

**ZIKIR ASMAUL HUSNA SEBAGAI METODE PSIKOTERAPI DALAM
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA KLIEN SKIZOFRENIA DI UPT
REHABILITASI SOSIAL BINA LARAS KEDIRI**

SKRIPSI



**OLEH
MUHAMAD BAGUS
NIM. 933602318**

**PROGAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**ZIKIR ASMAUL HUSNA SEBAGAI METODE PSIKOTERAPI DALAM
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA KLIEN SKIZOFRENIA DI UPT
REHABILITASI SOSIAL BINA LARAS KEDIRI**

Oleh

MUHAMAD BAGUS

NIM. 933602318

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi.
NIP.198102152009122003

Pembimbing II



Ach. Shodiqil Hafil, M.Fil. I
NIP. 198802032019031004

NOTA DINAS

Nomor : -
Lampiran : -
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 07 Juni 2023

Kepada
Yth, Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama
Islam Negeri (IAIN) Kediri.
Di
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Muhamad Bagus

NIM : 933602318

Judul : ZIKIR ASMAUL HUSNA SEBAGAI METODE PSIKOTERAPI
DALAM MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA KLIEN
SKIZOFRENIA DI UPT REHABILITASI SOSIAL BINA LARAS
KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Satu (S1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam sidang Munaqosah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi.
NIP.198102152009122003

Pembimbing II



Ach. Shodiqil Hafil, M.Fil. I
NIP. 198802032019031004

HALAMAN PENGESAHAN

**ZIKIR ASMAUL HUSNA SEBAGAI METODE PSIKOTERAPI DALAM
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA KLIEN SKIZOFRENIA DI UPT
REHABILITASI SOSIAL BINA LARAS KEDIRI**

MUHAMAD BAGUS

NIM. 933602318

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)

Kediri pada tanggal 20 Juni 2023

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Yuli Darwati, M.SI

NIP. 197307042005012003

2. Penguji I

Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi.

NIP.198102152009122003

3. Penguji II

Ach. Shodiqil Hafil, M.Fil.I

NIP. 198802032019031004

(.....)

(.....)

(.....)

Kediri, 26 Juni 2023

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



Dr. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

MOTTO

Tuhan tidak menuntut kita untuk sukses, yang dituntut oleh Tuhan adalah, kita berjuang tanpa henti, sampai titik darah penghabisan.¹

Emha Ainun Nadjib

¹ Emha Ainun Nadjib, *Hidup Itu Harus Pintar Ngegas Dan Ngerem*, (Jakarta, PT Mizan Publika, 2019), 33..

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhamad Bagus
NIM : 933602318
Program Study : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini, merupakan benar-benar hasil karya saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terdapat bukti bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi maka saya bersedia menerima sanksi atas pelanggaran dan perbuatan saya, sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

Wa'alaikumussalam Wr. Wb.

Kediri, 06 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



MUHAMAD BAGUS

NIM. 933602318

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah S.W.T. yang telah melimpahkan *rahmat, taufik, hidayah* dan *inayah*-Nya, sehingga peneliti di sini dapat menyelesaikan karya tulis skripsi yang sederhana ini. selanjutnya, sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda kita Nabi Muhammad S.A.W. yang menjadi suri tauladan menuju jaman terang benderang yakni *adinul* Islam.

Dalam hal ini, peneliti persembahkan karya ilmiah sederhana ini untuk orang tua peneliti tercinta yaitu Bapak Imam Bashori dan Ibu Nurhayati, Bapak Ahmad Fanani dan Ibu Isti Karomah, Mbah Kalim dan Mbah Sumiati, kakak tercinta peneliti Dewi Mumtahanah dan Abukasim Patiran, Misbahul Ulum, Maulidatul Azizah, dan adik tercinta peneliti Moh. Ibnu Sangidi. Peneliti ucapkan terima kasih yang tak terhingga atas dukungan moral maupun materil, doa dan curahan kasih sayang serta dorongan semangat yang terus mengalir kepada peneliti selama ini. Peneliti di sini juga mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Dosen pembimbing Ibu Tatik Imadatus sa'adati, M.Psi., dan Bapak Ach. Shodiqil Hafil, M.Fil.I., yang senantiasa memberikan bimbingan terbaik dalam menyusun skripsi ini seperti memberikan kritik, saran, nasihat dan arahan yang mana merupakan suatu ilmu yang sangat berharga dan bermanfaat bagi peneliti baik untuk penyusunan skripsi maupun ke depannya. Semoga beliau senantiasa diberikan kemuliaan, keberkahan, keselamatan dan sehat wal'afiat.
2. Dosen-dosen yang telah memberikan ilmu, pengalaman, maupun motivasi yang sangat berharga bagi peneliti. Semoga beliau senantiasa diberikan kemuliaan, keberkahan, keselamatan, dan sehat wal'afiat.

3. Teman-teman Angkatan 2018 Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri yang telah menemani perjuangan dalam menempuh pendidikan S1. Teruntuk itu peneliti tuturkan terima kasih kepada semuanya. Semoga skripsi dan ilmu yang kita dapatkan bisa bermanfaat serta kita senantiasa diberikan keberkahan dan kesuksesan. Aamiin.

ABSTRAK

MUHAMAD BAGUS, 2023. *Zikir Asmaul Husna Sebagai Metode Psokoterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Klien Skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri*, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1): Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi. dan Dosen Pembimbing (2). Ach. Shodoqil Hafil, M.Fil.I.

Kata Kunci: Zikir *Asmaul Husna*, Psikoterapi, Kualitas Tidur.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyaknya penyintas skizofrenia, terlebih yang sedang menjalani proses Rehabilitasi di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri. Skizofrenia merupakan gangguan kejiwaan yang cukup berat yang mana individu yang menyintas skizofrenia akan mengalami kehilangan kontrol diri. Dengan hilangnya kontrol diri, siklus tidur yang menjadi faktor terpenting dalam kebutuhan hidup individu menjadi terganggu. Maka dari itu, peneliti mencoba untuk melakukan eksperimen pada klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri untuk meningkatkan kualitas tidur dengan menerapkan metode psikoterapi zikir *asmaul husna*. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh dan efektivitas Zikir *Asmaul Husna* Sebagai Metode Psokoterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Klien Skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Desain penelitian ini ialah *One Group Pretest Posttest Design*. Sampel penelitian ini ialah 10 klien skizofrenia. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini ialah kuesioner dan observasi. Hasil hitung dengan menggunakan uji *Paired Samples Statistics* menunjukkan nilai *pre test* diperoleh hasil rata-rata (*mean*) sebesar 8,90, dan nilai *post test* diperoleh nilai 9,00. Dari hasil *pre test-post test* menunjukkan adanya perubahan nilai. Hasil dari pengujian menggunakan uji *Paired Samples T-Tests* di dapat hasil Sig (2-Tailed) sebesar $> 0,05$, atau $0,899 > 0,05$.

Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dalam pengisian kuesioner. Meskipun tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam pengisian kuesioner, akan tetapi masih terdapat perbedaan skor sebelum penerapan (*pre test*) dan setelah penerapan (*post test*). Hasil hitung menggunakan hitungan sumbangan efektif regresi linier dan didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,370 atau 37,0%. Dari angka 37,0% maka dapat ditarik kesimpulannya yaitu besarnya tingkat efektifitas dari zikir *asmaul husna* sebagai metode psikoterapi dalam meningkatkan kualitas tidur klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri sebesar 37,0%, sedangkan sisanya 63,0% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain diluar penelitian.

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Huruf Transliterasi

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ء	'	ض	<i>D{</i>
ب	<i>B</i>	ط	<i>T{</i>
ت	<i>T</i>	ظ	<i>Z{</i>
ث	<i>Th</i>	ع	'
ج	<i>J</i>	غ	<i>Gh</i>
ح	<i>H{</i>	ف	<i>F</i>
خ	<i>Kh</i>	ق	<i>Q</i>
د	<i>D</i>	ك	<i>K</i>
ذ	<i>Dh</i>	ل	<i>L</i>
ر	<i>R</i>	م	<i>M</i>
ز	<i>Z</i>	ن	<i>N</i>
س	<i>S</i>	و	<i>W</i>
ش	<i>Sh</i>	ه	<i>H</i>
ص	<i>S{</i>	ي	<i>Y</i>

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap (*shaddah*), yang bersumber dari *ya>' nisbat (ya>' yang ditulis sebagai petunjuk sifat) ditulis coretan atasnya. Contoh:*

أحمدية ditulis *Ah}madi>yah*

Konsonan rangkap yang berasal dari bukan *ya>' nisbat* ditulis dobel hurufnya.

Contoh:

دلّ ditulis *dalla*

C. *Ta>' Marbut}ah*

1. Bila dimatikan ditulis “ah”. Contoh:

جماعة ditulis *jama>'ah*

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain (sebagai *Mud}a>f*), maka ditulis

“at”. Contoh:

نعمة الله ditulis *ni'mat Alla>h*

D. Vocal pendek

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i dan dammah ditulis u, masing-masing dengan huruf tunggal.

E. Vocal panjang (*madd*)

A panjang ditulis a>, i panjang ditulis i> dan u panjang ditulis u>, masing-masing dengan coretan di atas huruf a, i dan u.

F. Bunyi huruf dobel

Bunyi huruf dobel (diphthong) Arab ditransliterasikan dengan menggabung dua huruf “ay” dan “aw”, masing-masing untuk أي dan أو.

G. Kata sandang *alif + la>m*

Jika terdapat huruf *alif + la>m* yang diikuti huruf *qamari>yah* maupun diikuti huruf *shamsi>yah*, maka huruf *alif + la>m* ditulis al-. Contoh:

الجامعة ditulis *al-Ja>mi'ah*

H. Huruf besar

penelitian huruf besar disesuaikan dengan EYD.

I. Kata dalam rangkaian frase dan kalimat

Tetap konsisten dengan rumusan di atas, kata dalam rangkaian frase dan kalimat ditulis kata per kata. Contoh:

شيخ الإسلام ditulis *Shaikh al-Islam*

J. Lain-lain

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, seperti kata ijmak, nash, hadis, dll, tidak mengikuti pedoman transliterasi ini dan ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

KATA PENGANTAR


Dengan rahmat Allah penelitian skripsi ini dapat terselesaikan dan sampai di tangan para pembaca yang berbahagia. Semoga kiranya dapat membawa manfaat yang sebesar besarnya dan menjadi sumbangsih bagi pendidikan masa kini dan masa yang akan datang. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada nabi Muhammad SAW.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penelitian skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat pelantara bantuan, bimbingan, motivasi, saran, dan kerjasama dari berbagai pihak yang merupakan kehendak dari Allah SWT sehingga kendala-kendala yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Oleh sebab itu, peneliti dengan rasa senang hati menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag, selaku rektor IAIN Kediri yang telah memberikan izin untuk mengumpulkan data sebagai bahan penelitian skripsi ini.
2. Bapak Dr. A. Halil Thahir, M.HI, selaku Dekan Jurusan Ushuluddin dan Ilmu Dakwah atas segala kebijakan serta dorongan sehingga peneliti dapat menjalani studi dengan baik.
3. Ibu Yuli Darwati, M.Si., selaku Kaprodi Tasawuf dan Psikoterapi beserta jajaran pengurusnya, serta bapak/ibu dosen yang telah membimbing dan mencurahkan banyak ilmu sejak awal perkuliahan yang mana itu semua menjadi bekal peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi dan Bapak Ach. Shodoqil Hafil, M.Fil.I, selaku dosen pembimbing yang mengarahkan dan mengoreksi selama waktu penelitian skripsi ini sehingga skripsi ini bisa selesai pada waktu yang telah direncanakan.
5. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu, atas segala bantuannya demi terselesaikannya penelitian skripsi ini.

Penelitian skripsi ini tentu masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahannya. Dengan demikian kami mohon maaf dan mengharap kritik dan saran demi penyempurnaan skripsi ini.

Kediri, 06 Juni 2023


Muhamad Bagus

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	ix
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	2
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Penelitian Terdahulu.....	5
BAB II: LANDASAN TEORI	15
A. Zikir dan Asmaul Husna.....	15
B. Psikoterapi	23
C. Kualitas Tidur	26
D. Skizofrenia	31

BAB III: METODOLOGI PENELITIAN.....	40
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	40
B. Variabel Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43
D. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	45
E. Instrumen Penelitian	45
F. Data dan Sumber Data	48
G. Teknik Pengumpulan Data	49
H. Analisis Data.....	50
BAB IV: HASIL PENELITIAN.....	55
A. Deskripsi Data.....	55
B. Pengujian Hipotesis.....	58
BAB V: PEMBAHASAN	62
A. Pengaruh Zikir Asmaul Husna Sebagai Metode Psikoterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Klien Skizofrenia Di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri	62
B. Tingkat Efektifitas Zikir Asmaul Husna Sebagai Metode Psikoterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Klien Skizofrenia Di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri	65
BAB VI: PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR TABEL

HALAMAN

Tabel 3.1.	Tabel Rancangan Penelitian	42
Tabel 3.2.	Populasi Penelitian	44
Tabel 3.3.	Dimensi dan Indikator Kualitas Tidur	46
Tabel 4.1.	Hasil Hitung Uji Normalitas (Kolmogorof Smirnof)	57
Tabel 4.2.	Hasil Hitung Uji Homogenitas (One Way Anova)	58
Tabel 4.3.	Hasil Hitung Uji (Paired Samples T Test) Paired Samples Statistics	59
Tabel 4.4.	Hasil Hitung Uji (Paired Samples T Test) Paired Samples TesT	60
Tabel 4.5.	Hasil Hitung Sumbangan Efektif Regresi Linier	61

DAFTAR LAMPIRAN

HALAMA2

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian FUDA IAIN Kediri.....	72
Lampiran 2	Surat Keterangan Penelitian Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Provinsi Jawa Timur.....	73
Lampiran 3	Surat Permohonan Izin Riset /Penelitian Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur.....	74
Lampiran 4	Kuesioner Penelitian.....	75
Lampiran 5	Tabulasi Data Mentah.....	76
Lampiran 6	Hasil Uji Normalitas (Uji Kolmogorof Smirnof) dan Uji Homogenitas (One Way Anova).....	77
Lampiran 7	Hasil Uji Paired Samples T Test dan Hasil Hitung Sumbangan Agresi Linier.....	78
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian.....	79