengan hal itu, maka shalat tahajjud yang dilaksanakan oleh para santri setiap malamnya dapat memberikan manfaat dalam mengatasi stres yaitu membuat pikiran dan hati santri menjadi tenang dan juga berpikir positif dalam melakukan kegiatan setiap harinya di pondok pesantren. Dengan itu dapat disimpulkan seseorang yang melaksanakan shalat tahajjud dapat memberikan manfaat bagi seseorang itu, termasuk santri.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian	6
E. Kegunaan Penelitian	6
F. Batasan Istilah	7
G. Sistematika Pembahasan.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Konseptual.....	10
1. Shalat Tahajjud	10
a) Pengertian Shalat Tahajjud.....	10
b) Awal Mulanya Hukum Shalat Tahajjud.....	12
c) Waktu untuk melaksanakan Shalat Tahajjud.....	15
d) Bilangan Rakaat Shalat Tahajjud.....	15
e) Anjuran Shalat Tahajjud.....	15
f) Keistimewaan Shalat Tahajjud	16
2. Stres.....	17
a) Pengertian Stres	17
b) Mengatasi Stres.....	18
c) Sumber-sumber Stres	19
d) Tanda-tanda Stres.....	20
e) Stres pada Setiap Periode Kehidupan	20
f) Gejala Stres.....	21
g) Tingkat dan Bentuk Stres	22
h) Dampak Stres.....	23
3. Keterkaitan Shalat Tahajjud dengan Stres	24
B. Penelitian Terdahulu	26

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
B. Jenis Penelitian	28
C. Subjek Penelitian	29
D. Sumber Data.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Pengecekan dan Keabsahan Data	33
G. Teknik Analisis Data	34

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum.....	35
B. Temuan Khusus	45

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	60
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN- LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Shalat merupakan salah satu ibadah yang diwujudkan dengan perbuatan-perbuatan yang disertai dengan ucapan-ucapan dan doa sebagai upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Shalat dapat mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar. Hal ini sebagaimana firman Allah dalam surah Al-Ankabut ayat 45 :

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

Artinya : “Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”¹

Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa shalat adalah mencegah dari perbuatan keji dan mungkar. Ibadah shalat merupakan sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Amalan tersebut adalah penghubung yang berulang kali terjadi antara seorang hamba dengan Sang Penciptanya setiap hari. Ibadah itu mampu membuat seseorang merasa begitu dekat dengan Rabbnya.²

¹ Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Al-Qur'an & Terjemahan* (Jakarta: Pustaka Jaya Ilmu, 2014), hlm. 340

² Hasan bin Ahmad Hammam, *Terapi dengan Ibadah*, (Solo: Aqwam, 2010), hlm. 221

Tujuan shalat adalah pengakuan hati bahwa Allah SWT. sebagai Pencipta adalah Mahaagung dan pernyataan patuh terhadap-Nya serta tunduk atas kesabaran dan kemuliaan-Nya, Tuhan yang Mahakekal dan Mahaabadi. Bagi mereka yang melaksanakan shalat dengan khusyuk dan ikhlas, hubungan dengan Allah SWT. akan semakin kukuh, kuat dan mampu beristiqamah dalam beribadah kepada Allah SWT. dan menjalankan ketentuan yang digariskan-Nya.³

Shalat didalam Islam ada yang wajib dan ada juga yang sunat, shalat yang wajib adalah shalat fardhu yang dilakukan lima kali dalam sehari semalam, yakni subuh, zhuhur, ashar, maghrib dan isya. Selanjutnya shalat yang sunat seperti Tahajjud. Melaksanakan shalat Tahajjud adalah suatu bentuk kesyukuran dari seseorang yang telah menyatakan keimanannya kepada Allah SWT. Sebagaimana firman Allah dalam surah Al-Insaan ayat 26 :

وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ، وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا ﴿٢٦﴾

Artinya : “dan pada sebagian dari malam, Maka sujudlah kepada-Nya dan bertasbihlah kepada-Nya pada bagian yang panjang di malam hari.”⁴

Firman Allah di atas memberikan pengertian pada sebahagian malam tunduklah kepada Tuhanmu dalam melaksanakan shalat Tahajjud pada bagian yang panjang di malam hari setelah terbangun dari tidur terlebih dahulu.

Shalat Tahajjud jika dilaksanakan dengan baik, maka banyak memiliki keutamaan serta manfaat bagi orang-orang yang mau melaksanakannya. Keutamaannya adalah shalat Tahajjud termasuk shalat yang sangat digemari oleh

³ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud Menyembuhkan Berbagai Penyakit* (Jakarta: Noura, 2012), hlm. 112

⁴Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Op.Cit.* hlm. 580

Rasulullah SAW. Bahkan dalam kondisi apapun Rasulullah berusaha untuk tetap beristiqomah dalam menjalankan shalat Tahajjud. Adapun manfaat shalat Tahajjud yaitu dapat menghapus berbagai kesalahan dan mencegah perbuatan dosa, dapat menyehatkan badan dan menghilangkan berbagai penyakit.⁵

Secara teoritis, para pengamal shalat Tahajjud pasti terjamin kesehatannya, baik secara fisik maupun mental. Jika kondisi ini dimiliki oleh siapa pun, kesehatan fisik dan ketenangan batin merupakan hasil yang langsung dapat dirasakan oleh para pengamal shalat Tahajjud. Atau dengan kata lain, para pengamal shalat Tahajjud akan terhindar dari stres.⁶

Stres adalah respons tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban yang dimiliki. Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak bisa lepas dari stres, masalahnya adalah bagaimana hidup beradaptasi dengan stres tanpa harus mengalami distress.⁷

Sehubungan dengan besarnya manfaat shalat Tahajjud maka kegiatan shalat ini biasa diterapkan sebagai salah satu program yang wajib dilaksanakan oleh santri. Salah satunya pesantren yang terletak di Desa Hutatonga yaitu pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan pada tanggal 21 sampai 25 Januari 2019 di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan, bahwa shalat

⁵ Hanafi, *Keutamaan & Keistimewaan Shalat Tahajjud* (Jakarta: Bintang Indonesia, Tth), hlm. 36

⁶ Moh. Sholeh, *Op.Cit.*, hlm 3

⁷ Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi* (Jakarta: FKUI, 2011), hlm. 17

Tahajjud merupakan salah satu program di pondok pesantren yang wajib dilaksanakan santri setiap malamnya.⁸

Peneliti wawancara langsung dengan pimpinan ponpes Akhmad Darwis yang mengatakan bahwa:

Penerapan program shalat Tahajjud sudah diterapkan sejak santri memasuki pondok pesantren Basilam dan sudah menjadi ketentuan dari kegiatan dipondok pesantren setiap malam. Hal ini yang akan membuat sikap santri menjadi lebih baik dalam melakukan kegiatan-kegiatan di pondok pesantren Basilam.⁹

Berdasarkan wawancara dengan ummi Risma (guru), diketahui bahwa pesantren tersebut memiliki sistem pendidikan sekolah dan pendidikan asrama. Pendidikan sekolah yaitu mulai dari pagi hari hingga siang hari (07.30-12.30) yaitu belajar Kitab Kuning, Matematika, Bahasa Arab, Bahasa Inggris dan lain-lain. Adapun pendidikan asrama, santri dan ummi (guru) pengurus asrama tinggal di pesantren. Santri diwajibkan mengikuti seluruh kegiatan yang sudah menjadi aturan di programkan oleh pesantren seperti: menghafal Al-Qur'an, Tasmik-menasmik, Muhasabah, Shalat Berjama'ah.¹⁰

Dengan banyaknya aktifitas para santri yang rutin mulai dari pagi hingga malam hari di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, maka membuat sebahagian dari santri merasakan bosan, jenuh dan juga lelah ketika melakukan kegiatan pembelajaran di Pondok Pesantren. Maka ini membuat santri stres pada saat melakukan kegiatan di pondok pesantren. Adapun

⁸ Peneliti, hasil observasi awal dilokasi penelitian, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 21 Januari 2019.

⁹ Wawancara dengan Pimpinan Ponpes Akhmad Darwis, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 21 Januari 2019.

¹⁰ Wawancara dengan Ummi Risma, bagian Tata Usaha Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 22 Januari 2019.

yang dimaksud stres pada santri di pondok pesantren adalah stres ringan yang memiliki ciri-ciri seperti, sering merasa letih tanpa sebab. Untuk itu pimpinan pesantren menerapkan shalat Tahajjud yang mereka lakukan setiap malam sebagai upaya mengatasi stres.¹¹

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul, **“PENERAPAN SHALAT TAHAJJUD DALAM MENGATASI STRES PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD BAQI BABUSSALAM BASILAM BARU KECAMATAN BATANG ANGKOLA TAPANULI SELATAN”**.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, mengenai penerapan shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri. Adapun fokus masalah dari penelitian ini adalah penerapan pelaksanaan program shalat Tahajjud dan bagaimana mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

¹¹ Peneliti, hasil observasi awal dilokasi penelitian, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 21-25 Januari 2019.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pelaksanaan program shalat Tahajjud pada Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan ?
2. Bagaimana sikap santri dalam melaksanakan shalat Tahajjud di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan ?
3. Bagaimana manfaat shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas dapat ditentukan tujuan penelitian yang ingin dicapai, antara lain :

1. Untuk mengetahui pelaksanaan program shalat Tahajjud pada Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.
2. Untuk mengetahui sikap santri dalam melaksanakan shalat Tahajjud di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

3. Untuk mengetahui manfaat shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini dapat dilihat dari dua aspek, yakni :

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan BKI dan dapat dijadikan sebagai referensi utamanya yang berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian ini.

2. Secara praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dan bahan evaluasi bagi santri-santri utamanya santri Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan, untuk semakin partisipatif dan serius dalam melaksanakan shalat Tahajjud dalam upaya meningkatkan kualitas yang baik bagi santri.
- b. Untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi salah satu syarat mencapai gelar S.Sos dalam Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan.

F. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap istilah yang dipakai dalam judul penelitian ini, maka dibuat istilah sebagai berikut :

1. Penerapan adalah proses, cara, perbuatan menerapkan, pemasangan, pemanfaatan, perihal mempraktikan.¹² Penerapan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penerapan shalat Tahajjud yang dilakukan di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.
2. Tahajjud artinya bangun dari tidur. Shalat Tahajjud adalah shalat sunat yang dilakukan pada waktu malam, sedikitnya dua rakaat dan sebanyak-banyaknya tidak terbatas dan dikerjakan setelah bangun tidur, sekalipun hanya sebentar.¹³ Secara harfiah dapat dipahami sebagai menghidupkan malam, yaitu mengikuti waktu malam untuk tekun menjalankan ibadah kepada Allah SWT.
3. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari.¹⁴ Dimana dalam penelitian ini stres yang dimaksud peneliti adalah stres ringan.
4. Santri adalah anak didik dalam lingkungan pondok pesantren.¹⁵ Santri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah santriwati yang menetap di asrama

¹² Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 321

¹³ Moh. Sholeh, *Op.Cit.*, hlm 3

¹⁴ Priyoto, *Konsep Manajemen Stress* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), hlm. 2

¹⁵ Abdul Qadir Djaelani, *Peran Ulama dan Santri Dalam Perjuangan Politik Islam di Indonesia* (Jakarta: Bina Ilmu, 1994), hlm 7

Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru
Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah pembahasan skripsi ini peneliti membaginya menjadi (lima) bab, dan beberapa bab yang satu dengan yang lainnya saling berhubungan secara spesifik dan sistematis. Untuk mempermudah penulisan skripsi ini, maka disusun sistematika pembahasannya sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan yang terdiri dari Latar Belakang Masalah, Fokus Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian, Batasan Istilah dan Sistematika Pembahasan.

Bab II Kajian Pustaka yang terdiri dari Shalat Tahajjud, Stres, Keterkaitan Shalat Tahajjud dengan Stres dan Penelitian Terdahulu.

Bab III Metodologi Penelitian yang terdiri dari tempat dan waktu penelitian, jenis penelitian, subjek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, pengecekan dan keabsahan data dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian. Bab ini membahas tentang temuan umum dan temuan khusus. Temuan Umum diantaranya Letak Geografis, Sejarah Perkembangan, Santri dan Sarana Prasarana. Adapun Temuan Khususnya menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini.

Bab V Penutup yang terdiri dari Kesimpulan dan Saran-saran.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Konseptual

1. Shalat Tahajjud

a. Pengertian Shalat Tahajjud

Shalat secara bahasa berarti doa. Ibadah shalat dinamai doa karena dalam shalat itu mengandung doa. Shalat juga dapat berarti doa untuk mendapatkan kebaikan atau shalawat bagi Nabi Muhammad SAW. Secara terminologi, shalat adalah suatu ibadah yang terdiri atas ucapan dan perbuatan tertentu yang dimulai dengan *takbiratul ihram* dan diakhiri dengan salam dengan.¹ Ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan shalat antara lain adalah sebagai berikut:

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ۚ فَإِذَا
أَطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَىٰ الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا
مَّوْقُوتًا

Artinya : “Maka apabila kamu telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka dirikanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya shalat itu adalah fardhu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.” (Q.S An-Nisa: 103)²

¹ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud Menyembuhkan Berbagai Penyakit* (Jakarta: Noura, 2012), hlm. 111

² Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Al-Qur'an & Terjemahan* (Jakarta: Pustaka Jaya Ilmu, 2014), hlm. 82

Berdasarkan ayat diatas dapat diketahui apabila telah mengerjakan shalat, maka tetaplah mengingat Allah dalam seluruh kondisi apapun. Kemudian apabila telah hilang rasa ketakutan itu, maka kerjakanlah shalat dengan sempurna dan jangan menyepelekan, karena sesungguhnya shalat itu wajib pada waktu-waktu yang telah dimaklumi dalam syariat.

Selanjutnya adapun secara hakekat, shalat mengandung pengertian berharap hati (jiwa) kepada Allah dan mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan di dalam jiwa rasa keagungan, kebesaran-Nya dan kesempurnaan kekuasaan-Nya.³

Dalam shalat dilakukan berbagai aktivitas yang menunjukkan keagungan Allah dan kelemahan manusia; ada dalam bentuk pernyataan, doa dan zikir. Di dalamnya sangat banyak sekali unsur-unsur pendidikan qalb, misalnya tawaddu' (rendah hati), raja' (penuh harapan), khawuf (takut) dan mahabbah (cinta).⁴

Shalat Tahajjud adalah shalat sunat yang dilakukan pada waktu malam, sedikitnya dua rakaat dan sebanyak-banyaknya tidak terbatas dan dikerjakan setelah bangun tidur, sekalipun hanya sebentar.⁵

Shalat Tahajjud akan menciptakan kebahagiaan jiwa dan kedamaian di dalam dada. Ketenangan jiwa akan dapat dirasakan oleh orang yang mengamalkan shalat tahajjud, sehingga mampu menghadapi

³ Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2001), hlm. 20

⁴ Haidar Putra Daulay, *Qalibun Salim* (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 107

⁵ Hanafi, *Keutamaan & Keistimewaan Shalat Tahajjud* (Jakarta: Bintang Indonesia, Tth),

berbagai persoalan hidup dengan tenang. Sebagaimana firman Allah dalam surah Adz-Dzariyat ayat 15-18 sebagai berikut:

إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ ﴿١٥﴾ ءَاخِذِينَ مِمَّا آتَاهُم رَّبُّهُمْ إِنَّهُمْ كَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ مُحْسِنِينَ ﴿١٦﴾ كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ ﴿١٧﴾ وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴿١٨﴾

Artinya : Sesungguhnya orang-orang yang bertaqwa itu berada dalam taman-taman (syurga) dan mata air-mata air, sambil menerima segala pemberian Rabb mereka. Sesungguhnya mereka sebelum itu di dunia adalah orang-orang yang berbuat kebaikan, di dunia mereka sedikit sekali tidur diwaktu malam, dan selalu memohonkan ampunan diwaktu pagi sebelum fajar.

Dari ayat tersebut diatas dapat diketahui bahwa Allah memerintahkan hamba-Nya untuk melaksanakan shalat malam, yakni shalat Tahajjud yang merupakan suatu ibadah tambahan yang memiliki banyak manfaat dan kegunaan. Bagi seseorang yang mengamalkan ibadah shalat Tahajjud Allah akan mengangkat mereka ke tempat yang terpuji.

Dengan demikian shalat tahajjud merupakan suatu ibadah sunat yang dilakukan pada tengah malam, setelah bangun dari tidur. Jadi apabila dikerjakan tanpa tidur sebelumnya, maka ini bukan shalat tahajjud, tetapi shalat sunat biasa seperti witir atau shalat hajjad dan sebagainya.⁶

⁶ Nawawi, *Tuntunan Sholat Sunnat Beserta cara Mengerjakannya* (Ttp: Citra Amanda, Tth), hlm. 27

b. Awal Mula Hukum Shalat Tahajjud

Awal mulanya Allah SWT mewajibkan untuk melaksanakan shalat tahajjud layaknya shalat fardhu. Berkaitan dengan hal ini Allah SWT berfirman surah Al-Muzammil ayat 1-4 :

يَا أَيُّهَا الْمَزْمَلُ ﴿١﴾ قُمْ أَلَيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾ نَصِّفَهُرَ أَوْ أَنْقُصْ مِنْهُ
 قَلِيلًا ﴿٣﴾ أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا ﴿٤﴾

Artinya : Hai orang yang berselimut (Muhammad), bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. atau lebih dari seperdua itu. dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan.⁷

Berdasarkan ayat diatas dapat diketahui bahwa seseorang yang berselimut dengan kain selimutnya, bangkitlah untuk melaksanakan shalat di malam hari kecuali sedikit darinya. Bangkitlah setengah malam atau kurang dari setengah hingga sepertiga atau tambhlah di atas setengah hingga dua pertiga. Bacalah Al-Qur'an dengan tenang dan pelan, dengan huruf-huruf dan waqaf-waqaf yang jelas.

Shalat malam ini mula-mula wajib, yakni sebelum turun ayat ke-20 surat Muzammil. Setelah turunnya ayat ke-20 surat Muzammil tersebut, hukumnya menjadi sunat. Sayid Qutub sebagaimana di kutib S.Thabrani menjelaskan asbab an-nuzul (sebab-sebab turunnya) dari surah Al-Muzzammil ayat 1-9 ialah “suatu hari Nabi Muhammad SAW mendapat berita bahwa para pembesar suku Quraisy telah berkumpul disuatu tempat yang bernama Darun Nadwah. Pada saat itu kaum

⁷ Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Op.Cit.*, hlm. 988

Quraisy sedang mengatur sebuah rencana untuk membaca ayat-ayat Allah pada sebagian malam ketika mereka melakukan shalat.⁸

Setelah satu tahun empat bulan shalat tahajjud dijalankan, turunlah wahyu ayat ke-20 dari surah Al-Muzzammil, yang kabar perubahan hukum shalat tahajjud bagi umat Islam. Semula shalat tahajjud wajib telah berubah menjadi sunah. Tentang perubahan hukum dari shalat tahajjud sendiri dijelaskan dalam firman-Nya terdapat dalam surah Al-Muzzammil ayat 20 yang berbunyi :

﴿ إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَآئِفَهُ ۚ
 مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ ۚ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ۚ عَلِمَ أَن لَّنْ نَّحْصُوهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ ۚ
 فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ۚ عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنكُم مَّرْضَىٰ ۚ وَآخَرُونَ
 يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِن فَضْلِ اللَّهِ ۚ وَآخَرُونَ يُقْتُلُونَ فِي سَبِيلِ
 اللَّهِ ۚ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ ۚ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَأَقْرِضُوا اللَّهَ
 قَرْضًا حَسَنًا ۚ وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ مِن خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرًا
 وَأَعْظَمَ أَجْرًا ۚ وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۝﴾

Artinya : “Sesungguhnya Tuhanmu mengetahui bahwasanya kamu berdiri (sembahyang) kurang dari dua pertiga malam, atau seperdua malam atau sepertiganya dan (demikian pula) segolongan dari orang-orang yang bersama kamu. dan Allah menetapkan ukuran malam dan siang. Allah mengetahui bahwa kamu sekali-kali tidak dapat menentukan batas-batas waktu-waktu itu, maka Dia memberi keringanan kepadamu, karena itu bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran. Dia mengetahui bahwa akan ada di antara kamu orang-orang

⁸ S.Thabrani, *Menyingkap Rahasia Shalat Tahajjud* (Jakarta: Bintang Indonesia, 2004), hlm. 9

yang sakit dan orang-orang yang berjalan di muka bumi mencari sebagian karunia Allah; dan orang-orang yang lain lagi berperang di jalan Allah, Maka bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran dan dirikanlah sembahyang, tunaikanlah zakat dan berikanlah pinjaman kepada Allah pinjaman yang baik. dan kebaikan apa saja yang kamu perbuat untuk dirimu niscaya kamu memperoleh (balasan)nya di sisi Allah sebagai Balasan yang paling baik dan yang paling besar pahalanya. dan mohonlah ampunan kepada Allah; Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.⁹

Ayat kedua puluh ini memberikan keringanan kepada para sahabat hingga akhirnya shalat tahajjud menjadi sunah hukumnya. Namun, dalam sebuah hadist yang lain dijelaskan, bahwa shalat tahajjud hukumnya tetap wajib bagi Rasulullah SAW dan para nabi sebelum beliau, begitu pendapat yang diutarakan oleh Ibnu Abbas dari ‘Aisyah.¹⁰

c. Waktu untuk melaksanakan shalat Tahajjud

Adapun waktu untuk mengerjakan shalat tahajjud ialah sesudah shalat isya’ sampai terbit fajar. Rentang waktu malam tersebut dapat dibagi menjadi tiga bagian :

- 1) Sepertiga malam pertama, kira-kira pukul 19.00 - 20.00
- 2) Sepertiga malam kedua, kira-kira pukul 22.00 - 01.00
- 3) Sepertiga malam ketiga, kira-kira pukul 01.00 – 04.00¹¹

⁹ Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Op.Cit.*, hlm. 24

¹⁰ S.Thabrani, *Op.Cit.*, hlm. 14

¹¹ Nawawi, *Op.Cit.*, hlm. 27

d. Bilangan Rakaat Shalat Tahajjud

Shalat tahajjud dikerjakan minimal dua rakaat dan maksimal tidak terbatas bilangan rakaatnya. Bagi seseorang yang ingin mengerjakan lebih dari dua rakaat, sebaiknya dikerjakan dengan dua rakaat satu salam, begitu seterusnya.¹²

e. Anjuran Shalat Tahajjud

Melaksanakan shalat tahajjud adalah salah satu bentuk kesyukuran seseorang yang telah menyatakan keimanannya kepada Allah SWT. Ibadah inipun dimaksudkan untuk diri mereka sendiri, karena dengan melaksanakan shalat tahajjud mereka akan mendapat kemuliaan di sisi Tuhannya.¹³

Firman Allah SWT terdapat dalam surah Al-Isra' ayat 79 sebagai berikut:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ ۗ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Artinya : “dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang terpuji.”¹⁴

Firman Allah SWT di atas memberikan pengertian bahwa shalat Tahajjud dianjurkan untuk dilakukan pada setiap manusia. Saat itulah manusia sangat dekat dengan Tuhan-Nya sehingga segala

¹² Hanafi, *Op.Cit*, hlm. 12

¹³ *Ibid*, hlm. 15

¹⁴ Tim Penyusun Departemen Agama RI, *Op.Cit.*, hlm. 283

permintaan dan permohonan akan segera terkabulkan, baik mohon kebahagiaan didunia maupun kebahagiaan diakhirat.

f. Keistimewaan Shalat Tahajjud

Menjalankan shalat Tahajjud, hasilnya bisa memberikan manfaat bagi orang yang mengerjakannya, yaitu keselamatan dan kesenangan dunia dan akhirat, yaitu antara lain sebagai berikut:

- 1) Wajahnya akan memancarkan cahaya keimanan.
- 2) Diperlihara oleh Allah dirinya dari segala macam marabahaya.
- 3) Setiap perkataannya mengandung arti dan diturut oleh orang yang mengenalnya.
- 4) Dibangkitkan dari kuburnya dengan wajah yang bercahaya.
- 5) Diberi kitab amalnya ditangan kanannya.
- 6) Dimudahkan hisabnya.
- 7) Berjalan diatas shirath bagaikan kilat.¹⁵

2. Stres

a. Pengertian Stres

Stres adalah suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena persediaan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya. Goldenson mengatakan stres adalah

¹⁵ Nawawi, *Op.Cit.*, hlm. 28

suatu kondisi atau situasi internal atau lingkungan yang membebankan tuntutan penyesuaian terhadap individu yang bersangkutan.¹⁶

Kata stres biasa digunakan untuk mengartikan reaksi seseorang dalam menghadapi suatu masalah. Stres bisa timbul akibat hal-hal sepele. Stres ringan adalah suatu rangsangan yang menegangkan psikologis dari suatu organisme, tekanan-tekanan fisik dan psikologis yang menekan organ tubuh dan diri sendiri yang dikarenakan adanya kecemasan.¹⁷

Stres adalah suatu bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi oleh individu. Hal ini terjadi jika seseorang dihadapkan dengan peristiwa yang mereka rasakan sebagai mengancam kesehatan fisik atau psikologisnya. Stres yang berlanjut dapat menimbulkan gangguan emosi yang menyakitkan seperti kecemasan dan depresi. Konseli yang mengalami stres ringan dan sedang masih bisa dibantu konselor dengan konseling, tetapi bila stres yang dideritanya kategori berat, maka konselor harus merujuk kepada psikiater.¹⁸

Stres juga adalah respons individu terhadap *stresor*, yaitu situasi dan peristiwa yang mengancam mereka dan menuntut kemampuan *coping* mereka. Beberapa stresor bersifat *akut* ; dengan perkataan lain, beberapa stresor dapat berupa peristiwa yang dapat

¹⁶ Zulfan Saam dan Sri Wahyuni, *Psikologi Keperawatan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), hlm. 126

¹⁷ Priyoto, *Konsep Manajemen Stress* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), hlm. 8

¹⁸ Hartono & Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm 86

terjadi secara tiba-tiba. Stresor lain bersifat *kronis*, atau jangka waktu yang lama, seperti kekurangan gizi atau terkena HIV-positif.¹⁹

Jadi stres merupakan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Reaksi tubuh terhadap stres misalnya berkeringat dingin, napas sesak, dan jantung berdebar-debar. Reaksi psikis terhadap stres misalnya frustrasi, tegang, marah, dan agresi.²⁰

b. Mengatasi Stres

Adapun cara-cara mengatasi stres adalah :

- 1) Melakukan rileksasi
- 2) Melakukan olahraga
- 3) Menjaga asupan gizi seimbang
- 4) Melancong atau rekreasi
- 5) Memancing
- 6) Menanam atau memelihara bunga
- 7) Membicarakan masalah yang dihadapi dengan orang lain
- 8) Melakukan yoga
- 9) Membacakan Al-Qur'an
- 10) Melakukan dzikir
- 11) Mendirikan shalat tahajjud
- 12) Menciptakan variasi kerja.²¹

¹⁹ John W. Santrock, *Remaja* (terjemahan dari Adolescence) (Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 2007), hlm. 297

²⁰ Priyoto, *Op.Cit.*, hlm. 3

²¹ Zulfan Saam dan Sri Wahyuni, *Op.Cit.*, hlm. 130

c. Sumber-sumber Stres

Kondisi stres dapat disebabkan oleh berbagai penyebab atau sumber, dalam istilah yang lebih umum disebut *stresor*. Stresor adalah keadaan atau situasi, objek atau individu yang dapat menimbulkan stres.²²

Sumber-sumber stres itu antara lain sebagai berikut:

1) Peristiwa hidup

Orang yang mengalami perubahan hidup yang besar memperlihatkan insiden yang lebih tinggi untuk menderita penyakit *kardiovaskuler* dan kematian dini dibandingkan orang yang tidak mengalami perubahan hidup besar. Sebuah studi baru-baru ini menemukan bahwa remaja yang memiliki ide bunuh diri cenderung pernah mengalami peristiwa hidup yang negatif ditahun sebelumnya dibandingkan remaja yang tidak memiliki ide bunuh diri.

2) Kerumitan sehari-hari

Sebuah studi memperlihatkan bahwa kerumitan sehari-hari yang paling sering ditemui oleh siswa adalah menyia-nyiakan waktu, merasa kesepian dan kekhawatiran tidak mampu memenuhi standar prestasi yang tinggi. Siswa juga menjadikan peristiwa-peristiwa kecil dalam kehidupan bersenang-senang, tertawa, menonton film, berkumpul bersama teman-teman dan menyelesaikan tugas sebagai sumber utama dalam membuat hidup lebih menggairahkan.

3) Faktor-faktor sosial dan budaya

Faktor-faktor sosial-budaya dapat membantu menentukan stresor manakah yang cenderung dialami individu, apakah individu memandang peristiwa-peristiwa sebagai stres. Sebagai contoh mengenai peran faktor sosial-budaya terhadap stres, seperti gender, konflik antarbudaya, dan kemiskinan.²³

d. Stres pada Setiap Periode Kehidupan

1) Stres pada masa bayi

Situasi stres yang umumnya dialami oleh bayi merupakan pengaruh lingkungan yang tidak ramah. Selain itu, juga karena adanya keharusan bagi bayi untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan atau peraturan orangtua. Kemampuan penyesuaian diri bayi terhadap tuntutan tersebut ternyata tidak berlangsung secara otomatis, tetapi melalui proses yang tidak jarang menimbulkan kesulitan. Pada proses penyesuaian diri inilah, bayi sering mengalami stres.

²² Priyoto, *Op.Cit.*, hlm. 2

²³ John W. Santrock, *Op.Cit.*, hlm. 300

2) Stres pada masa anak

Stres pada masa anak-anak biasanya bersumber dari keluarga, sekolah, atau teman mainnya. Stres yang bersumber dari keluarga antara lain kurangnya curahan kasih sayang dari orangtua dan perubahan status keluarga. Sedangkan sumber stres yang berasal dari sekolah diantaranya sikap atau perlakuan guru yang kasar, kurang berhasil dalam bidang akademis, dan kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas dari guru saat pembelajaran.

3) Stres pada masa remaja

Ada kepercayaan yang sudah populer di masyarakat bahwa masa remaja merupakan masa stres dalam perjalanan hidup seseorang. Sumber utama terjadinya stres pada masa ini adalah konflik atau pertentangan antara dominasi peraturan dan tuntutan orangtua dengan kebutuhan remaja untuk bebas dari peraturan tersebut.

4) Stres pada masa dewasa

Stres yang dialami oleh orang dewasa pada umumnya bersumber dari beberapa faktor. Diantaranya adalah karena kegagalan perkawinan, ketidakharmonisan hubungan dalam keluarga, masalah nafkah hidup atau kehilangan pekerjaan, gangguan fisik, anak yang nakal dan lain sebagainya.²⁴

e. Gejala Stres

Gejala terjadinya stres secara umum terdiri dari dua gejala, sebagai berikut :

1) Gejala fisik

Beberapa bentuk gangguan fisik yang sering muncul pada stres adalah nyeri dada, diare selama beberapa hari, sakit kepala, mual, jantung berdebar, lelah, sukar tidur, dan lain-lain.

2) Gejala psikis

Bentuk gangguan psikis yang sering terlihat adalah cepat marah, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, tidak mampu menyelesaikan tugas, perilaku *impulsive*, reaksi berlebihan terhadap

²⁴ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Jogjakarta: IRCiSoD, 2012), hlm. 190

hal sepele, daya kemampuan berkurang, tidak mampu santai pada saat yang tepat, tidak tahan terhadap suara atau gangguan lain dan emosi yang tidak terkendali. Peristiwa yang tidak dapat dikendalikan dan tidak dapat diprediksi atau yang menentang pandangan terhadap diri sendiri, maka cenderung dirasakan sebagai stres.²⁵

f. Tingkat dan Bentuk Stres

Stres sudah menjadi bagian hidup masyarakat. Mungkin tidak ada manusia biasa yang belum pernah merasakan stres. Stres kini menjadi manusiawi selama tidak berlarut-larut dan berkepanjangan. Berdasarkan gejalanya, stres dibagi menjadi tiga tingkat yaitu :

1) Stres Ringan

Stres ringan adalah stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti terlalu banyak tidur, kemacetan lalu-lintas, kritikan dari atasan. Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Sedangkan ciri-cirinya yaitu penglihatan tajam, cadangan energi menurun, dan sering merasa letih tanpa sebab. Kadang-kadang terdapat gangguan sistem seperti pencernaan, otot dan perasaan tidak santai.

2) Stres Sedang

Berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Situasi perselisihan yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga merupakan

²⁵ Priyoto, *Op.Cit.*, hlm. 4

penyebab stres. Sedangkan ciri-cirinya yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur dan badan terasa ringan.

3) Stres Berat

Stres berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan financial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis, sosial pada usia lanjut.

Istilah stres yang digunakan masyarakat dalam kehidupan sehari-hari umumnya mengacu pada perasaan atau reaksi negatif terhadap suatu peristiwa. Istilah yang dapat membedakan bentuk stres, yaitu:

- a) Distres merupakan stres yang berbahaya dan merusak keseimbangan fisik, psikis atau sosial individu.
- b) Eustres merupakan stres yang menguntungkan dan konstruktif bagi kesejahteraan individu.²⁶

g. Dampak Stres

Dampak stres dibedakan dalam 3 kategori, yakni:

1) Dampak Fisiologik

²⁶ *Ibid*, hlm. 9

Secara umum orang yang mengalami stres mengalami sejumlah gangguan fisik seperti : mudah masuk angin, mudah pening-pening, kejang otot (kram), mengalami kegemukan atau menjadi kurus yang tidak dapat dijelaskan, juga bisa menderita penyakit yang lebih serius.

2) Dampak Psikologis

- a) Kelebihan emosi, jenuh, penghayatan ini merupakan tanda pertama dan penyerapan sentral bagi terjadinya *burn-out*.
- b) Kewalahan/keletihan emosi, dapat melihat ada kecenderungan yang bersangkutan.
- c) Pencapaian pribadi yang bersangkutan menurun, sehingga berakibat pula menurunnya rasa kompeten dan rasa sukses.

3) Dampak Perilaku

- a) Manakala stres menjadi distress, prestasi belajar menurun dan sering terjadi tingkah laku yang tidak berterima oleh masyarakat.
- b) Level stres yang cukup tinggi berdampak negatif pada kemampuan mengingat informasi, mengambil keputusan, mengambil langkah tepat.
- c) Stres yang berat seringkali banyak membolos atau tidak aktif mengikuti kegiatan pembelajaran.²⁷

²⁷ *Ibid*, hlm. 11

3. Keterkaitan Shalat Tahajjud dengan Stres

Shalat tahajjud yang dijalankan dengan penuh kesungguhan, khusyuk, tepat, ikhlas, dan kontinu diduga dapat menumbuhkan persepsi dan motivasi positif dan mengefektifkan *coping*. Respon emosi positif (*positive thinking*) dapat menghindarkan reaksi stres. Dalam hal mengontrol respon emosi, dapat diupayakan dengan beberapa alternatif strategi sebagai berikut:

- a. Taylor menganjurkan *Cognitive redefenition*, yaitu di mana seseorang dibantu untuk melihat masalah dari sisi pandangan yang lebih positif.
- b. Lazarus menganjurkan *Cognitive restructuring*, yaitu upaya mengubah persepsi menjadi lebih realitas dan konstruktif tentang *stressor*.

Orang yang menjalankan shalat tahajjud akan memenuhi dua strategi di atas karena esensi hikmah yang dapat diperoleh dari shalat sendiri adalah hidup realistis, selalu optimis dalam kesiapan menghadapi berbagai problema hidup yang dihadapi sehingga orang tetap bersikap konstruktif.²⁸

Jika seseorang dapat menghayati makna kata-kata dalam shalat, orang tersebut dimungkinkan dapat mengendalikan berbagai kondisi yang dihadapi. Artinya shalat tahajjud dapat mengefektifkan *coping*. *Coping* didefenisikan sebagai upaya kognitif maupun perubahan sikap untuk mengatasi dan mengendalikan kondisi yang dimiliki sebagai *stressor*. Respon biologis dapat dipengaruhi oleh proses *coping* karena, bila *coping* berhasil, *stressor* bukan lagi menjadi *stressor*, yang menimbulkan reaksi stres, melainkan menjadi stimuli untuk berprestasi. Hal ini menerangkan bagaimana proses *coping*

²⁸ Moh. Sholeh, *Op.Cit.*, hlm 142

dapat menyebabkan perubahan atau perbaikan pada ketahanan tubuh imunologik.²⁹

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa shalat tahajjud dapat menjaga homeostasis tubuh. Ini berarti bahwa Allah SWT. mensyariatkan shalat tahajjud dan dijalankan dengan ikhlas, bukan untuk kepentingan Allah SWT. melainkan untuk kepentingan bagi orang yang menjalani itu sendiri. Maka dari itu, seseorang yang mengamalkan shalat tahajjud akan dapat menghilangkan perasaan pesimis, rendah diri, minder, kurang berbobot dan berganti dengan sikap selalu optimis, penuh percaya diri, pemberani tanpa disertai sifat sombong dan takabur.³⁰

Shalat tahajjud berdasarkan hasil penelitian Moh. Sholeh merekomendasikan hal-hal sebagai berikut :

- 1) Shalat tahajjud dapat digunakan sebagai alternatif untuk memperbaiki respons emosional positif dan mengefektifkan *coping*.
- 2) Shalat tahajjud dapat digunakan sebagai alternatif meningkatkan dan memperbaiki daya tahan tubuh imunologik dan menghilangkan nyeri pasien penyakit kanker.
- 3) Shalat tahajjud yang dilakukan secara tepat, khusyuk, ikhlas, dan kontinu dapat menurunkan sekresi hormon kortisol.³¹

Maka dari itu shalat tahajjud sangat berkaitan dengan stres dimana seseorang yang melaksanakan shalat tahajjud dengan khusyuk dan ikhlas bisa

²⁹ *Ibid*, hlm 145

³⁰ *Ibid*, hlm 123

³¹ *Ibid*, hlm 191

mendatangkan mental yang sehat, khususnya memberikan manfaat besar pada kesehatan jasmani sehingga berpengaruh kepada psikologi kesehatan.

B. Penelitian Terdahulu

Telah banyak yang membahas tentang *Pengalaman Shalat Tahajjud*. Dari hasil penelusuran ditemukan berbagai karya ilmiah yang diantaranya adalah berupa skripsi sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Umami Latifah, berjudul *Shalat Tahajjud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa*, mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan, Tahun 2016. Penelitiannya membahas tentang shalat Tahajjud dijadikan sebagai terapi yang dapat mewujudkan ketenangan jiwa seseorang yang mengarahkan kejalan yang lebih baik dan bagus. Adapun penelitian yang peneliti lakukan membahas tentang sejauhmana penerapan shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kec. Batang Angkola Tapanuli Selatan.
2. Penelitian oleh Atikah Nuri, berjudul *Pengaruh Pelaksanaan Shalat Tahajjud Terhadap Perilaku Santri Pondok Pesantren Al-Ansor Manunggang Julu Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan*. Penelitiannya membahas tentang pengaruh dalam melaksanakan shalat Tahajjud terhadap perilaku santri, agar santri memiliki perilaku yang lebih baik dan agar tercipta santri yang memiliki akhlakul karimah. Adapun penelitian yang peneliti lakukan membahas

tentang sejauhmana penerapan shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kec. Batang Angkola Tapanuli Selatan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru yang berada di Jl Mandailing, Km. 11,5 Desa Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dimulai dari bulan Januari 2019 sampai dengan bulan Oktober 2019.

B. Jenis penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang dilakukan di lapangan bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan peristiwa, kejadian yang terjadi di lapangan sesuai dengan fakta yang ditemukan di lapangan.¹ Adapun pendekatan yang peneliti gunakan adalah pendekatan kualitatif dengan analisis deskriptif.

Metode penelitian Kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-

¹ Rosady Ruslan, *Metode Penelitian: Public Relation & Komunikasi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004), hlm. 32

orang dan perilaku yang diamati.² Dengan itu dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya penelitian ini merupakan kegiatan penelitian untuk mengumpulkan data, menyajikan informasi dan selanjutnya mendeskripsikan keadaan sebenarnya yang terjadi di lapangan mengenai penerapan shalat Tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru dan kemudian menarik kesimpulan berdasarkan fakta yang ada di lapangan.

C. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah pimpinan dan pembimbing santri di pondok pesantren yang bertugas menerapkan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

Jadi dalam penelitian ini untuk mengetahui penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di pondok pesantren, tidak saja berfokus pada pembimbing santri saja, namun bisa cari tahu melalui para santri yang berada di pondok pesantren.

D. Sumber Data

Sumber data adalah individu yang menjadi responden penelitian dalam memperoleh data yang berguna untuk penelitian. Sumber data dilihat

² Lexy J. Moloeng *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 4

dari segi sumber perolehan data, atau dari mana data tersebut berasal secara umum dalam penelitian ada dua jenis yaitu:

1. Data Primer

Data primer adalah data pokok penelitian.³ Data primer adalah dapat berupa hasil penelitian di lapangan bentuk tertulis maupun lisan yang bersumber dari informan penelitian yakni pimpinan dan pembimbing santri berjumlah 3 orang yang membimbing dalam asrama di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

2. Data sekunder

Data sekunder adalah sumber data pendukung atau pelengkap yang diperoleh dari santri yang berjumlah 20 orang yakni menerapkan shalat tahajjud dalam mengatasi stres di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, alat pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan Wawancara.

1. Observasi

Observasi adalah suatu penelitian yang dijalankan secara sistematis diadakan dengan menggunakan alat indra (terutama mata) atas

³ *Ibid.*, hlm 400

kejadian-kejadian yang berlangsung dapat ditangkap dalam waktu kejadian itu berlangsung.⁴ Ada dua jenis observasi yaitu:

- a. Observasi partisipan adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan dimana peneliti benar-benar dalam keseharian responden.
- b. Observasi non partisipan adalah observasi yang dalam pelaksanaannya tidak melibatkan peneliti sebagai partisipan.⁵

Adapun jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan yaitu observasi yang melibatkan peneliti atau bertindak sebagai observer secara langsung dalam kegiatan pengamatan di lapangan, dalam observasi ini peneliti mengamati penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Babussalam Basalam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Maksud mengadakan wawancara, seperti ditegaskan oleh Lincoln dan Guba

⁴ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)* (Yogyakarta: Andi, 2010), hlm. 61

⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 140

antara lain: mengkontruksi mengenai orang, kejadian, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain.⁶

Ada dua jenis wawancara, yaitu :

- a. Wawancara berstruktur adalah wawancara dimana pewawancara terlebih dahulu mempersiapkan pedoman tertulis tentang masalah yang akan diteliti.
- b. Wawancara tidak berstruktur adalah dimana pewawancara dengan bebas menanyakan berbagai pertanyaan kepada partisipan dalam urutan manapun tergantung pada fokus penelitian.⁷

Adapun jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara berstruktur, yang dimana wawancara ini dilakukan dengan terlebih dahulu pewawancara mempersiapkan pedoman wawancara (*guide*) tertulis tentang objek yang ditanyakan kepada responden atau terwawancara (*interviewe*). Pedoman wawancara tersebut yang digunakan oleh pewawancara sebagai alur yang harus diikuti, mulai dari awal sampai akhir wawancara.⁸

F. Pengecekan dan Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif diperlukan keabsahan data. Adapun teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

⁶ Lexi J. Moleong, *Op. Cit.*, hlm. 186

⁷ Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2005), hlm. 193

⁸ Burhan Bungin, *Metedologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Premada Media, 2011), hlm.

1. Perpanjangan keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan berarti peneliti tinggal di lapangan penelitian sampai kejenuhan pengumpulan data tercapai. Dipihak lain, perpanjangan keikutsertaan juga dimaksudkan untuk membangun kepercayaan para subjek terhadap peneliti dan juga kepercayaan diri peneliti sendiri.

2. Ketekunan pengamatan.

Ketekunan pengamatan berarti mencari secara konsisten interpretasi dengan berbagai cara dalam kaitan dengan proses analisis yang konstan atau tentatif. Mencari suatu usaha membatasi berbagai pengaruh. Mencari apa yang dapat diperhitungkan dan apa yang tidak dapat. Ketekunan pengamatan bermaksud menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.⁹

3. Trianggulasi

Trianggulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai perbandingan.¹⁰

Trianggulasi yang dilakukan peneliti dengan cara:

1. Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.
2. Membandingkan hasil penelitian dengan fakta di lapangan.¹¹

⁹ Lexy J. Moleong, *Op.Cit*, hlm. 320

¹⁰ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 178

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dilaksanakan dengan cara kualitatif yang akan disajikan dalam bentuk deskriptif (paparan) dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Reduksi data adalah data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok sesuai dengan masalah.
2. Deskripsi data menggunakan dimensi secara sistematis, secara deduktif dan induktif sesuai dengan sistematika pembahasan.
3. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum pasti sehingga diteliti menjadi jelas.¹²

¹¹ Burhan Bungin, *Op.Cit*, hlm. 177

¹² Ariesto Hadi Supoto dan Adrianus Arief, *Terampil Mengolah Data Kualitatif dengan NVIVO* (Jakarta: Kencana, 2010), hlm. 7

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1. Letak geografis dan Fasilitas Pondok Pesantren Babussalam

a. Letak geografis

Pondok pesantren Babussalam terletak di desa Basilam Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan Jln. Mandailing Km. 11,5. Luas pondok pesantren ini sekitar 1,5 hektar.¹

Adapun batas-batasnya adalah sebagai berikut:

- 1) Sebelah Utara berbatasan dengan desa Sipangko Kec. Angkola Barat.
- 2) Sebelah Selatan berbatasan dengan Panti Maimun Syekh Muhammad Baqi.
- 3) Sebelah Timur berbatasan dengan perumahan masyarakat desa Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola.
- 4) Sebelah Barat berbatasan dengan persawahan masyarakat.²

b. Identitas Pondok Pesantren

Nama Pesantren : Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi
Babussalam Baru

NSPP : 510.010.2039.014

¹ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

² Observasi, Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 21-25 Januari 2019

Tahun Berdiri : 1998

Alamat : Jln. Negara Km 11,5 Desa Basilam Baru, Kec.
Batang Angkola, Kab. Tapanuli Selatan.

Kabupaten/Kota : Tapanuli Selatan

Provinsi : Sumatra Utara

Kode Pos : 22773³

c. Sarana dan Prasana

Pesantren Babussalam berupaya memfasilitasi program dalam melaksanakan shalat tahajjud dan kegiatan pembelajaran dengan sarana dan prasarana yang memadai, berikut data sarana dan prasarana di Pondok Pesantren Babussalam :⁴

Tabel. 1

NO	Jenis Bangunan	Jumlah
1	Ruang Kelas	17
2	Ruang Kepala Madrasah	1
3	Ruang Guru	3
4	Ruang Tata Usaha	2
5	Laboratorium Komputer	1
6	Ruang Perpustakaan	2
7	Ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)	1

³ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

⁴ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

8	Toilet Guru	2
9	Toilet Siswa	4
10	Ruang Bimbingan Konseling	1
11	Gedung Serba Guna	1
12	Ruang Osis	1
13	Ruang Pramuka	1
14	Masjid/Musholla	2
15	Rumah Dinas Guru	4
16	Kamar Asrama Santri	2
17	Kamar Asrama Santriwati	5
18	Pos Satpam	1
19	Kantin	2

2. Sejarah berdiri Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru

Pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru didirikan oleh Syekh Muhammad Baqi pada tahun 1938, tepatnya di Jl. Mandailing Km. 11,5 desa Basilam Baru, Kecamatan Batang Angkola, Kabupaten Tapanuli Selatan, Provinsi Sumatera Utara.

Pondok Pesantren didirikan atas dasar pemikiran tuan Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baru yang melihat kondisi semakin banyaknya murid yang ingin belajar (berguru) bersama beliau, pada saat itu tempat belajarnya hanya di mesjid. Adapun para murid yang belajar

tidak sedikit yang berasal dari luar daerah, sehingga tidak memungkinkan untuk pulang setiap hari. Alasan inilah yang memotivasi Syekh Muhammad Baqi Babussalam untuk mendirikan pondok/asrama yang cukup sederhana sebagai sumber belajar dan bermukim para santri yang akan menuntut ilmu. Pada awalnya para santri tinggal di pondok-pondok kecil, sehingga sekarang di dalam ponpes didirikan asrama putra/putri.⁵

Adapun yang menjadi pimpinan yayasan sekarang adalah cucu Syekh Muhammad Baqi Babussalam yang bernama Ahmad Darwis Hasibuan. Sebelumnya dipimpin oleh menantu beliau yang bernama Fadilullah Hutasuhut. Yayasan Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru ini menaungi tiga lembaga sekaligus, yakni Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, Madrasah Tsanawiyah Swasta Babussalam Basilam Baru, Madrasah Aliyah Swasta Babussalam Basilam Baru, Panti Jompo Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru dan Panti Asuhan Maimun Huta tonga.⁶

Bangunan pesantren yang klasik, tidak membuat pesantren ini lupa akan perkembangan globalisasi. Semuanya mulai diubah dari sudut pandang, namun tidak terlepas dari unsur keagamaan. Program-program atau kurikulum yang ada di pesantren Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru mayoritas menggunakan kitab kuning, namun tidak artinya mengabaikan pelajaran yang bersifat umum lainnya, seperti: Matematika,

⁵ Dokumentasi, Sejarah Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

⁶ Dokumentasi, Sejarah Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

Bahasa Inggris, IPA, IPS dan Bahasa Indonesia. Dengan ini para santri bisa berwawasan dan berpengetahuan luas.

Banyak santri yang datang dari luar daerah membuat santri harus berada di pondok pesantren agar dapat belajar dan shalat bersama, termasuk shalat tahajjud pada malam hari. Dengan begitu memang sangat baik, karena dimana shalat tahajjud dapat mengatasi stres pada santri jika memang banyak santri yang mengeluh.

Banyak pembelajaran dari pagi sampai sore dan juga pengajian pada malam hari, banyak membuat santri terkadang bosan, gelisah dan sebagainya. Jadi semua itu dapat di atasi dengan santri selalu melakukan shalat tahajjud. Agar dapat mengatasi masalah yang ada pada santri walaupun hal terkecil sedikitpun.⁷

3. Visi Misi dan Program Kegiatan Pondok Pesantren Babussalam

a. Visi dan Misi

Adapun visi dan misi Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru adalah:

- 1) Visi: Menjadi lembaga pendidikan islam untuk mencetak generasi yang faham tentang keislaman sesuai al-Qur'an dan hadist, dan mencetak generasi yang hafal al-Qur'an serta mampu berbicara dengan bahasa arab dan inggris dengan baik dan benar dan menguasai kitab kuning serta bisa menjadi uswah.

⁷ Hasil Wawancara dengan Ahmad Darwis Hasibuan, Pimpinan Pondok Pesantren Babussalam, 20 Juni 2019

2) Misi:

- a) Menanamkan nilai-nilai keagamaan, membangun generasi yang Qur'ani
- b) Membentuk generasi yang berwawasan luas dan dekat dengan Allah SWT

b. Program Kegiatan

Berikut daftar kegiatan santri sehari-hari, antara lain:⁸

Tabel. 2

No	Nama Kegiatan	Waktu Kegiatan	Ket
1	Bangun pagi	04.00	
2	Mandi	04.00	
3	Shalat subuh	05.50	
4	Menyetor hafalan	05.15	
5	Kebersihan	06.30	
6	Makan pagi	07.00	
7	Apel pagi	07.30	
8	Shalat dhuha	08.00	
9	Kegiatan belajar mengajar	08.00	
10	Shalat zuhur	12.20	
11	Makan siang	13.00	
12	Shalat ashar	15.20	

⁸ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

13	Kegiatan ekstrakurikuler	16.10	
14	Shalat magrib	18.15	
15	Makan malam	19.00	
16	Shalat isya	19.45	
17	Menyetor hafalan	20.00	
18	Shalat tahajjud	03.00	

Berdasarkan tabel di atas, kegiatan santri setiap hari telah diorganisir dengan baik. Selain dari kegiatan yang jadwal oleh pihak pesantren di atas, untuk menjaga sunnah Nabi, seluruh santri diwajibkan berpuasa senin dan kamis.

Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru juga memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang dapat diikuti santri mengisi waktu luang santri dan menambah *skill* santri. Berikut kegiatan ekstrakurikuler yang dapat diikuti santri, antara lain:⁹

No	Nama Kegiatan	Hari Kegiatan	Ket
1	Les komputer	Senin	
2	Les bahasa Inggris	Selasa	
3	Mufrodhat bahasa Arab	Rabu	
4	Drum band	Sabtu	

⁹ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

5	Terjemah Tafsir Al-Qur'an	Jumat	
6	Muhadhoroh (berpidato)	Kamis	
7	Nasyid	Sabtu	
8	Albarjanzi	Sabtu	
9	Tajwid (khusus untuk santri baru)	Rabu	

4. Tenaga pendidik dan santri Pondok Pesantren Babusslam

a. Tenaga Pendidik

Data guru di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru. Tahun ajaran 2019-2020, antara lain:¹⁰

Tabel. 3

No	Nama	Jenjang Pendidikan	Bidang Studi yang diajarkan
1.	Akhmad Darwis Hasibuan	MAN-2 Model Padangsidempuan	Cara baca Al-Qur'an
2.	H.Ahmad Siddik Nasution, Lc,MA	S-2 Al-Azhar Kairo	Nahwu
3.	H.Ahmad Qusyairi Pulungan	S-1 Univ. Syiria	Faroid
4.	H.Ahmad Saifudin, L.c	S-1 Al-Azhar Kairo	Shorof
5.	H.Damri Pulungan, Lc	S-1 Univ. Syiria	Tafsir
6.	Saiful Bahri, M.A	S-2 UIN Iman Bonjol Padang	Tauhid
7.	Siti Arfah, M.Pd	S-2 IAIN Psp	Tarikh
8.	Naja Muddin, M.Pd	S-2 STAITA Psp	Tarikh

¹⁰ Dokumentasi, Profil Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

9.	Parlindungan srg, S.Pd.I	S-1 STKIP Psp	PKN
10.	Tunas Hutasuhut	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Tauhid
11.	Ali Murtono, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	Hadist
12.	Abdul Ahad Siregar	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Akhlak
13.	Masruroh Harahap, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	IPA
14.	Raja Kholid	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Akhlak
15.	Ahmad Apandi, S.Pd	S-1 STKIP Psp	Fisika
16.	Dra. Ahadiyah	S-1 Singapura	B.inggris
17.	Widiah Honari, S.Pd	S-1 STKIP Psp	Matematika
18. .	Nur Aisyah, S.Sos.I	S-1 IAIN Psp	Akhlak
19.	Eviyanna,S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	Faroid
20.	U.Hotnida Sari nasution,S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	Tafsir
21.	U.Neni Kesuma	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Imla'
22.	U.Rahmadona, S.Pd	S-1 IAIN Psp	B.inggris
23.	U.Nisraya Hasibuan S.E	S-1 IAIN Psp	Kimia
24.	U.Nur Amimah	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Kaligrafi
25.	U.Devi hakimah,S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	B.arab
26.	U.Siti Khadijah,S.Pd	S-1 STAITA Psp	Tajwid
27.	U.Lokot Fatimah,S.Pd	S-1 IAIN Psp	B.indonesia
28.	U.Annisa Rahma	S-1 STAITA Psp	Fikih

29.	U.Rosniati Siregar	S-1 IAIN Psp	B.arab
a 30.	U.Risma Dewi Hutabarat,S.Pd	S-1 IAIN Psp	Matematika
r 31.	U.Khotnita	S-1 IAIN Psp	B.inggris
i 32.	U. Siti Aisyah sinaga	S-1 IAIN Psp	Tauhid
33.	Fitri Jayanti, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	Nahwu
t 34.	Baginda Andesta Lubis	Ma'had Tahfidz 'Abdurrahman Bin 'Auf	Tarikh
a 35.	Gembira Siregar, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	Ibadah
b 36.	Lina Saputri	MAS Musthafawiyah Purba Baru	Kaligrafi
l 37.	Halimatusskdiah, S.E	S-1 IAIN Psp	Nahwu
38.	Elvi Sahara. S.E	S-1 IAIN Psp	Nahwu
d 39.	Ira Maya Sari Daulay	S-1 STKIP	PKN
i 40.	Hilluana Nasution	MAS Babussalam Basilam Baru	IPS
41.	Misbahuddin, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	B.inggris
a 42.	Rasmi, S.Pd.I	S-1 IAIN Psp	B.arab

Dari tabel di atas bahwa tenaga pendidik di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru terdiri dari 15 orang laki-laki dan 27 orang perempuan.

b. Keadaan santri

Proses belajar mengajar ruang belajar untuk santri dan santriyah di pondok pesantren tidak disatukan. Adapun keadaan santri

di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru tahun pelajaran 2019/2020 adalah sebagai berikut:

- 1) Jumlah santri : 395 orang
- 2) Berdasarkan tingkatan
 - a) Madrasah Tsanawiyah : 288 orang
 - b) Madrasah Aliyah : 107 orang
- 3) Berdasarkan jenis kelamin
 - a) Santri laki-laki : 217 orang
 - b) Santri perempuan : 178 orang

B. Temuan Khusus

1. Pelaksanaan Program Shalat Tahajjud Pada Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

Shalat merupakan kewajiban setiap muslim, karena shalat merupakan tiang agama. Kewajiban shalat juga untuk mencegah perbuatan keji dan mungkar. Khusus shalat tahajjud adalah shalat sunat yang dilakukan pada waktu malam, sedikitnya dua rakaat dan sebanyak-banyaknya tidak terbatas dan dikerjakan setelah bangun tidur, sekalipun hanya sebentar.

Pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok pesantren basilam sudah diterapkan semenjak santri memasuki pondok pesantren hingga santri selesai keluar dari pondok pesantren Basilam. Pelaksanaan program

shalat tahajjud pada santri di pondok pesantren Basilam sudah menjadi peraturan atau ketentuan dalam melaksanakan shalat tahajjud. Adapun waktu dalam pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok pesantren Basilam dilaksanakan pada pukul 03.00 WIB setelah para santri bangun dari tidur.¹¹

Pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babusslam Basilam Baru juga dikerjakan setiap malam karena shalat tahajjud di pondok pesantren sudah menjadi rutinitas para santri di pondok pesantren. Shalat tahajjud yang dikerjakan oleh para santri dilakukan dua rakaat dan di akhiri atau ditutup dengan melaksanakan shalat witr satu rakaat. Shalat tahajjud dilakukan di mushalla secara berjamaah oleh para santri.¹²

Berikut adalah daftar nama santri yang melaksanakan program shalat tahajjud, antara lain:

Tabel. 4

No	Nama	Shalat Tahajjud	Keterangan
1	Neiza	✓	
2	Robiatul Adawiyah	✓	
3	Melani	✓	
4	Fani	✓	
5	Deni	✓	
6	Aulia	✓	
7	Hafiza	✓	
8	Yeni	✓	
9	Sinta	✓	
10	Dina	✓	

¹¹ Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 20 Juni 2019

¹² Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 21 Juni 2019

11	Nina	✓	
12	Rani	✓	
13	Aisyah	✓	
14	Yanti	✓	
15	Lina	✓	
16	Bella	✓	
17	Tuti	✓	
18	Rinta	✓	
19	Sinta	✓	
20	Hannum	✓	

Dari tabel diatas bahwa dalam pelaksanaan program shalat tahajjud yang dilaksanakan oleh para santri berjalan dengan lancar dan rutin setiap malam. Sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan pimpinan ponpes Akhmad Darwis mengatakan bahwa:

Pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok pesantren ini sampai dengan saat sekarang ini masih berjalan baik, karena program shalat tahajjud di pondok pesantren ini sudah menjadi kegiatan yang harus dilaksanakan atau sudah menjadi ketentuan bagi para santri untuk melaksanakan kegiatan tersebut. Program shalat tahajjud juga dilakukan sejak santri memasuki pondok pesantren, sehingga kegiatan itu sudah menjadi hal biasa didalam lingkungan pondok pesantren Basilam setiap malamnya.¹³

Hal tersebut juga dibenarkan oleh guru/ummi Risma yang mengatakan bahwa:

Pelaksanaan program shalat tahajjud pada santri di pondok pesantren memang sudah diterapkan dimulai semenjak santri memasuki pondok pesantren ini karena memang kegiatan shalat tahajjud sudah menjadi kegiatan tiap malam di pondok pesantren ini. Dan sudah menjadi aturan di pondok pesantren ini untuk semua santri dalam melaksanakan shalat tahajjud setelah bangun tidur sebelum waktu subuh. Walaupun terkadang sebagian dari santri ada

¹³Hasil Wawancara dengan Akhmad Darwis di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

yang tidak melaksanakan program shalat tahajjud dan itu akan mendapatkan hukuman atau sanksi pada pagi hari.¹⁴

Guru/ummi Devi yang juga mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud di pondok pesantren Basilam ini sudah menjadi rutinitas dari para santri setiap malamnya dalam mengikuti kegiatan di pondok pesantren ini. Dimulai pukul 03.00 setelah bangun dari tidur yang dilakukan secara berjamaah di mushalla setiap harinya selalu berjalan baik. Setelah santri selesai melaksanakan shalat tahajjud saat itu, barulah santri banyak yang membaca Al-Qur'an dan menghafal ayat-ayat yang telah di tugaskan kepada santri.¹⁵

Begitu juga guru/ummi Rosniati yang mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud sudah diterapkan semenjak santri memasuki pondok pesantren sampai dengan santri selesai atau keluar dari pondok pesantren ini. Shalat tahajjud disini masih berjalan baik sebagaimana yang diwajibkan kepada para santri untuk mengerjakan atau melaksanakan shalat tahajjud tiap malam pada pukul 03.00 setelah bangun dari tidur. Santri dibangunkan oleh ummi perkamar masing-masing, karena jika tidak seperti itu banyak santri yang lalai atau tidak melaksanakan shalat tahajjud pada malam itu.¹⁶

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan Neiza salah satu santri kelas VII mengatakan bahwa:

Iya saya selalu melaksanakan shalat tahajjud tiap malam setelah terbangun dari tidur malam sesuai dengan aturan yang berada di pondok pesantren ini.¹⁷

Selanjutnya peneliti wawancara dengan santri Robiatul Adawiyah kelas VII yang mengatakan bahwa :

¹⁴Hasil Wawancara dengan Ummi Risma di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

¹⁵Hasil Wawancara dengan Ummi Devi di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

¹⁶Hasil Wawancara dengan Ummi Rosniati di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

¹⁷Hasil Wawancara dengan Santri Neiza di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

Iya kami disini selalu melaksanakan shalat tahajjud setiap malam karena itu baik, dimana didalam al-Qur'an juga sudah banyak ayat-ayat tentang shalat tahajjud dalam jalan meraih ridha Allah SWT, dikabulkan doa-doa dan juga pencegah dari berbuat dosa.¹⁸

Sedangkan hasil wawancara dengan santri Melani kelas VII

mengatakan bahwa:

Kami sebagai santri disini memang sudah ditugaskan dalam mengerjakan atau melaksanakan shalat tahajjud tiap malam, dimana kami selalu dibangunkan pada pukul 03.00 WIB untuk mengerjakan shalat tahajjud secara bersama-sama di pondok pesantren ini.¹⁹

Begitu juga hasil wawancara dengan santri Fani kelas VII yang

mengatakan bahwa:

Iya shalat tahajjud di pondok pesantren ini sudah diterapkan dan selalu dikerjakan pada semua santri setiap malamnya di pondok pesantren, walaupun terkadang banyak santri yang malas atau susah untuk dibangunkan setiap malamnya.²⁰

Deni kelas VII yang mengatakan bahwa:

Iya saya memang melaksanakan shalat tahajjud setiap malam di pondok pesantren ini, karena memang sudah ada aturan yang dibuat di pondok pesantren ini tentang mengerjakan shalat tahajjud tiap malamnya kak.²¹

Aulia kelas VII juga mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud di Pondok pesantren ini memang sudah dimulai kami memasuki pesantren ini, dimana kami juga mengikuti kakak-kakak pondok pesantren ini dan juga sudah menjadi aturan di sini

¹⁸Hasil Wawancara dengan Robiatul Adawiyah di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

¹⁹Hasil Wawancara dengan Santri Melani di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²⁰Hasil Wawancara dengan Santri Fani di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²¹ Hasil Wawancara dengan Neiza, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

untuk mengerjakan shalat tahajjud tiap malamnya secara berjamaah kami semua perempuan.²²

Begitu juga Hafiza kelas VII yang mengatakan bahwa:

Pelaksanaan shalat tahajjud di pesantren ini sampai dengan saat ini berjalan baik, walaupun terkadang sebahagian santri memilih meninggalkan shalat tahajjudnya pada malam hari dan di pagi hari akan mendapat hukuman karena tidak mengerjakan kegiatan yang telah diterapkan atau diwajibkan setiap malamnya.²³

Berdasarkan hasil observasi peneliti pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, semua santri melaksanakan shalat tahajjud tiap malam setelah bangun tidur terlebih dahulu. Pelaksanaan program shalat tahajjud dilakukan dengan adanya penerapan sejak santri memasuki pondok pesantren hingga santri selesai atau tamat dari pondok pesantren Basilam. Shalat tahajjud dilaksanakan pada pukul 03.00 WIB atau sebelum masuk waktu subuh. Kegiatan shalat tahajjud dilakukan di mushalla pondok pesantren itu sendiri secara berjamaah tiap malamnya yang bertujuan untuk menerapkan kepada para santri dalam mengerjakan shalat tahajjud setiap malamnya baik secara bersama atau berjamaah.²⁴

²² Hasil Wawancara dengan Aulia, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²³ Hasil Wawancara dengan Hafiza, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²⁴ Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 21 Juni 2019

2. Sikap Santri Dalam Melaksanakan Shalat Tahajjud di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

a. Sikap santri

Sikap seseorang merupakan sesuatu yang tidak dibawa sejak lahir, tetapi dibentuk atau dipelajari, seperti dari orangtua, orang-orang sekitar atau dari masyarakat. Sikap adalah suatu yang melekat pada keyakinan dan perasaan pada suatu objek dengan cara-cara tertentu. Sikap yang berarti perasaan-perasaan, pengetahuan dan kecenderungan untuk bertindak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, peneliti melihat sebahagian santri banyak yang mengalami stres ringan seperti mengalami kebosanan, kejenuhan dan juga sering merasa letih tanpa sebab. Maka dari itu, ada baiknya semua santri mengikuti kegiatan atau aktivitas pada malam hari pukul 03.00 WIB yaitu berjamaah dalam melaksanakan shalat tahajjud.

Dengan begitu juga berdasarkan hasil observasi peneliti melihat sikap santri dalam melaksanakan program shalat tahajjud tiap malamnya setelah bangun dari tidur, sebahagian santri ada yang senang dalam melakukan shalat tahajjud dan juga ada yang susah bangun dari tidur malamnya untuk melakukan program shalat tahajjud, diantaranya seperti malas bangun dari tidur, bosan

mengerjakan shalat setiap malam, dan terkadang terpaksa dalam mengerjakan shalat tahajjud.²⁵

Sesuai dengan hasil wawancara dengan Ummi Risma yang mengatakan bahwa:

Sebahagian santri memang setiap malam susah bangun dari tidur untuk melaksanakan shalat tahajjud. Santri harus dibangunkan terlebih dahulu dari tidur malamnya oleh ummi asrama masing-masing, setelah itu barulah santri bergerak untuk mengambil wudhu dan bersiap-siap melaksanakan shalat tahajjud.²⁶

Pernyataan ini juga dibenarkan oleh guru/ummi Devi yang mengatakan bahwa:

Santri yang melaksanakan shalat tahajjud tiap malam memang terkadang malas jika dibangunkan, tapi tidak semua karena sebahagian santri yang lain juga senang, seperti santri bangun sendiri jika memang sudah waktunya melaksanakan shalat tahajjud. Karena apabila santri tidak melaksanakan shalat tahajjud, mereka akan mendapatkan hukuman di pagi harinya sebelum dimulai pelajaran, seperti menambah hafalan ayat, berkeliling di sekitar lingkungan pondok pesantren dengan membawa bantal diatas kepala dan berdiri didekat tiang bendera sekitar setengah jam.²⁷

Hal ini juga dibenarkan oleh guru/ummi Rosniati yang mengatakan bahwa:

Santri yang melaksanakan shalat tahajjud tidak semua mereka bosan, malas, ataupun terpaksa. Sebahagian dari mereka juga ada yang merasa senang jika melaksanakan shalat tahajjud, seperti bangun sendiri sebelum dibangunkan karena memang sudah menjadi peraturan di pondok pesantren ini dalam melaksanakan shalat tahajjud. Santri yang merasa senang

²⁵Hasil observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 24 Juni 2019.

²⁶Hasil Wawancara dengan Ummi Risma di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²⁷Hasil Wawancara dengan Ummi Devi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

atau bahagia dalam melaksanakan shalat tahajjud juga terlihat dari wajahnya dalam mengambil wudhu atau juga shalat pada baris pertama di mushalla.²⁸

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan santri

Rani kelas VII yang mengatakan bahwa:

Saya dalam melaksanakan shalat tahajjud tiap malam memang dengan niat dari hati, tidak ada keterpaksaan kak. Karena memang dalam mengerjakan shalat tahajjud juga dapat bermanfaat bagi saya kak. Melalui kesadaran sendiri dalam mengerjakan program shalat tahajjud kak.²⁹

Kemudian hasil wawancara dengan santri Aisyah kelas VII

yang mengatakan bahwa:

Saya melaksanakan shalat tahajjud setiap malam kak, walaupun terkadang saya hanya takut dihukum oleh ummi asrama karena tidak mengerjakan shalat tahajjud. Saya merasakan ketakutan jika memang harus dihukum kak. Dengan itu saya selalu melaksanakan shalat tahajjud kak³⁰

Selanjutnya hasil wawancara dengan santri Yanti yang

mengatakan bahwa:

Dalam melaksanakan shalat tahajjud terkadang saya merasa bosan dan jenuh saja kak, karena setiap malam harus dibangunkan untuk shalat tahajjud kak. Terkadang itu membuat saya lelah karena harus bangun subuh sekali kak. Tetapi jika tidak shalat tahajjud saya menjadi malu terhadap teman juga kak. Dengan itu saya selalu bangun untuk shalat tahajjud tiap malam kak.³¹

Yeni kelas VII juga mengatakan bahwa :

²⁸ Hasil Wawancara dengan Umni Rosniati, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

²⁹ Hasil Wawancara dengan Santri Rani, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

³⁰ Hasil Wawancara dengan Santri Aisyah, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

³¹ Hasil Wawancara dengan Santri Yanti, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

Melaksanakan shalat tahajjud setiap malam terkadang memang sidikit membosankan, tapi bukan karena malas biar shalat, akan tetapi malas bangun dari tidur pada pukul 03.00 wib itu saja. Karena melanjutkan tidur terkadang lebih nyaman. Walaupun terkadang saya sendiri terkena hukuman pada pagi harinya sebelum memasuki kelas belajar.³²

Begitu juga Sinta kelas VII yang mengatakan bahwa:

Saya mengerjakan shalat tahajjud terkadang malas saja, yang bangun dari tidur ini terkadang yang susah. Walaupun terkadang saya yang paling sering dibangunkan oleh ummi karena terlalu lama bangun atau sama sekali tidak bangun disaat melaksanakan shalat tahajjud secara berjamaah.³³

Berbeda dengan Dina kelas VII yang mengatakan bahwa:

Alhamdulillah sampai dengan saat sekarang ini saya masih mengikuti atau melaksanakan kegiatan shalat tahajjud setiap malamnya secara berjamaah di mushalla. Karena memang sebelum saya tidur malam harinya, saya memang sudah niat dalam melakukan shalat tahajjud pada pukul 03.00 setelah bangun tidur. Jadi setelah dibangunkan oleh ummi perkamar masing-masing saya langsung bangun dan mengerjakan shalat tahajjud bareng dengan teman-teman yang lain. Saya juga merasa senang dalam melaksanakan shalat tahajjud.³⁴

Nina kelas VII juga yang mengatakan bahwa:

Saya juga suka dalam mengerjakan shalat tahajjud setiap malamnya secara bersama-sama bersama teman-teman dan juga ummi asrama yang selalu membangunkan kami jika tidak terbangun. Saya senang saja jika selesai shalat tahajjud kami semua membaca al-Qur'an atau sambil menghafal ayat-ayat al-Qur'an membuat kami segar kembali dalam berpikir atau belajar untuk menghafalkan ayat-ayat yang sudah ditugaskan kepada kami.³⁵

³² Hasil Wawancara dengan Santri Yeni, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

³³ Hasil Wawancara dengan Santri Sinta, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

³⁴ Hasil Wawancara dengan Santri Dina, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

³⁵ Hasil Wawancara dengan Santri Nina, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

Berdasarkan hasil observasi peneliti juga melihat bahwa sebahagian dari santri di pondok pesantren ini memang ada yang merasa senang, susah, dan terpaksa dalam melaksanakan program shalat tahajjud. Apabila santri tidak melaksanakan shalat tahajjud malam harinya, maka santri akan dikenakan hukuman di pagi harinya sebelum masuk kelas atau belajar. Hukuman yang berikan kepada santri seperti menambah hafalan ayat, berkeliling di sekitar lingkungan pondok pesantren dengan membawa bantal diatas kepala dan berdiri didekat tiang bendera sekitar setengah jam. Sikap santri dalam melaksanakan shalat tahajjud setiap malam bahagia karena memang sudah niat dalam mengerjakan shalat tahajjud. Tetapi ada juga yang berat hati maupun terpaksa dalam mealaksanakan shalat tahajjud, akan tetapi shalat tahajjud tetap dilaksanakan karena santri takut akan dikenakan hukuman, malu terhadap teman dan juga sudah menjadi peraturan dalam mengerjakan shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baru.³⁶

3. Manfaat Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan.

Shalat tahajjud yang dilakukan di penghujung malam yang sunyi dapat mendatangkan ketenangan. Dengan itu, setiap guru/ummi yang

³⁶Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 20 Juni 2019

menjadi pembimbing santri disini sangat setuju dengan pelaksanaan program shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru ini. Karena mereka memandang kegiatan ini memberikan banyak manfaat, khususnya untuk para santri itu sendiri.³⁷

Beberapa manfaat shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru antara lain:

- a. Melaksanakan shalat tahajjud dengan khushyuk dan ikhlas dapat mendatangkan mental yang sehat, khususnya kesehatan jasmani.

Sesuai dengan hasil wawancara oleh guru/ummi Rosniati yang mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud banyak memberikan manfaat khususnya bagi para santri di pondok pesantren ini. Dengan santri yang selalu niat dan ikhlas dalam mengerjakan shalat tahajjud membuat diri santri menjadi lebih baik, seperti selalu mengerjakan tugas-tugas pembelajaran setiap harinya. Santri juga selalu semangat dalam mengikuti setiap kegiatan setiap harinya walaupun banyaknya tugas, tetapi mereka tetap giat menjalani hari-harinya di pondok pesantren Basilam ini.³⁸

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan santri Rani kelas VII yang mengatakan bahwa:

Dalam melaksanakan shalat tahajjud memiliki banyak manfaat yang saya dapatkan khususnya pada diri saya sendiri kak. Dengan itu, sikap saya menjadi lebih baik kak, saya mengetahui mana yang baik dan tidak baik untuk dilakukan. Setelah melaksanakan program shalat tahajjud dengan niat dan hati yang ikhlas membuat saya lebih aktif

³⁷Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 01 Juni 2019

³⁸Hasil Wawancara dengan Ummi Rosniati di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

atau semangat dalam belajar dan berkegiatan di pondok pesantren ini kak.³⁹

Kemudian hasil wawancara dengan santri Aisyah kelas VII yang mengatakan bahwa:

Saya melaksanakan shalat tahajjud mendapatkan banyak manfaat kak, dengan niat dan lebih khusuk shalatnya. Sikap saya alhamdulillah lebih baik, contohnya mengerjakan tugas-tugas seperti santri yang lain.⁴⁰

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa shalat tahajjud yang dilaksanakan dengan khusyuk dan ikhlas dapat mendatangkan mental yang baik bagi para santri, seperti sehat dalam menjalan kegiatan-kegiatan di pondok pesantren setiap harinya. Sehat jasmani yang berpengaruh kepada psikologi kesehatan dengan begitu santri dapat menjadi lebih baik dalam mengerjakan tugas di pondok pesantren.⁴¹

- b. Shalat tahajjud pada waktu malam hari juga akan dapat merasakan pikiran yang jernih, serta kembali segar dan juga lebih konsentrasi sehingga perasaan pun merasa lebih tenang.

Sesuai dengan wawancara dengan Lina kelas VII yang mengatakan bahwa :

³⁹ Hasil Wawancara dengan Santri Rani, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

⁴⁰ Hasil Wawancara dengan Santri Aisyah, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

⁴¹ Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 01 Juni 2019

Shalat tahajjud memiliki banyak keutamaan dan keistimewaan seperti yang kami pelajari di pondok pesantren ini, yang saya rasakan dapat menentramkan hati dan juga jiwa dengan tenang. Juga dikalau kita memiliki masalah atau pikiran banyak pasti akan terselesaikan kalau kita melaksanakan shalat tahajjud dengan hati dan niat yang ikhlas.⁴²

Begitu juga wawancara dengan Bella kelas VII yang mengatakan bahwa:

Melaksanakan shalat tahajjud di pondok pesantren ini memang wajib. Walaupun banyaknya kegiatan di pondok pesantren mulai dari pagi hingga malam hari banyak membuat santri lelah dan jenuh. Tetapi setelah saya melaksanakan shalat tahajjud malam harinya, membuat hati dan pikiran kami menjadi segar kembali.⁴³

Begitu juga Riska yang mengatakan bawah:

Manfaat shalat tahajjud banyak. Kami dalam melaksanakan shalat tahajjud tiap malam secara bersama-sama membuat hati dan pikiran menjadi tenang kak. Walaupun banyak tugas kami setiap harinya tetap kami tidak pernah lalai dalam mengerjakan kegiatan pembelajaran di pondok pesantren ini. Semua kami lakukan karena kami disini belajar kak. Dimana kegiatan ibadah kami yang lain juga kami kerjakan, seperti shalat fardhu, shalat dhuha dan juga puasa senin dan kamis kak. Itu semua membuat kami menjadi lebih baik dalam menjalani hari-hari di pondok pesantren ini. Walaupun terkadang kami bosan maupun lelah dengan semua kegiatan, tetapi setelah shalat tahajjud tiap malam membuat kami menjadi semangat kembali dalam kegiatan di pondok pesantren setiap harinya.⁴⁴

Selanjutnya hasil wawancara dengan santri Yanti yang mengatakan bahwa:

⁴² Hasil Wawancara dengan santri Lina di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

⁴³ Hasil Wawancara dengan santri Bella di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

⁴⁴ Hasil Wawancara dengan Riska, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

Manfaat shalat tahajjud banyak kak, termasuk pada diri saya sendiri. Dengan kesadaran sendiri membuat perasaan saya sendiri menjadi lebih baik kak. Tapi itu semua kembali menjadi baik setelah saya melaksanakan program shalat tahajjud kak. Hati dan pikiran saya menjadi tenang, dan berpikir positif untuk kedepannya kak.⁴⁵

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa stres yang dialami santri di pondok pesantren memang terkadang hanya beberapa saat saja, yang terkadang mereka hanya lelah dengan kegiatan yang selalu berlangsung setiap harinya di pondok pesantren, membuat mereka jenuh dan terkadang rindu dengan orang tua. Maka dari itu, dengan penerapan shalat tahajjud di pondok pesantren ini dapat memberikan ketenangan dan perasaan menjadi ramai dalam melakukan kegiatan setiap harinya di pondok pesantren.⁴⁶

- c. Setelah melaksanakan shalat tahajjud selanjutnya menghafal Al-Qur'an yang dapat membuat santri menjadi lebih baik di pondok pesantren.

Sesuai dengan hasil wawancara dengan Ummi Risma yang mengatakan bahwa:

Manfaat melaksanakan shalat tahajjud bagi santri di pondok pesantren ini banyak, seperti disaat mereka melaksanakan shalat tahajjud pada pukul 03.00 WIB, mereka akan terbangun dan setelah itu mereka tidak tidur kembali dikarenakan akan menunggu waktu shalat subuh. Disaat mereka menunggu, banyak dari mereka yang menghafal Al-Qur'an. Padahal sebelumnya saya melihat sebahagian dari santri mengalami kebosanan atau malas dalam mengerjakan

⁴⁵Hasil Wawancara dengan Santri Yanti, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 24 Juni 2019

⁴⁶Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 01 Juli 2019

tugas mereka masing-masing, tetapi setelah mereka selesai shalat tahajjud hati dan pikiran mereka kembali membaik.⁴⁷

Hal ini juga dibenarkan oleh guru/ummi Devi yang mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud memiliki banyak manfaat bagi kita manusia. Begitu juga di pondok pesantren ini pelaksanaan shalat tahajjud memiliki banyak manfaat bagi santri yang ada disini. Dimana santri disini tetap kuat dan semangat walaupun banyaknya kegiatan pembelajaran di pondok pesantren ini. Mereka banyak belajar seperti menghafal Al-Qur'an dimana hati dan pikiran mereka menjadi tenang, tidak memikirkan hal-hal buruk yang akan terjadi. Tetapi memikirkan hal-hal yang positif kedepannya walaupun banyak tugas yang mereka kerjakan di pondok pesantren.⁴⁸

Berdasarkan hasil wawancara dengan santri Neiza yang mengatakan bahwa:

Menurut saya kak, yang saya rasakan selagi kita berniat dan ikhlas dalam mengerjakan shalat tahajjud itu banyak manfaat kak. Seperti saya kak, selesai mengerjakan shalat tahajjud pada jam 03.00 hingga menunggu mandi pagi, saya menghafal Al-Qur'an kak, itu adalah tugas atau kegiatan kami disini yang dapat kami setor ayat-ayat Al-Qur'an kepada guru/ummi yang mengajar disini kak, sehingga hafalan kami sedikit demi sedikit dapat terselesaikan kak. Maka dari itu, yang sebelumnya saya sendiri tidak yakin dapat menyelesaikan tugas atau terkadang saya sendiri malas untuk mengerjakan tugas, tetapi setelah bangun dari tidur dan mengerjakan shalat tahajjud membuat saya semangat kembali dalam menghafal Al-Qur'an.⁴⁹

Dewi juga mengatakan bawah:

Dalam melaksanakan shalat tahajjud tiap malam banyak memberi saya kebahagiaan, saya merasakan kedamaian

⁴⁷Hasil Wawancara dengan Ummi Risma di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

⁴⁸Hasil Wawancara dengan Ummi Devi di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

⁴⁹Hasil Wawancara dengan Neiza, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

setelah melaksanakan shalat tahajjud, kembali menjadi segar kembali dalam mengerjakan tugas-tugas kegiatan di pondok pesantren. Hal ini memberikan manfaat yang baik bagi saya, seperti selesai shalat tahajjud kami menghafal Al-Qur'an dan itu dapat saya kuasai jika menyetor hafalan dan mengulang setiap harinya.⁵⁰

Hannum juga mengatakan bawah:

Shalat tahajjud bagi saya memiliki banyak manfaat setiap saat untuk diri saya. Hingga sampai dengan saat ini banyak dari teman saya yang malas, bosan, rindu orangtua dan sebagainya. Tetapi bukan berarti saya tidak pernah merasakan itu, saya pernah merasakan seperti itu, akan tetapi saya selalu berpikir positif dan optimis. Karena saya di pondok pesantren ini untuk belajar dan meraih cita-cita keinginan saya. Maka dari itu sampai dengan saat sekarang ini saya selalu beradaptasi dengan baik di pondok pesantren ini juga. Ini merupakan manfaat dalam melaksanakan shalat tahajjud membuat saya selalu baik.⁵¹

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa penerapan shalat tahajjud di pondok pesantren ini dapat membawa nilai positif terhadap para santri diantaranya, seperti rajin dalam menghafal Al-Quran, shalat fardhu, shalat duha dan bisa melaksanakan shalat dengan benar. Shalat tahajjud yang dilaksanakan para santri juga mengatasi stres atau masalah yang ada pada diri santri, sehingga santri menjadi lebih baik dalam melakukan kegiatan di pondok pesantren⁵²

⁵⁰ Hasil Wawancara dengan Dewi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baslam Baru, 01 Juli 2019

⁵¹ Hasil Wawancara dengan Hannum, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baslam Baru, 01 Juli 2019

⁵² Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baslam Baru, pada tanggal 01 Juli 2019

- d. Setelah santri melaksanakan shalat tahajjud selanjutnya membuat santri kembali semangat dan giat mengikuti kegiatan di pondok pesantren.

Begitu juga dibenarkan oleh guru/ummi Rosniati yang mengatakan bahwa:

Shalat tahajjud banyak memberikan manfaat khususnya bagi para santri di pondok pesantren ini. Dengan santri yang selalu niat dan ikhlas dalam mengerjakan shalat tahajjud membuat diri santri menjadi lebih baik, seperti selalu mengerjakan tugas-tugas pembelajaran setiap harinya. Santri juga selalu semangat dalam mengikuti setiap kegiatan setiap harinya walaupun banyaknya tugas, tetapi mereka tetap giat menjalani hari-harinya di pondok pesantren Basilam ini.⁵³

Berdasarkan hasil wawancara dengan santri Neiza yang mengatakan bahwa:

Menurut saya kak, yang saya rasakan selagi kita berniat dan ikhlas dalam mengerjakan shalat tahajjud itu banyak manfaat kak. Seperti saya kak, selesai mengerjakan shalat tahajjud pada jam 03.00 hingga menunggu mandi pagi, saya menghafal Al-Qur'an kak, itu adalah tugas atau kegiatan kami disini yang dapat kami setor ayat-ayat Al-Qur'an kepada guru/ummi yang mengajar disini kak, sehingga hafalan kami sedikit demi sedikit dapat terselesaikan kak. Maka dari itu, yang sebelumnya saya sendiri tidak yakin dapat menyelesaikan tugas atau terkadang saya sendiri malas untuk mengerjakan tugas, tetapi setelah bangun dari tidur dan mengerjakan shalat tahajjud membuat saya semangat kembali dalam menghafal Al-Qur'an.⁵⁴

Kemudian hasil wawancara dengan santri Tuti yang juga mengatakan bahwa:

⁵³ Hasil Wawancara dengan Ummi Rosniati di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 20 Juni 2019

⁵⁴ Hasil Wawancara dengan Neiza, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

Menurut saya shalat tahajjud banyak manfaat. Dimana seperti saya yang rasakan setiap hari banyak kegiatan yang terkadang membuat saya bosan, capek dan terkadang rindu dengan orangtua. Tetapi setelah saya melaksanakan program shalat tahajjud malam harinya setelah terbangun dari tidur. Saya merasakan bersemangat kembali dan hati saya menjadi tenang dalam menjalankan kegiatan tiap harinya.⁵⁵

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa shalat tahajjud yang dilaksanakan para santri juga mengatasi stres atau masalah yang ada pada diri sendiri, yang sebelumnya para santri merasakan bosan dan jenuh akan banyaknya tugas-tugas di pondok pesantren tetapi setelah melaksanakan shalat tahajjud mereka menjadi kembali semangat dan giat dalam mengikuti kegiatan atau mengerjakan tugas-tugas di pondok pesantren setiap harinya.⁵⁶

C. Analisa Hasil Penelitian

Adapun analisis penulis dari hasil penelitian ini bahwa, penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan terlaksana dengan baik. Hal ini berdasarkan data yang dikumpulkan dari wawancara dan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti.

Banyaknya kegiatan santri yang rutin mulai pagi hingga malam hari di pondok pesantren, maka sebahagian santri banyak yang mengalami

⁵⁵ Hasil Wawancara dengan Tuti, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, 01 Juli 2019

⁵⁶ Hasil Observasi, di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru, pada tanggal 01 Juni 2019

kebosanan, kejenuhan, maupun stres. Stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah stres ringan yang berciri-ciri seperti sering merasa letih tanpa sebab. Maka dari itu, ada baiknya kegiatan pelaksanaan shalat tahajjud selalu diterapkan oleh pimpinan pondok pesantren

Penerapan shalat tahajjud dapat mengatasi stres yang ada pada diri santri, yaitu shalat tahajjud yang dilakukan santri dapat memberi ketenangan dan mental yang sehat. Adapun kegiatan para santri setelah selesai shalat tahajjud secara berjamaah yaitu membaca al-Qur'an. Dengan begitu penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres di pondok pesantren banyak memberikan manfaat bagi para santri, termasuk kesehatan jasmani dan rohani. Penerapan shalat tahajjud ini dapat menimbulkan eustres, yaitu stres yang menguntungkan dan konstruktif bagi kesejahteraan individu.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai “Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri di Pondok Pesantren Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan” maka dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Pelaksanaan program shalat tahajjud pada Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan sudah mulai diterapkan semenjak santri memasuki pondok pesantren hingga santri selesai keluar dari pondok pesantren Basilam. Adapun waktu dalam pelaksanaan program shalat tahajjud pada pukul 03.00 WIB setelah para santri bangun dari tidur. Shalat tahajjud yang dikerjakan oleh para santri dilakukan dua rakaat dan di akhiri dengan witr satu rakaat. Shalat tahajjud dilakukan di mushalla secara berjamaah oleh para santri.
2. Sikap santri dalam melaksanakan shalat tahajjud di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan adalah dalam melaksanakan shalat tahajjud setiap malam santri senang karena memang sudah niat dalam mengerjakan shalat tahajjud. Tetapi ada juga yang berat hati maupun

terpaksa dalam mealaksanakan shalat tahajjud, akan tetapi shalat tahajjud tetap dilaksanakan karena santri takut akan dikenakan hukuman, malu terhadap teman dan juga sudah menjadi peraturan dalam mengerjakan shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Baru.

3. Manfaat shalat Tahajjud yang khusyuk dan ikhlas bisa mendatangkan mental yang sehat dari pengaruh shalat tahajjud, khususnya memberikan manfaat besar pada kesehatan jasmani sehingga berpengaruh kepada psikologi kesehatan. Sejalan dengan hal itu, shalat tahajjud pada waktu malam hari juga akan dapat merasakan pikiran yang jernih, serta kembali segar.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan beberapa hal, antara lain:

1. Kepada pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru disarankan agar dapat meningkatkan pelaksanaan program shalat tahajjud guna untuk menciptakan santri yang memiliki sikap lebih baik.
2. Kepada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi mengingat kuatnya penerapan shalat tahajjud dalam mengatasi stres pada santri, peneliti menyarankan agar mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi beserta dosen rajin melaksanakan shalat tahajjud agar tercipta generasi yang memiliki sikap lebih baik.

3. Kepada Jurusan Bimbingan Konseling disarankan agar dapat memberikan referensi dalam proses konseling dengan pelaksanaan shalat tahajjud sehingga memiliki sikap yang lebih baik.
4. Kepada peneliti selanjutnya disarankan agar meneliti dengan lengkap dengan waktu yang semaksimal mungkin untuk dapat menghasilkan penelitian yang lebih baik.
5. Kepada santri agar selalu melaksanakan ibadah sunnah dan tidak terpaksa untuk mengerjakannya, serta selalu menampilkan akhlak yang mulia agar bisa menjadi contoh bagi teman-temannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariesto Hadi Supoto dan Adrianus Arief. *Terampil Mengolah Data Kualitatif dengan NVIVO*. Jakarta: Kencana. 2010.
- Abdul Qadir Djaelani. *Peran Ulama dan Santri Dalam Perjuangan Politik Islam di Indonesia*, Jakarta: Bina Ilmu. 1994.
- Bimo Walgito. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*. Yogyakarta: Andi. 2010.
- Burhan Bungin. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Premada Media. 2011
- Dadang Hawari. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI. 2011
- Farid Mashudi. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRCiSoD. 2012.
- Haidar Putra Daulay. *Qalibun Salim*. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Hanafi. *Keutamaan & Keistimewaan Shalat Tahajjud*. Jakarta: Bintang Indonesia. Tth.
- Hartono & Boy Soedarmadji. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana. 2012.
- Hasan bin Ahmad Hammam. *Terapi dengan Ibadah*. Solo: Aqwam. 2010.
- HR. Nawawi. *Tuntunan Sholat Sunnat Beserta cara Mengerjakannya*. Ttp: Citra Amanda. Tth.
- John W. Santrock. *Remaja*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama. 2007.
- Lexy J. Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2004
- Moh. Nazir. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia. 2005.

- Moh. Sholeh. *Terapi Shalat Tahajjud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. Jakarta: Noura. 2012
- Priyoto. *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2014.
- Rosady Ruslan. *Metode Penelitian: Public Relation & Komunikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2004
- Sentot Haryanto. *Psikologi Shalat*. Yogyakarta: Mitra Pustaka. 2001.
- S.Thabrani. *Menyingkap Rahasia Shalat Tahajjud*. Jakarta: Bintang Indonesia. 2004.
- Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. 2013.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alpetra. 2008.
- Tim Penyusun Departemen Agama RI. *Al-Qur'an & Terjemahan*. Jakarta: Pustaka Jaya Ilmu. 2014.
- Tim Penyusun. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 2007.
- Zulfan Saam dan Sri Wahyuni. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Pers. 2012.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan. T. Rizal Nurdin Km. 4,5Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : 370 /In.14/F.4c/PP 00.9/05/2019
Sifat : Penting

21 Mei 2019

Mohon Bantuan Informasi
Penyelesaian Skripsi

di Pimpinan Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru
Tempat

Yang terhormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam
Negeri Padangsidimpuan menerangkan bahwa :

Nama : Yuni Asrita
NIM : 1530200029
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Alamat : Padang Matingi Jl Bhakti Abri Gg Sejahtera No.3

Adalah benar Mahasiswa-Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam
Negeri Padangsidimpuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan Judul: "Peneapan
kehalat tahajjud dalam Mengatasi Stress Santri di Pondok Pesantren Syekh
Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli
Selatan".

Sehubungan dengan itu, dimohon bantuan Bapak untuk memberikan data dan informasi
sesuai dengan maksud judul tersebut.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.





344/in.14/F.6a/PP.00.9/05/2019

15 Mei 2019

Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi

Kepada:
 Yth. 1. Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
 2. Riem Malini Pane, M.Pd

Di tempat

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa berdasarkan Hasil Sidang Keputusan Tim Pengkajian Kelayakan Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini sebagai berikut.

Nama/NIM : YUNI ASNITA / 15 302 00029
 Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
 Judul Skripsi : "PENERAPAN SHALAT TAHAJUD DALAM MENGATASI STRES SANTRI DI PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD BAQI BABUSSALAM BASILAM BARU KECAMATAN BATANG ANGKOLA TAPANULI SELATAN"

Seiring dengan hal tersebut, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu Merjadi Pembimbing-I dan Pembimbing-II penelitian penulisan Skripsi Mahasiswa dimaksud.

Demikian kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Dekan

 Dr. Ali Sabi, M.Ag
 NIP. 196209201993031001

Ketua Prodi

 Maslina Daulay, MA
 NIP. 197605102003122003

Pernyataan Kesediaan Sebagai Pembimbing

Bersedia/Tidak bersedia
 Pembimbing I

 Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
 NIP. 196308211993031004

Bersedia/Tidak Bersedia
 Pembimbing II

 Riem Malini Pane, M.Pd
 NIP. 198703012015032003



YAYASAN
PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD BAQI
BABUSSALAM BASILAM BARU
KEC. ANGKOLA MUARATAIS KAB.TAPANULI SELATAN
Alamat : Jln Negara Km 11,5 Telepon / HP. 081298683601

Basilam Baru, 01 Agustus 2019

Nomor : 128/PPS/BB/2019
Lamp :
Hal : Izin Penelitian
Penyelesaian Skripsi

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri
Padangsidempuan (IAIN) Padangsidempuan
di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Dengan hormat, sehubungan dengan surat permohonan bapak dengan nomor : 370 /
In.14/F.4c/PP.00.9/05/2019 tentang Izin Penelitian Penyelesaian Skripsi Mahasiswa
Bapak di sekolah kami, kami selaku Pimpinan Pondok Pesantren Syekh Muhammad
Baqi Babussalam menerangkan bahwa :

Nama : Yuni Asnita
Nomor Induk Mahasiswa : 15.302.00029
Jurusan/prog.Studi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Alamat : Padang Matinggi, Jln.Bhakti Abri Gg.Sejahtera No.3

Telah menyelesaikan penelitian di sekolah kami untuk keperluan skripsi dengan judul
"Penerapan Shalat Tahajjud dalam Mengatasi Stress Santri di Pondok Pesantren
Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola
Tapanuli Selatan"

Demikian kami sampaikan, semoga dapat dipergunakan dengan semestinya.

Ketua Yayasan
PONDOK PESANTREN SYEKH MUHAMMAD BAQI
KEC. ANGKOLA MUARATAIS
KAB. TAPANULI SELATAN
Akhdad Darwis Hasibuan

Lampiran 1

PEDOMAN OBSERVASI

Dalam rangka mengumpulkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian yang berjudul **“Penerapan Shalat Tahajjud Dalam Mengatasi Stres Pada Santri Di Pondok Pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru Kecamatan Batang Angkola Tapanuli Selatan”** maka peneliti membuat pedoman observasi sebagai berikut:

1. Letak geografis pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.
2. Sikap dan keadaan santri di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.
3. Pelaksanaan shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.
4. Kesungguhan santri dalam melaksanakan shalat tahajjud di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.
5. Kondisi psikologis santri yang di pondok pesantren Syekh Muhammad Baqi Babussalam Basilam Baru.

Lampiran 2

PEDOMAN WAWANCARA

A. Wawancara dengan pimpinan Pondok pesantren

1. Bagaimana sejarah berdirinya Pondok pesantren ini?
2. Apa visi dan misi Pondok pesantren ini?
3. Berapa jumlah santri di Pondok pesantren ini?
4. Bagaimana sarana penunjang dalam melaksanakan shalat tahajjud di Pondok pesantren ini?

B. Wawancara dengan guru (ummi) Pondok pesantren

1. Menurut ibu, bagaimana pelaksanaan program shalat tahajjud pada santri di pondok pesantren ini?
2. Menurut ibu, apakah santri menerapkan shalat tahajjud yang dilakukan setiap malam?
3. Bagaimanakah sikap santri dalam melakukan aktifitas sehari-hari di pondok pesantren?
4. Menurut ibu, apakah sebahagian dari santri sering merasakan kebosanan atau kejenuhan dalam kegiatan pembelajaran di pondok pesantren ?
5. Menurut ibu, apa manfaat seorang santri dalam melaksanakan shalat tahajjud ?

C. Wawancara dengan santri Pondok Pesantren

1. Apakah saudara melaksanakan program shalat tahajjud di pondok pesantren ini?
2. Bagaimana sikap saudara tentang melaksanakan shalat tahajjud di pondok pesantren?
3. Bagaimana perasaan saudara setelah melaksanakan shalat tahajjud tiap malamnya di pondok pesantren?
4. Menurut saudara, adakah manfaat saudara dalam melaksanakan shalat tahajjud?
5. Apakah saudara sering merasakan kebosanan atau kejenuhan dalam kegiatan pembelajaran di pondok pesantren?