EFEKTIVITAS HYPNOQUR'AN DALAM MENINGKATKAN *TAQARRAB ILAALLAH* PADA MAHASISWA DI ORGANISASI PERSATUAN KEBANGSAAN PELAJAR-PELAJAR MALAYSIA DI INDONESIA CABANG SURABAYA (PKPMICS)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)

Oleh:

Mohammad Ehsan bin Abdul Rahman

B43214120

PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2018

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama	: Mohammad Ehsan Bin Abdul Rahman
Nim	: B43214120
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Judul	**Efektivitas HypnoQur'an Dalam Meningkatkan *Taqarrab Ilallah* Pada Mahasiswa Di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)**

Skripsi ini telah diperiksa dan dipersetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 2 April 2018

Dosen Pembimbing

Dr. Agus Santoso,S.Ag,M.Pd

197008251998031002

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : MOHAMMAD EHSAN BIN ABDUL RAHMAN

NIM : B43214120

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa SKRIPSI ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian / karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Jika ternyata dikemudian hari ini terbukti bukan hasil karya saya sendiri, saya bersedia mendapatkan sanksi berupa pembatalan gelar kesarjanaan yang saya peroleh.

Surabaya, 2 April 2018
Saya yang menyatakan

METERAI TEMPEL
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Mohammad Ehsan Bin Abdul Rahman
B43214120

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skirpsi oleh **Mohammad Ehsan Bin Abdul Rahman** ini telah dipertahankan didepan Tim penguji skripsi

Surabaya, 18 April 2018

Mengesahkan,

Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dekan

Dr. Hj. Rr. Suhartini, M.Si

NIP: 195801131982032001

Penguji I

Dr. Agus Santoso, S. Ag, M.Pd

197008251998031002

Penguji II

Mohamad Thohir, M.Pd.I

197905172009011007

Penguji III

Dr. H. Rudy Al Hana, M.Ag

196803091991031001

Penguji IV

Dr. Pudji Rahmawati, M.Kes

196703251994032002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mohammad Ehsan bin Abdul Rahman
NIM : B43214120
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi /Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : mmohdehsan@yahoo.co.id

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
Efektivitas HypnoQurian dalam meningkatkan Taqarrab Ilaallah pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 25/04/2018

Penulis

MOHAMMAD EHSAN BIN
(ABDUL RAHMAN)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Mohammad Ehsan Bin Abdul Rahman (B43214120). *Efektivitas HypnoQur'an Dalam Meningkatkan Taqarrab Ilaallah Pada Mahasiswa Di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)*

Fokus masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah (1) Bagaimanakah pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* Pada Mahasiswa Di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)? (2) Bagaimanakah hasil pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* Pada Mahasiswa Di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pre-eksperiment design* dengan teknik *one shot case study* yaitu kelompok yang diberikan *treatment* selanjutnya diobservasi hasilnya yang berguna untuk memeriksa fakta dan data mengenai efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* Pada Mahasiswa Di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS). subyek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa PKPMICS yang berjumlah 15 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode angket yang dianalisa mengunakan Product Moment.

Adapun dari hasil analisa mengunakan Product Moment korelasi antara variabel HypnoQur'an dengan variabel *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa PKPMICS adalah 0.644. Setelah membandingkan dengan r tabel yaitu 0.553, maka Ho ditolak dan Ha diterima yang ertinya HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS) dengan memiliki bacaan nilai korelasi yang "**Tinggi**."

Kata Kunci : HypnoQur'an, *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa PKPMICS.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

JUDUL PENELITIAN…….I

PERSETUJUAN PEMBIMBING……...II

PENGESAHAN TIM PENGUJI……III

MOTTO ……IV

PERSEMBAHAN……...V

PENYATAAN OTENTISITAS SKRIPS …….VI

ABSTRAK……VII

KATA PENGANTAR ...…….VIII

DAFTAR ISI ……...……X

DAFTAR TABEL……..XIII

DAFTAR GAMBAR …….XIV

BAB I : PENDAHULUAN

A. LatarBelakangMasalah….……..1
B. RumusanMasalah.……...4
C. TujuanPenelitian…….……4
D. ManfaatPenelitian….……..5
E. MetodePenelitian.....……7
1. Pendekatan Dan JenisPenelitian….……..……..7
2. Populasi Dan Sampel….…….……8
3. Variabel Dan IndikatorPenelitian.……...……...9
4. DefinisiOperasional……..……10
5. TeknikPengumpulan Data……13
6. TeknikAnalisis Data……16
F. SistematikaPembahasan……...17

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II : HYPNOQUR'AN DAN *TAQARRAB ILAALLAH*

A. HypnoQur'an……..19
1. Hypnosis……..…....19
a. Pengertian Hypnosis……19
b. Modal DasarPikiranManusia…….20
c. Tahapan Hypnosis……..…….23
2. Al-Quran……...…….25
a. Al-Quran Berupa*Shifa'*……..25
b. *Sound Healing*……..……..28
c. *Emotional Al-Quran*……..……30
3. HypnoQur'an…….32
a. PengertianHypnoQur'an…….32
b. KonsepHypnoQur'an……...……..32
c. Nilai-NilaiTerapeutikHypnoQur'an…….…….34
d. Procedure PelaksanaanHypnoQur'an…….……37
B. *TaqarrabIlallah*……...……39
1. Pengertian*TaqarrabIlallah*……..……..39
2. Ayat-ayat Al-Quran *TentangTaqarrabIlallah*.....41
3. Hadith-Hadith tentang*TaqarrabIlallah*……..42
4. Indikator*TaqarrabIlaallah*……..43
5. Ciri-Ciri*TaqarrabIlallah*…...……...46
C. HasilPenelitianDahulu Yang Relevan…..……51
D. HipotesisPenelitian……55

BAB III : PENYAJIAN DATA

A. DeskripsiUmumObjekPenelitian….……57
1. ProfilOrganisasi……..57
2. KerangkaKonsepPenelitian……..……..60
3. Desain penelitian.....61
4. Populasi Dan Sampel……..…….61
5. SenaraiNamaKonseli…….62
6. Tempatpenelitian……...…….63
B. DeskripsiHasilPenelitian…..……64
1. TahapPersiapan……...……64
2. TahapPelaksanaanterapi…….……...65
3. DesainAngket……...……..72
4. UjiValiditasAlatUkur……...……74
5. UjiRealibilitasAlatUkur……80

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Tabulasi Data AngketPenelitian……...……..84
C. PengujianHipotesisPenelitian……..…….87

BAB IV : ANALISIS EFEKTIVITAS HYPNOQUR'AN DALAM MENINGKATKAN *TAQARRAB ILAALLAH*……..90
A. Analisis Proses PelaksanaanTerapi……...……..90
B. AnalisisHasilPelaksanaanTerapi……...92

BAB V : PENUTUP
A. Kesimpulan.....96
B. Saran……...……98

DAFTAR PUSAKA……...99
LAMPIRAN…….103

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan oleh Allah SWT adalah untuk sesuatu perkara yang besar yaitu menyembah-Nya, mengesakan-Nya, dan mentaati-Nya dengan melakukan hal-hal yang diperintah-Nya dan menjauh larangan-Nya. Hal ini sudah menjadi hak Allah SWT karena telah menciptakan manusia dengan sebaik-baik penciptaan dan mengurusnya dengan sebaik-baik pengurusan. Maka, haknya pada penduduk langit dan bumi adalah mereka menyembah-Nya dengan tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatupun. Sepertimana firman Allah SWT dalam al-Quran Surah adz-Dzaariyaat ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ ٱلْجِنَّ وَٱلْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ٥٦

Artinya: "Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdi kepada-Ku." (Q.S adz-Dzaariyat: 56)

Namun, masih banyak manusia yang lupa dan lalai akan tanggungjawabnya sebagai seorang hamba kepada Allah SWT. Kesibukan dalam mengejar dunia telah membuat manusia semakin jauh dari-Nya dan hati mereka didatangi penyakit-penyakit yaitu *Hubbun Dunya,* cinta akan dunia. Dampaknya, manusia akan menggunakan segala cara demi merealisasikan kemahunya meskipun harus berdosa. Disaat mereka ditimpa kesusahan, mereka akan meminta pertolongan pada selain Allah SWT. Allah SWT menyebut orang-orang tersebut adalah orang-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang yang rugi sepertimana firman-Nya dalam al-Quran Surah al-Munafiqun ayat 9:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تُلۡهِكُمۡ أَمۡوَٰلُكُمۡ وَلَآ أَوۡلَٰدُكُمۡ عَن ذِكۡرِ ٱللَّهِۚ وَمَن يَفۡعَلۡ ذَٰلِكَ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡخَٰسِرُونَ ٩

Artinya: "Hai orang-orang beriman, janganlah hartamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Barangsiapa yang berbuat demikian maka mereka itulah orang-orang yang merugi." (Q.S al-Munafiqun: 9).

Menurut al-Ghazali, mendiagnosis penyakit jiwa itu dapat dimulai dari keadaan jiwa seseorang karena dengan itu dapat diketahui gejala-gejala dari kelemahan jiwa seseorang tersebut. Masalah ini timbul karena sifat-sifat tercela yang ada dalam jiwa. Oleh karena itu, ketaatan merupakan pembinaan hati dan sedangkan kemaksiatan merupakan racun yang berpengaruh pada hati.[1]

Semua permasalahan tersebut bermula dari dalam diri manusia itu sendiri. Manusia telah dianugerahi modal dasar yang luar biasa yaitu *conscious mind*, *sub conscious mind* dan *unconscious mind.* Sigmund Freud, berpendapat bahwa seluruh perilaku manusia berasal dari *unconscious mind* sehingga kesadaran yang lain merupakan bagian kesadaran utama. Kesadaran *unconscious mind* merupakan kesadaran yang banyak terkait dengan bagaimana kedekatan seseorang dengan yang Mahakuasa.[2] *Unconscious mind* menjadi dasar untuk manusia bertingkahlaku sesuai dengan nilai dasar yang ada pada diri mereka. Jika *Unconscious mind* manusia *taqarrab Ilaallah* maka kognitif, afeksi dan

[1] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 292

[2] Abdul Kohar & Abdul Aziz, *Dahsyatnya Spiriyual Hypnosis* (Surakarta: HasanahMedia, 2010) hlm. 18.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

behaviornya akan terbentuk untuk *taqarrab Ilaallah*.

Taqarrab Ilallah adalah suatu usaha seorang hamba untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan melakukan perkara-perkara yang disukai oleh Allah SWT dan menjauhi perkara-perkara yang dibenci oleh Allah SWT. Ibnu Rajab al-Hanbali dalam kitab *Jami' al-Ulum wa al Hikam*, menerangkan ruang lingkup *taqarrab Ilallah*, orang yang melakukannya terdapat dua derajat. *Pertama*, orang yang melaksanakan kewajiban-kewajiban (*ada' al-fara'idh*), meliputi melakukan kewajiban (*fi'l al-wajibat*) dan meninggalkan yang haram (tark al-muharramat. Kedua, orang yang melaksanakan sunnah-sunnah (*nawafil*).[3]

Orang yang mendekatkan diri kepada Allah SWT akan dicintai oleh Allah SWT dan mendapat berbagai balasan yang baik dari-Nya seperti mendapat keredhaan-Nya, Rahmat-Nya, limpahan rezeki-Nya, taufik-Nya dan pertolongan-Nya. Hamba yang selalu berusaha untuk menyucikan diri dan diri yang sudah suci pasti memiliki hubungan yang dekat kepada Allah SWT. Penyucian diri merupakan *wasilah* untuk semakin dekat kepada Allah.[4]

Diantara cara untuk meningkatkan *taqarrab ilaallah* adalah dengan terapi HypnoQur'an. HypnoQur'an merupakan suatu terapi untuk memprogramkan akal bawah sadar dengan nilai-nilai al-Quran. Di dalam terapi ini, konseli diperdengarkan lantunan ayat al-Quran yang baik dan benar dalam kondisi *unconscious mind*. Effeknya, suara al-Quran tersebut dapat menggerakkan

[3] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 240-241.
[4] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 237.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

gelombang elektromagnetik yang menggetarkan kulit dan menenangkan hati. Kemudian, akal bawah sadar konseli diprogram dengan nilai-nilai al-Quran dengan tujuan untuk *restructure* kognitif, afeksi dan behavior konseli. Proses pemberian terapi adalah dengan sugesti-sugesti ayat al-Quran yang mengajak untuk *Taqarrab Ilaallah*.

Melihat permasalahan yang telah berlaku pada umat Islam pada masa kini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai "Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)."

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah proses pelaksanaan Terapi HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)?
2. Bagaimanakah hasil pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Untuk mengetahui hasil pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

D. Manfaat Penelitian

Adapun dari hasil penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dianggap dapat memberi manfaat kepada beberapa pihak diantaranya:

a. Para Ilmuwan

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan kepada para ilmuwan dan pengkaji selanjutnya. Bahkan bisa menjadi pengetahuan bagi mahasiswa atau ilmuwan untuk menemukan metode-metode baru dalam konteks dan perspektif yang berbeda, sehingga dapat memperkayakan khazanah ilmu dalam meningkatkan kualitas kehidupan manusia secara umumnya serta meningkatkan kualitas proses konseling secara khususnya.

b. Konselor

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu teknik yang dapat digunakan dalam proses konseling terutama dalam menangani kasus klien yang memiliki masalah hati. Terapi HypnoQur'an dapat digunakan oleh konselor sebagai ubat kepada hati yang jauh dari Allah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

SWT agar konseli mendapat kesembuhan dari masalahnya. Selain itu, diharapkan dapat menbantu memudahkan proses konseling dalam menangani konseli

c. Mahasiswa

Menambah wawasan dan meluaskan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa Fakultas Dakwah pada umumnya dan Bimbingan Konseling Islam pada khususnya agar mahasiswa menjadi mahasiswa yang berkualitas tinggi berdiri sama tinggi dengan mahasiswa-mahasiswa international di negera-negara maju.

d. Masyarakat Umum

Penelitian ini dapat memberi pengetahuan umum kepada masyarakat tentang masalah psikologi dan solusi-solusi untuk menanganinya agar masyarakat menjadi sihat dari segi fisik, mental dan rohani dalam menjalani keseharian hidup mereka.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Dengan mempelajari dan meneliti efektivitas *HypnoQur'an* peneliti berharap dapat menemukan solusi yang baru dalam menangani masalah hati. Didalam penelitian ini juga peneliti berharap kajian ini dalam menambah pengetahuan serta wawasan diri peneliti. Selain itu, bisa memberi manfaat kepada peneliti dalam menemukan teknik-teknik baru yang lebih efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Mahasiswa-mahasiswa Program Studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam.

Hasil penelitian berupa terapi baru ini dapat memberi manfaat kepada mahasiswa-mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) yang bakal menjadi konselor atau psikoterapis Islam dan menjadikan terapi HypnoQur'an sebagai terapi alternatif dalam menangani masalah psikologi yang dihadapi konseli. Selain itu, bisa dijadi sumber rujukan kepada penelitian selanjutnya

E. Metode Penelitian

1. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian berjudul "**Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)**" ini penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Dalam pengumpulan data, kuantitatif menggunakan instrumen penelitian dan analisis data kuantitatif bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.[5]

[5] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 8.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampel

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri daripada subyek yang mempunyai kualitas dan karateristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.[6] Selain itu, populasi penelitian merupakan keseluruhan (universum) dari obyek penelitian. Sehingga obyek penelitian ini dapat menjadi sumber data penelitian.[7] Populasi bagi penelitian ini adalah ahli PKPMICS.

b. Sampel Dan Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.[8] Teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti adalah dengan menggunakan Sampel Random *Sampling.* Sampel Random *Sampling* adalah teknik untuk mendapatkan sampel yang langsung pada unik *sampling*. Setiap unit sampling adalah unsur populasi yang memiliki peluang yang sama untuk mewakili populasi.[9] Sampel Random *Sampling* dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam

---

[6] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 80.

[7] Syofian Siregar, *Metode penelitian kuantitatif* (Jakarta: KENCANA premedia group, 2013) hlm. 30.

[8] Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* (Bandung: Alfabeta, 2016) hlm. 120.

[9] Muchamad Fauzi, *Metode Penelitian Kuantitatif, Sebuah Pengantar*(Semarang:Wali Songo Press, 2009) hlm. 187.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

populasi itu. Cara demikian dilakukan apabila anggota populasi dianggap homogen.[10]

3. Variabel Penelitian

Variabel diartikan sebagai obyek penelitian, atau yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Menurut Sumardi Suryabrata, variabel diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi obyek pengamatan penelitian. Sering pula dinyatakan variabel penelitian itu sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau segala yang akan diteliti.[11]

Berdasarkan pengertian di atas, maka dalam penelitian ini berlaku dua jenis variabel yang menjadi obyek penelitian, yaitu:

a. Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel bebas adalah beroperasi secara bebas serta aktif yang diselidiki efektivitasnya. Variable bebas (x) dalam penelitian ini adalah HypnoQur'an.

b. Variabel terikat (*dependent variabel*)

Variabel terikat adalah variabel yang diramalkan akan timbul dalam hubungan yang fungsional. Variabel terikat (y) dalam penelitian ini adalah *Taqarrab Ilaallah*.

c. Indikator variabel

---

[10] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 82.

[11] Sumardi Suryabrata, *Metodologi penelitian* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1989) hlm. 72.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Indikator variabel adalah yang dipecahkan menjadi kategori-kategori data yang harus dikumpulkan oleh peneliti. Indikator penelitian ini adalah:

1) Indikator variabel bebas (x): Terapi HypnoQur'an

No.	Indikator	Sub-indikator
1.	*Belief*	Yakin pada al-Quran
2.	*Imagination*	Alam bawah sadar
3.	*Conviction*	Kepastian pada Firman-Nya
4.	*Hope*	Harapan pada Firman-Nya
5.	*Emotional al-Quran*	Merasai emosi al-Quran

Tabel 1.1: *Indikator Variabel (x)*

2) Indikator variabel terikat (y): *Taqarrab Ilaallah*

No.	Indikator	Sub-indikator
1.	Menyucikan diri	Taubat
2.	melaksanakan perintah Allah	Syukur
3.	Menjauhi larangan Allah	Sabar
4.	Pasrah kepada Allah	Tawakal
5.	Mengerjakan Sunnah	Ridha dan Ikhlas

Tabel 1.2: *Indikator Variable (y)*

4. Definisi Operational

a. Efektivitas

Efektivitas adalah keupayaan menghasilkan hasil yang diinginkan atau keupayaan untuk menghasilkan keluaran yang diingini. Apabila sesuatu dianggap efektif, berarti ianya mempunyai hasil yang diharapkan atau hasil yang dijangka, atau menghasilkan kesan yang mendalam.[12]

[12] Wikipedia, *Effectiveness*, https://en.wikipedia.org/wiki/Effectiveness, diakses pada 26 Februari 2018, jam 12.34 P.M.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. HypnoQur'an

HypnoQur'an merupakan suatu terapi untuk memprogramkan akal bawah sadar dengan nilai-nilai al-Quran. HypnoQur'an membimbing konseli untuk memasuki kondisi *trance* sehingga dapat mengeksplor kondisi kognitif, afeksi dan behavior konseli dengan tujuan untuk memprogram akal bawah sadar dengan nilai-nilai positif dari al-Quran. HypnoQur'an menggunakan tahapan yang ada pada hypnosis namun pada nilai-nilai serta konsep sugesti yang diberikan berbeda dengan hypnosis umumnya. Terdapat beberapa tahapan HypnoQur'an antaranya:

1) Pra induksi

Dalam sesi ini, peneliti membangun *belief* dalam diri konseli terhadap terapi HypnoQur'an. Adanya wawancara untuk mengindentifikasi masalah konseli.

2) Induksi

Peneliti membantu konseli untuk memasuki *trance* dengan teknik relaksasi progresif dan memperdengarkan konseli ayat al-Quran yang dibaca secara repetisi.

3) *Deepening*

Peneliti membawa konseli memasuki *trance* dengan lebih dalam dengan teknik berhitung mundur. Pada setiap hitungan mundur tersebut, peneliti membacakan ayat al-Quran agar konseli dapat memasuki kondisi *trance* dengan lebih dalam.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Sugesti

Sugesti yang diberikan berupa pesan ayat al-Quran. Setiap sugesti yang diberikan adalah bertujuan untuk meningkatkan *Taqarrab Ilaallah*.

5) Terminasi

Peneliti mengembalikan konseli dalam kondisi normal yaitu kondisi sadar.

6) Perencanaan Kedepan

Dalam sesi ini, peneliti mengadakan perbincangan dengan konseli tentang perencanaan tindakan konseli kedepan yang berfokus pada meningkatkan *Taqarrab Ilaallah*. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menyembuhkan hati, mencerahkan pikiran dan melahirkan rasa cinta kepada Allah SWT.

c. *Taqarrab Ilaallah*

Taqarrab Ilaallah berarti usaha untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan melaksanakan kewajiban-kewajiban yang telah ditetapkan-Nya dan meninggalkan larangan-Nya serta berusaha meningkatkan amalan-amalan sunnah.[13] Disamping itu, sentiasa berusaha untuk

[13] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 240-241.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyucikan diri (*tazkiyah al Nafs*) dari dinodai oleh penyakit-penyaki hati.[14]

No.	Variabel	Definisi operational	Alat ukur	Skala
1.	Efektivitas HypnoQuran (variabel bebas)	HypnoQur'an adalah sebuah proses pemberian hypnosis dengan sugesti-sugesti yang berupa ayat al-Quran tertentu untuk memprogramkan akal bawah sadar konseli dengan nilai-nilai al-Quran.	Alat ukur yang digunakan adalah lembar angket.	Ordinal
2.	*Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa (variabel terikat)	Meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).	Alat ukur yang digunakan adalah lembar angket.	Ordinal

Tabel 1.3: *Definisi Operational dan Skala Pengukuran*

5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam teknik pengumpulan data, peneliti menggunakan beberapa teknik seperti berikut:

a. Metode Angket

Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulir berisi pertanyaan yang diajukan secara tertulis pada

[14] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 237.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

seseorang atau sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban atau anggapan dan informasi yang dperlukan oleh peneliti.[15]

1) Lembar Angket

Peneliti menggunakan lembar angket adalah untuk menguji efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS). Angket penelitian ini mengandung 10 pertanyaan yang terdiri dari 5 pertanyaan tentang HypnoQur'an dan 5 pertanyaannya lagi tentang *Taqarrab Ilaallah*. Angket berbentuk pertanyaan tertutup dengan empat pilihan jawaban yaitu selalu, kadang-kadang, sangat jarang dan tidak pernah. Masing-masing diberikan skor yang berbeda. Jawaban "Selalu" diberikan skor 4, jawaban "Kadang-Kadang" diberikan skor 3, jawaban "Sangat Jarang" diberikan skor 2, dan jawaban "Tidak Pernah" diberikan skor 1.

Angket penelitian ini mengandung 10 pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan tentang *favourable* dan pertanyaan tentang *unfavourable*. Pertanyaan *favourable* adalah pertanyaan yang menunjukkan sikap selalu dan positif sedangkan *unfavourable* adalah pernyataan yang menunjukkan sikap yang tidak pernah dan negatif.

---

[15] Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 1999) hlm. 69.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun penilaian untuk item *favourable* dan *unfavourable* sebagaimana yang terlampir dalam tabel yang tertera di bawah ini.

Favourable		***Unfavourable***	
Pilihan	**Skala**	**Pilihan**	**Skala**
Selalu	4	Selalu	1
Kadang-kadang	3	Kadang-kadang	2
Sangat jarang	2	Sangat jarang	3
Tidak pernah	1	Tidak Pernah	4

Table 1.4: *Skoring Skala Angket*

b. Observasi

Observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematik gejala-gejala yang diselidiki. Hasil pengamatan secara langsung dapat dicatat. Sehingga dapat dihindari apabila ada kesalahan yang disebabkan keterbatasan kemampuan dalam mengamati.[16] Teknik observasi dilakukan dengan mengadakan pengamatan secara langsung terhadap obyek yang telah ditentukan.

c. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan dimana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-

[16] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Roskarya, 2005) hlm. 127-128.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keterangan.[17] Tujuan dari metode ini adalah untuk memperoleh data mendalam terkait latar belakang konseli, pengalaman traumatis yang dirasakan, perasaan dari konseli. Dalam wawancara peneliti menggunakan bahasa yang akrab dan informal, agar sumber data dapat mengungkapkan segala gagasan dan perasaannya.

d. Dokumentasi

Studi dokumentasi dalam pengumpulan data penelitian ini dimaksudkan sebagai cara mengumpulkan data dengan mempelajari dan mencatat bagian-bagian yang dianggap penting dari berbagai risalah yang ada pengaruhnya dengan lokasi penelitian maupun di instansi lain yang ada pengaruhnya dengan lokasi penelitian. Studi dokumentasi ditujukan untuk memperoleh data lansung dari instansi atau lembaga meliputi buku-buku, laporan kegiatannya di instansi atau lembaga yang relevan dengan fokus penelitian.[18]

6. Teknik Analisi Data

Peneliti menggunakan teknik *Korelasi Pearson Product Moment*, uji signifikan dan koefisien diterminasi untuk mengetahui Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia

[17] Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 1999) hlm. 83.

[18] Riduwan, *Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010) hlm. 72.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Cabang Surabaya (PKPMICS). Adapun rumus dari *product moment* sebagai berikut:[19]

$$r = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum x2 - (\sum X)2\}\{N\sum Y2 - (\sum Y)2\}}}$$

rxy = jumlah yang terkait dalam "r" *product moment*

N= *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

ΣXY= jumlah hasil yang terkait "X" dan nilai "Y"

ΣX = jumlah seluruh nilai "X"

ΣY= jumlah seluruh nilai "Y"

Di dalam korelasi *Pearson Product Moment*, r adalah ketentuan tidak lebih dari nilai (-1≤ r ≤ +1). Apabila nilai r = -1 maka korelasinya negatif sempurna, r= 0 artinya tiada korelasi dan apabila r= 1 berarti sangat kuat.

Indeks Korelasi r	Tingkat Pengaruh
0,80-1,000	Sangat tinggi
0,60-0,799	Tinggi
0,40-0,599	Cukup
0,20-0,399	Rendah
0,00-0,199	Sangat rendah (tidak valid)

Table 1.5: *Indek Korelasi Nilai r*

F. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini ditulis dengan susunan yang beruntun bertujuan untuk mempermudah memahami dan mempelajari isi penelitian ini. Sistematika pembahasan dibagi kepada 5 bab.

[19] Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2006), hlm. 206.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bab pertama merupakan pendahuluan yang memberikan gambaran secara umum tentang skripsi ini. Di dalamnya berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operational, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua merupakan landasan teori yang diperoleh dari hasil berbagai pustaka yang terkait. Kajian pustaka ini akan menguraikan teori-teori yang ada kaitannya dengan masalah yang akan diteliti yaitu: kajian teoritik tentang efektivitas HypnoQur'an dalam meningkat *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS). Selain itu, di dalam bab ini akan diisi dengan hasil penelitian terdahulu yang relevan dan hipotesis penelitian.

Bab tiga merupakan penyajian data yang membahas tentang deskripsi umum obyek penelitian, deskripsi hasil penelitian efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

Bab empat merupakan analisis data yang membahas tentang hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari deskripsi proses pelaksanan penelitian, deskripsi kegiatan penelitian, pengujian hipotesis dan analisis data, dan pembahasan hasil penelitian.

Bab lima merupakan akhir dari pembahasan yang berisi kesimpulan dan saran-saran, serta dilengkapi dengan daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang akan diberikan sesuai dengan pembahasan yang ada.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

HYPNOQUR'AN DAN *TAQARRAB ILAALLAH*

A. HypnoQur'an

HypnoQur'an terdiri dari dua kata yaitu Hypnosis dan Al-Quran yang akan diuraikan pengertian masing-masing secara detail seperti berikut:

1. Hypnosis

a. Pengertian Hypnosis

Hypnos berasal dari bahasa Yunani yaitu berarti tidur. Selain itu, hypnosis mengungkapkan beberapa karakteristik pengenalan seperti kualitas relaksasi mental, fisik, dan emosional yang luar biasa. Seterusnya hipnotis bukanlah keadaan tidur, namun keadaan yang sama dengan aktivitas yang diperlambatkan hingga mencapai frekuensi yang disebut "alfa" yaitu pada waktu keadaan menuju tidur. Banyak ahli menyebutnya sebagai "kesedaran yang diubah". [20] Selain itu, hypnosis adalah suatu keadaan fokus, tenang, dan rileks sehingga dapat mencerna informasi-informasi atau sugesti yang masuk ke dalam pikiran bawah sadar.[21]

Manakala menurut Charles Tebbetts, semua hypnosis adalah hypnosis diri sehingga hipnoterapis lebih tampak seperti pemandu yang

[20] C.Roy Hunter, *Seni Hipnosis* (Jakarta: PT Indeks, 2015) hlm. 18.
[21] Gian Sugiana Sugara, Terapi *Self-Hypnosis Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar* (Jakarta: PT Indeks, 2016) hlm. 1.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengfasilitasi proses hipnotis.[22] Dalam *Stanford Susceptibility Scale* dijelaskan, bahwa dalam suatu populasi hanya ada sekitar 10% kemampuan menerima sugesti tinggi, 5% orang yang rendah kemampuannya dalam menerima sugesti dan 85% orang yang moderate untuk memasuki kondisi hypnosis.[23]

Ini membawa arti, bahwa tidak semua orang boleh dihypnosis. Jika seseorang memilih untuk menolak hypnosis maka peratus untuk seseorang tersebut dihypnosis adalah pada kadar peratus yang sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa semua hypnosis adalah hypnosis diri dan seorang hipnoterapis harus mendapatkan kepercayaan klien terlebih dahulu agar hypnosis dapat diterima baik oleh klien.

b. Modal dasar pikiran manusia

Gambar 2.1: *Struktur Pikiran Manusia*

[22] C.Roy Hunter, *Seni Hipnosis* (Jakarta: PT Indeks, 2015) hlm. 19.
[23] Gian Sugiana Sugara, Terapi *Self-Hypnosis Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar* (Jakarta: PT Indeks, 2016) hlm. 5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam teori hypnosis, manusia digambarkan memiliki dua pikiran yaitu pikiran sadar (conscious mind) dan pikiran bawah sadar (subconscious mind). Pikiran sadar mempengaruhi hidup manusia sebanyak 12%. Manakala pikiran bawah sadar mempengaruhi kehidupan manusia sampai 88%.[24]

Sigmund freud, ahli psikoanalis, mengibaratkan fungsi kerja pikiran sadar dan pikiran bawah sadar dengan fenomena gunung es seperti contoh gambar 2.1 diatas. Dimana permukaan gunung es yang tampak kecil dari permukaan laut mewakili pikiran sadar manusia. Manakala bagian lain gunung es yang berada dibawah permukaan gunung es yang ternampak besar mewakili pikiran bawah sadar manusia.[25] Hal ini berarti, pikiran bawah sadar lebih besar pengaruhnya pada diri manusia berbanding pikiran sadar. Adapun peran dan pengaruh pikiran bawah sadar adalah sebagai berikut[26]:

1) Kebiasaan (baik, buruk dan refleks)
2) Emosi
3) Memori jangka panjang
4) Kepribadian
5) Intuisi

[24] Gian Sugiana Sugara, Terapi *Self-Hypnosis Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar* (Jakarta: PT Indeks, 2016) hlm. 25.
[25] Yoga Pratama, *Hipnotis Lawan Bicara* (Yogyakarta: Real Books, 2015) hlm. 19.
[26] Yoga Pratama, *Hipnotis Lawan Bicara* (Yogyakarta: Real Books, 2015) hlm. 21-22.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6) Kreativitas

7) Persepsi

8) *Belief* dan *value*

Manusia memiliki empat keadaan akal yaitu pada gelombang Beta, gelombang Alfa, gelombang Theta dan gelombang Delta. Gelombang-gelombang ini sangat mempengaruhi gerak kerja akal manusia samada pada akal sadar mahupun akal bawah sadar. Pola gelombang otak (brainwave) ini diukur dengan electro-encephalogram (EEG), yang mampu merekam perubahan gelombang otak manusia. Pola gelombang otak (brainwave) seperti berikut:[27]

No.	Frekuensi gelombang otak	Fungsi
1.	Beta 12 Hz hingga 40 Hz	Merupakan frekuensi otak yang paling tinggi. Digunakan untuk berpikir dan berinteraksi.
2.	Alfa 8 Hz hingga 12 Hz	Kondisi pikiran yang rilek dan santai.
3.	Theta 4 Hz hingga 8 Hz	Kondisi meditatif. Kondisi yang mengakses emosi-emosi yang ada dalam akal bawah sadar.
4.	Delta 0,1 Hz hingga 4 Hz	Delta merupakan kondisi tidur lelap.

Tabel 2.1: *Brainwave*

[27] Adi W. Gunawan, *Hypnosis The art Of Subconscious Communication* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2006) hlm. 54-59.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Tahapan Hypnosis

1) Pra Induksi

Semua proses terapi diawali dengan *preinduction interview*. Pre-Induction merupakan suatu proses untuk mempersiapkan suatu situasi & kondisi yang bersifat kondusif antara seorang Hypnosis & Client.[28] *Preinduction interview* terdiri dari empat tahap yaitu[29]:

a. Membangun dan menjaga relasi
b. Mengatasi/menghilangkan rasa takut
c. Membangun ekspektasi
d. Menggali dan mengumpulkan informasi

2) Induksi

Induction adalah sarana utama untuk membawa seorang untuk berpindah dari *Conscious Mind* ke *Sub Conscious Mind*. Terdapat dua macam pendekatan saat melakukan induksi yaitu[30]:

a. *Authoritarian* (Paternal)

Dengan pendekatan ini, terapis secara langsung meminta atau memerintah konseli untuk menjalankan sugesti yang diberikan. Pendekatan ini sangat sesuai untuk konseli yang patuh atau memiliki tingkat sugestibilitas yang tinggi.

[28] http://www.smarthipnotis.com/2014/01/6-langkah-tahapan-melakukan-hipnotis.html diakses pada 20 Februari 2018, jam 8.42 am.

[29] Adi W. Gunawan, *Hypnotheraphy The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009) hlm. 87-90.

[30] Adi W. Gunawan, *Hypnotheraphy The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009) hlm. 95.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Permissive* (Maternal)

Pendekatan ini lebih bersifat ajakan dan disampaikan dengan lembut. Konseli diajak, didorong secara halus, dan diarahkan dengan lembut untuk mengikuti sugesti yang diberikan oleh terapis.

3) *Deepening*

Deepening adalah suatu proses membimbing konseli untuk memasuki kondisi trance dengan lebih dalam. Terdapat banyak teknik-teknik deepening yang umum digunakan seperti teknik menghitung turun, teknik menuruni tangga dan banyak teknik yang lainnya.[31]

4) Sugesti

Sugesti adalah proses psikologis di mana seseorang membimbing pikiran, perasaan, atau perilaku orang lain.[32] Sugesti pada dasarnya adalah sebuah ide yang dimasukan ke dalam akal bawah sadar, yaitu dengan cara menon-aktifkan faktor kritis pikiran sadar.[33]

5) Terminasi

[31] Adi W. Gunawan, *Hypnotheraphy The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009) hlm. 125-126.

[32] https://id.wikipedia.org/wiki/Sugesti diakses pada 20 Februari 2018, jam 2.58 pm.

[33] Gian Sugiana Sugara, Terapi *Self-Hypnosis Seni Memprogram ulang pikiran bawah sadar* (Jakarta: PT Indeks, 2016) hlm. 37.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Terminasi berarti mengakhiri proses hipnosis. Pada tahap ini konseli dibangunkan secara perlahan-lahan. Waktu yang ideal untuk membangunkan konseli adalah 30 hingga 45 detik atau lebih.[34]

2. Al-Quran

a. Al-Quran berupa *Shifa'*

Shifa' berarti penawar bagi jiwa dan raga manusia. Seperti dalam firman Allah SWT dalam al-Quran, Surah Yunus ayat 57 dan Surah Al-Isra' ayat 82:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدۡ جَآءَتۡكُم مَّوۡعِظَةٞ مِّن رَّبِّكُمۡ وَشِفَآءٞ لِّمَا فِي ٱلصُّدُورِ وَهُدٗى وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ ٥٧

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Q.S Yunus: 57)

وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلۡقُرۡءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٞ وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ ٱلظَّٰلِمِينَ إِلَّا خَسَارٗا ٨٢

Artinya: "Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian. (Q.S Al-Isra': 82).

Ada beberapa hal penting yang dapat diambil dari kedua ayat diatas seperti berikut:[35]

1) Al-Quran yang berisi nasihat-nasihat dan ajakan-ajakan kepada kebaikan yang disertai janji-janji dan ancaman-ancaman, menjadikan

[34] Adi W. Gunawan, *Hypnotheraphy The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009) hlm 134.

[35] Ilhamulla Sumarkan, *Misteri Hati & Ruh Dalam Al-Quran* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2013) hlm. 140.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hati seseorang tergerak untuk mengerjakan amalan-amalan terpuji dan meninggalkan amalan-amalan yang tercela.

2) Al-Quran merupakan obat dan penyelamat manusia dari penyakit syirik, kufur, nifaq dan penyakit-penyakit hati lainnya.
3) Al-Quran berisi petunjuk jalan kepada keimanan, keyakinan dan kebaikan serta menjauhkan hati manusia dari kesesatan.
4) Al-Quran dikatakan sebagai rahmat bagi orang-orang yang beriman, karena ia merupakan obat dan penyembuh penyakit-penyakit sosial yang merusak tata aturan dan nilai-nilai sosial serta menimbulkan ketakutan dan keresahan masyarakat. Masyarakat yang terbebas dari penyakit-penyakit sosial akan hidup penuh kedamaian dan kesejahteraan bersama.

Sayyid Quthb dalam Tafsirnya Fi-Zhilalil Quran, beliau menafsir arti dari al-Quran Surah Yunus ayat 57 seperti berikut: “Telah datang kepada kamu sekalian di dalam kitab yang kamu ragukan itu. Telah datang kepadamu pelajaran *dari Rabb-mu.* Ia bukan kitab yang diada-adakan, dan bukan kitab yang berisikan perkataan dari sisi manusia. Telah datang kepadamu nasihat untuk menghidupkan hati kamu, menyembuhkan dadamu dari penyakit khurafat yang memenuhinya, dari keraguan yang menguasainya, dari penyimpangan yang membuat dada sakit, dan dari keresahan yang membuatnya bingung. Keyakinan, ketenangan, dan kesejahteraan di samping keimanan ke dalam dada. Pelajaran ini, bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang yang dikaruniai keimanan, dapat memberi petunjuk ke jalan yang mengantarkan kepada-Nya dan rahmat yang dapat menghindarkannya dari kesesatan dan siksa."[36]

Di dalam Tafsir Al-Azhar, Prof. Dr. Hamka menyatakan al-Quran mengandung suatu obat bagi apa yang ada di dalam dada. Maka di dalam ayat yang tengah ditafsir ini yaitu firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Yunus ayat 57, Allah SWT berfirman bahwasanya unsur kedua dari al-Quran selain berisi pengajaran, ianya juga berisi sesuatu obat bagi yang ada di dalam dada.[37]

Setengah ulama berpendapat bahwa al-Quran itu boleh menjadi obat dari penyakit badan. Mereka beralasan pada sebuah riwayat yang dikeluarkan Ibnul Mundzir dan Ibnu Mardawaihi, yang diterima dari sahabat Rasulullah SAW mengadunya bahwa dadanya sakit. Maka bersabda Rasulullah SAW kepadanya, "Bacalah Al-Quran, sebab Allah SWT telah bersabda bahwa dia adalah suatu obat bagi yang ada dalam dada."[38] Ada banyak penyakit setiap hari yang sembuh dengan membaca al-Quran dan Allah SWT telah menempatkan dalam setiap ayat al-Quran sebuah kekuatan penyembuhan untuk penyakit tertentu jika ayat ini dibaca dalam jumlah tertentu berkali-kali.[39]

---

[36] Sayyid Quthb, *Tafsir Fi-Zhilalil Quran* (Jakarta:Robbani Press, 2008) hlm. 685-686.
[37] Hamka, *Tafsir Al-Azhar:Jilid 4* (Jakarta:Gema Insani, 2015) hlm. 434.
[38] Hamka, *Tafsir Al-AzharJilid 4* (Jakarta:Gema Insani, 2015) hlm. 435.
[39] Abu Ammar & Abu Fatiah Al-Adnani, *Negeri-negeri Penghafal Al-Quran* (Solo:Al-Wafi,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Sound Healing*

Dalam perspekif sains juga telah membuktikan bahwa ayat-ayat al-Quran boleh menyembuhkan. Antaranya ialah, penelitian ilmiah yang dibuat oleh Abdul Daim Al-Kahil tentang "*kekuatan penyembuhan dengan al-Quran"* dalam perspektif sains. Menurut Abdul Daim Al-Kahil, struktur dasar alam semester ini adalah atom, dan struktur dasar tubuh manusia adalah sel; setiap sel terbuat dari miliaran atom dan setiap atom terbuat dari nukleus positif dan elektron negatif yang berotasi di sekitarnya; karena rotasi ini sebuah medan elektromagnetik. Didalam tubuh manusia, setiap sel bergetar dengan sistem yang seksama dan perubahan kecil apapun pada getaran itu akan mengakibatkan sakit pada sebagian organ tubuh. Oleh karena itu, sel-sel yang rusak itu harus digetarkan untuk mengembalikan keseimbangan padanya.

Diantara cara untuk menggetarkan sel-sel yang telah rusak adalah dengan terapi suara al-Quran. Suara terdiri dari getaran-getaran mekanik yang sampai ke telinga lalu ke sel-sel otak yang menyesuaikan dengan getaran-getaran tersebut, dan mengubah getarannya sendiri. Itulah mengapa suara al-Quran dianggap sebagai *energy* penyembuhan al-Quran karena ia merupakan Kitab Allah SWT. [40]

2015) hlm. 113.

[40] Abu Ammar & Abu Fatiah Al-Adnani, *Negeri-negeri Penghafal Al-Quran* (Solo:Al-Wafi, 2015) hlm. 114-117.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Seterusnya, membaca al-Quran memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap sel-sel otak dan mampu mengembalikan keseimbangannya; otak adalah organ yang mengontrol tubuh dan dari sini perintah-perintah dikirim kepada seluruh organ tubuh terutama sistem kekebalan tubuh. Masaro Emoto, seorang ilmuwan Jepang, telah membuktikan dalam eksperimennya terhadap air bahwa medan elektromagnetik pada molekul-molekul air sangat terpengaruh oleh suara. Terdapat nada-nada tertentu yang berpengaruh pada molekul-molekul air ini dan membuatnya menjadi lebih teratur.[41]

Demikian itu, jika ayat al-Quran dibacakan kepada manusia pasti akan membawa pengaruh kepada fisik dan psikologi manusia sehingga penyakit rohani ataupun jasmani dapat disembuhkan dengan izin Allah SWT. Seperti dalam firman Allah SWT dalam alQuran, dalam Surah Al-Isra' ayat 82:

وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ ٱلظَّٰلِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ٨٢

Artinya: "Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian."(Q.S Al-Isra':82).

c. *Emotional al-Quran*

[41] Abu Ammar & Abu Fatiah Al-Adnani, *Negeri-negeri Penghafal Al-Quran* (Solo:Al-Wafi, 2015) hlm. 118-119.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kata emosi disifatkan sebagai suatu keadaan (*state*) dari diri organisme seseorang pada suatu waktu.[42] Emosi mempengaruhi keseluruhan diri seseorang. Emosi juga bersifat rohani dan jasmani. Kejadian jasmani senantiasa mengiringi emosi.[43]

قُلۡ كُلّٞ يَعۡمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِۦۖ فَرَبُّكُمۡ أَعۡلَمُ بِمَنۡ هُوَ أَهۡدَىٰ سَبِيلٗا ٨٤

Artinya: "Katakanlah: "Tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya masing-masing". Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya." (Q.S al-Israa': 84).

Menurut al Jauzy (w. 1404 H, 80), ungkapan "*ala syakilatihi*" dari al-Quran Surah al-Israa' ayat 84 diatas mempunyai kandungan makna yang luas, antara lain bahwa manusia melakukan tindakan berdasarkan sudut pandangnya (*nahiyatih*), argumentasinya (*jadilatih*), karakternya (*tabi'antih*), metodologinya (*tariqatih*), motifnya (*niyyatih*) atau menurut keyakinannya (*dinih*). Tindakan yang diambil setiap seseorang berdasarkan emosi yang dialaminya mengikuti subjektivitas personal yang bersangkutan. Maka disini terjadinya komunikasi seseorang terus menerus amtara sinyal-sinyal emosi dengan kondisi subjektif seseorang itu (*ala syakilatih*).[44]

Emotional al-Quran berarti al-Quran dibaca atau didengar dengan penuh pengjiwaan. Ibnu Qayyim Al-Jauziyah mengatakan, "Orang yang membaca al-Quran seharusnya melihat bagaimana Allah SWT menyayangi

[42] Abdul Rahman Shaleh & Muhbib Abdul Wahab, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam* (Jakarta: Prenada Media, 2004) hlm. 151.
[43] Fauzik Lendriyono, *Pengantar Psikologi* (Malang: Bayumedia Publishing, 2003) hlm. 75.
[44] Abdul Basit, *Konseling Islami* (Depok: KENCANA, 2017) hlm. 37.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

makhluk-Nya ketika mengalirkan makna-makna firmna-Nya untuk memberikan pemahaman kepada mereka. Hendaknya ia memahami bahwa yang sedang dibacanya bukanlah pernyataan manusia. Ia pun selayaknya menghadirkan rasa kebesaran dan kesucian Dzat yang menyatakan firman tersebut dan menghayati firman-Nya."[45]

Perkataan yang paling baik di muka bumi ini adalah membaca al-Quran secara berulang-ulang. Al-Quran penuh dengan kalimat-kalimat yang menyentuh hati dan emosi. Kisah-kisah dalam al-Quran sarat berisi pelajaran yang menimbulkan luapan kesedihan dan keharuan bagi orang yang mendengarnya atau membacanya.[46] *Emotional al-Quran* dapat dirasai melalui pendengaran, penglihatan dan hati. Menelaah, membaca dan mengamati berulang-ulang, kemudian merenungkan makna-makna ayat akan melahirkan rasa manisnya al-Quran. Bisyr bin As-Sura mengatakan, "Ayat itu bagaikan buah kurma, ketika dikunyah, ia akan mengeluarkan rasa manisnya."[47] Mendengarkan bacaan al-Quran dengan benar dan penuh perhatian dapat meningkatkan keimanan di hati dan memunculkan rasa cinta kepada Allah SWT. Sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Quran, Surah al-A'raf ayat 204 dan Surah al-Anfal ayat 2.

---

[45] Yon Machmudi & Soraya Dimyathi, *Tarbiyah Cinta, Imam Al-Ghazali* (Jakarta: QultumMedia, 2014) hlm. 154.

[46] Abdul Kohar & Abdul Aziz, *Dahsyatnya Spiriyual Hypnosis* (Surakarta: HasanahMedia, 2010) hlm. 24.

[47] Yon Machmudi & Soraya Dimyathi, *Tarbiyah Cinta, Imam Al-Ghazali* (Jakarta: QultumMedia, 2014) hlm. 157.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

وَإِذَا قُرِئَ ٱلۡقُرۡءَانُ فَٱسۡتَمِعُواْ لَهُۥ وَأَنصِتُواْ لَعَلَّكُمۡ تُرۡحَمُونَ ٢٠٤

Artinya: "Dan apabila dibacakan Al Quran, maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat." (Q.S al-A'raf: 204).

إِنَّمَا ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتۡ قُلُوبُهُمۡ وَإِذَا تُلِيَتۡ عَلَيۡهِمۡ ءَايَٰتُهُۥ زَادَتۡهُمۡ إِيمَٰنٗا وَعَلَىٰ رَبِّهِمۡ يَتَوَكَّلُونَ ٢

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal." (Q.S al-Anfal: 2).

3. HypnoQur'an

a. Pengertian HypnoQur'an

HypnoQur'an merupakan suatu terapi untuk memprogramkan akal bawah sadar dengan nilai-nilai al-Quran. HypnoQur'an menggunakan tahapan yang ada pada hypnosis namun pada nilai-nilai serta konsep sugesti yang diberikan berbeda dengan hypnosis umumnya.

b. Konsep HypnoQur'an

Konsep HypnoQur'an ada lima yaitu *belief* (keyakinan), *imagination* (imaginasi), *conviction* (kepastian), *hope* (harapan) dan *emotional al-Quran (emosi al-Quran).* Adapun kelima-kelima konsep HypnoQur'an seperti berikut:[48]

1) *Belief* (Keyakinan)

Keyakinan Bawah sadar sangat berpengaruh pada pikiran, perasaan dan tingkahlaku seseorang. HypnoQur'an membangunkan

[48] C.Roy Hunter, *Seni Hipnosis* (Jakarta: PT Indeks, 2015) hlm. 28-30

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keyakinan bawah sadar tersebut dengan meningkatkan rasa yakin seseorang pada al-Quran bahwa al-Quran adalah kata-kata dari Maha Kuasa.

2) *Imagination* (Imaginasi)

Imaginasi merupakan bahasa bawah sadar. Menjiwai kisah-kisah dalam al-Quran memerlukan bahasa bawah sadar. Al-Quran merangkum semua hal yang pernah terjadi dan yang akan terjadi. Didalamnya terdapat kisah dan kejadian-kejadian yang telah terjadi milyaran tahun yang lampau, baik kejadian tentang kehidupan manusia maupun kejadian tentang alam semesta.[49]

3) *Conviction* (Kepastian)

Al-Quran berisi nasihat-nasihat, janji-janji, penawar, rahmat dan petunjuk yang pasti.[50] HypnoQur'an menanamkan rasa kepastian seseorang pada al-Quran bahwa setiap firman Allah SWT dalam al-Quran adalah sesuatu yang pasti.

4) *Hope* (Harapan)

Harapan adalah energi potensial yang tersimpan dalam diri seseorang. HypnoQur'an melahirkan rasa pengharapan seseorang kepada Allah SWT melalui firman-firman-Nya di dalam al-Quran.

---

[49] Abdul Kohar & Abdul Aziz, *Dahsyatnya Spiriyual Hypnosis* (Surakarta, HasanahMedia, 2010) hlm. 25.

[50] Ilhamulla Sumarkan, *Misteri Hati & Ruh Dalam Al-Quran* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2013) hlm. 140.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) *Emotional al-Quran* (emosi al-Quran)

Al-Quran penuh dengan kalimat-kalimat yang menyentuh hati dan emosi. Ada empat hal untuk merasai *Emotional Al-Quran*. Pertama, al-Quran dibaca dengan rendah hati. Kedua, al-Quran dibaca dengan suara yang lembut. Ketiga, Al-Quran dibaca dengan rasa takut. Keempat, al-Quran dibaca dengan penuh harap kepada Allah SWT. Maanfaatnya, pesan-pesan dari al-Quran dapat dirasai dengan hati, ditadabur dengan pikiran dan dipraktik dengan kelakukan.

c. Nilai-nilai terapeutik HypnoQur'an

1) Ketenangan

Seseorang yang memperoleh ketenangan jiwa adalah seseorang yang kembali kepada Allah SWT. Terkadang manusia tidak memiliki keupayaan untuk menenangkan hatinya yang telah sakit, namun Allah SWT yang akan memberi keupayaan untuk mencapai ketenangan jiwa tersebut jika hamba-Nya selalu mengingati-Nya.

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram." (Q.S Ar-Ra'd: 28)

2) Semangat

Manusia tidak akan terlepas dari ujian Allah SWT. Kesulitan yang di hadapi bukanlah untuk membuat manusia menjadi semakin lemah namun sebagai suatu kekuatan semangat untuk menjadi pribadi yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lebih kuat dan berpotensi tinggi. Jika Allah SWT menghadirkan kesulitan maka Allah SWT jugalah yang akan memberi kemudahan.

فَإِنَّ مَعَ ٱلۡعُسۡرِ يُسۡرًا ٥ إِنَّ مَعَ ٱلۡعُسۡرِ يُسۡرًا ٦ فَإِذَا فَرَغۡتَ فَٱنصَبۡ ٧ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَٱرۡغَب ٨

Artinya: "Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap." (Q.S Asy-Syarh: 5-8).

3) Inspirasi

Allah SWT menguji hamba-Nya dengan pelbagai ujian karena ingin hamba-Nya memiliki sifat sabar. Sifat sabar tidak akan diperolehi tanpa terlebih dahulu melalui jalan kesulitan karena dengan adanya kesulitan maka datangnya sifat sabar. Allah SWT memberi inspirasi kepada hamba-Nya yang sabar bahwa barangsiapa yang bersabar akan mendapat berita gembira dari-Nya.

وَلَنَبۡلُوَنَّكُم بِشَيۡءٖ مِّنَ ٱلۡخَوۡفِ وَٱلۡجُوعِ وَنَقۡصٖ مِّنَ ٱلۡأَمۡوَٰلِ وَٱلۡأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ١٥٥

Artinya: "Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar." (Q.S Al-Baqarah: 155).

4) Perasaan senang

Selagi seseorang itu mengikuti petunjuk Allah SWT, tidak akan ada perasaan risau dan sedih hati yang melanda dirinya. Dia akan selalu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berasa senang meskipun memikul beban masalah yang berat karena yakin pada janji Allah SWT.

قُلْنَا ٱهْبِطُوا۟ مِنْهَا جَمِيعًا ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّى هُدًى فَمَن تَبِعَ هُدَاىَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ٣٨

Artinya: "Kami berfirman: "Turunlah kamu semuanya dari surga itu! Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati." (Q.S Al-Baqarah: 38).

5) Harapan

Allah SWT ar-Rahman. Berarti, Allah peduli dengan hamba-Nya waktu sekarang, Allah menyayangi hamba-Nya waktu sekarang dan Allah SWT melindungi hamba-Nya waktu sekarang. Hamba-Nya tidak perlu menunggu untuk rahmat-Nya datang karena rahmat-Nya telah ada sepanjang masa pada waktu sekarang. Maka, jangan pernah berputus-asa dengan rahmat Allah SWT.

۞قُلْ يَٰعِبَادِىَ ٱلَّذِينَ أَسْرَفُوا۟ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا۟ مِن رَّحْمَةِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغْفِرُ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ ٥٣

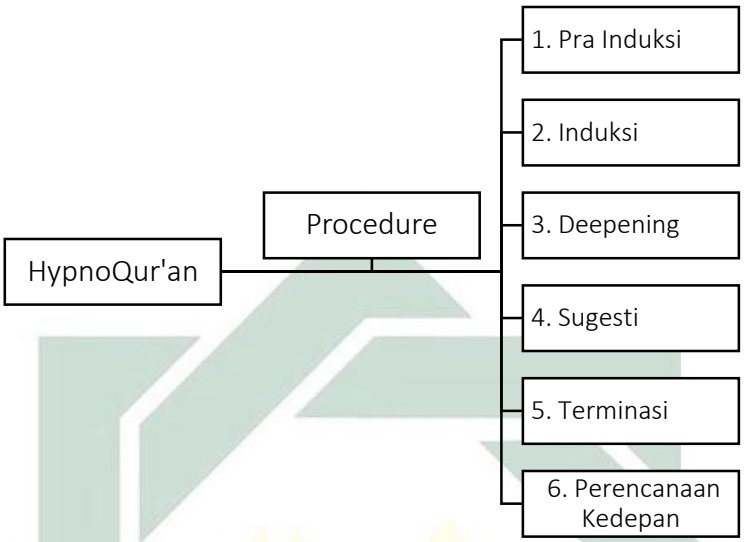
Artinya: "Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (Q.S Az-Zumar: 53).

d. Procedure Pelaksanaan HypnoQur'an

HypnoQur'an merekontruksi alam bawah sadar seseorang dengan mengganti emosi-emosi negatif atau luka psikologis dengan menanamkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nilai-nilai al-Quran. Terdapat enam tahapan HypnoQur'an yaitu Pra Induksi, Induksi, Deepening, Sugesti Terminasi dan *Giving Solution*.



Tabel 2.2: *Procedure Pelaksanaan HypnoQur'an*

Tahapan pertama, Sesi Pra Induksi. Dalam sesi ini, terapis melakukan penggalian data melalui wawancara dan identifikasi masalah konseli serta membangun *belief* konseli pada al-Quran. Tahapan kedua, sesi Induksi. Dalam sesi ini, terapis membantu konseli untuk memasuki kondisi *trance* dengan teknik relaksasi progresif dan memperdengarkan konseli ayat al-Quran yang dibaca secara repetisi. Adapun ayat al-Quran yang dibacakan adalah seperti berikut:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدۡ جَآءَتۡكُم مَّوۡعِظَةٞ مِّن رَّبِّكُمۡ وَشِفَآءٞ لِّمَا فِي ٱلصُّدُورِ وَهُدٗى وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ ٥٧

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Q.S Yunus: 57).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tahapan ketiga, Sesi *Deepening*. Dalam sesi ini, terapis membawa konseli memasuki *trance* dengan lebih dalam dengan teknik berhitung mundur. Pada setiap hitungan mundur tersebut, terapis membacakan ayat al-Quran agar konseli dapat memasuki kondisi *trance* dengan lebih dalam. Adapun ayat al-Quran yang dibacakan adalah seperti berikut:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram." (Q.S Ar-Ra'd: 28).

Tahapan keempat, Sesi Sugesti. Dalam sesi ini, terapis memberikan sugesti berupa pesan dari al-Quran yang dipilih sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan *Taqarrab Ilallah* pada diri konseli. Tahapan kelima, sesi Terminasi. Dalam sesi ini, terapis mengembalikan konseli dalam kondisi normal yaitu kondisi sadar. Sebelum konseli membukakan mata, terapis membacakan al-Quran Surah Al-Fajr ayat 27 hingga 30.

يَٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفۡسُ ٱلۡمُطۡمَئِنَّةُ ٢٧ ٱرۡجِعِيٓ إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةٗ مَّرۡضِيَّةٗ ٢٨ فَٱدۡخُلِي فِي عِبَٰدِي ٢٩ وَٱدۡخُلِي جَنَّتِي ٣٠

Artinya: "Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama´ah hamba-hamba-Ku. Masuklah ke dalam surga-Ku." (Q.S Al-Fajr: 27-30).

Pada tahapan terakhir, Sesi Perencanaan Kedepan. Dalam sesi ini, terapis mengadakan perbincangan dengan konseli tentang perencanaan tindakan konseli kedepan yang berfokus pada meningkatkan *Taqarrab*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ilaallah. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menyembuhkan hati, mencerahkan pikiran dan melahirkan rasa cinta kepada Allah SWT.

B. *Taqarrab Ilaallah*

1. Pengertian *Taqarrab Ilaallah*

Kata *taqarrab* dalam bahasa Arab artinya mendekat. *Taqarrab Ilaallah* berarti usaha untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan melaksanakan kewajiban-kewajiban yang telah ditetapkan-Nya dan meninggalkan larangan-Nya serta berusaha meningkatkan amalan-amalan sunnah. Disamping itu, sentiasa berusaha untuk menyucikan diri (*tazkiyah al Nafs*) dari dinodai oleh penyakit-penyaki hati. Hatinya dihiasi dengan Taubat, sabar, syukur, tawakal, ridha dan ikhlas. Ibnu Rajab al-Hanbali dalam kitab *Jami' al-Ulum wa al Hikam*, menerangkan ruang lingkup *taqarrab Ilaallah*, bahwa orang yang melakukan *taqarrab Ilaallah* terdapat dua derajat. *Pertama*, orang yang melaksanakan kewajiban-kewajiban (*ada' al-fara'idh*), seperti melaksanakan kewajiban (*fi'l al-wajibat*) dan meninggalkan yang haram (*tark al-muharramat*). Kedua, orang yang melaksanakan sunnah-sunnah (*nawafil*).[51]

Hamba yang selalu berusaha untuk menyucikan diri dan diri yang sudah suci pasti memiliki hubungan yang dekat kepada Allah SWT. Penyucian diri merupakan *wasilah* untuk semakin dekat kepada Allah.[52] Kedekatan diri

[51] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 240-241.
[52] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 237.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan Allah SWT hanya dapat dicapai melalui ibadah. Ibadah adalah *wasilah* untuk *bertaqarrab*, mendekati Allah SWT. Terdapat dua makna penting hakikat ibadah yaitu menyucikan diri (*tazkiyah al-nafs*) dan mendekatkan diri sedekat mungkin dengan Sang Pencipta (*Taqarrab Ilaallah*). Orang yang mendekatkan diri kepada Allah SWT akan dicintai oleh Allah SWT dan mendapat berbagai balasan yang baik dari-Nya seperti mendapat keredhaan-Nya, Rahmat-Nya, limpahan rezeki-Nya, taufik-Nya, pertolongan-Nya dan sebagainya.[53]

Seseorang Muslim tidak pernah tidak bahagia, walau apa pun kondisi dan situasi yang dihadapinya. Hal ini karena seorang Muslim memiliki frame berpikir tauhid dan orientasi hidup akhirat yang sangat kuat, sehingga sangat sulit mereka lupa akan keadilan dan kasih sayang Allah SWT terhadap setiap hamba-hamba-Nya yang beriman. Jika manusia mengabaikan ajaran ayat-ayat al-Quran, maka hati manusia tersebut akan dipenuhi penyakit rohani, yang menyebabkannya jauh dari Allah SWT.[54]

2. Ayat-ayat al-Quran tentang *Taqarrab Ilaallah*

a. Bahwasanya Allah SWT dekat

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِۖ فَلۡيَسۡتَجِيبُواْ لِي وَلۡيُؤۡمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمۡ يَرۡشُدُونَ ١٨٦

Artinya: "Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku

[53] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 242.

[54] Ilhamulla Sumarkan, *Misteri Hati & Ruh Dalam Al-Quran* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2013) hlm. 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran." (Q.S Al-Baqarah: 186)

.

b. Bahwasanya Allah SWT lebih dekat dari urat leher

وَلَقَدۡ خَلَقۡنَا ٱلۡإِنسَٰنَ وَنَعۡلَمُ مَا تُوَسۡوِسُ بِهِۦ نَفۡسُهُۥۖ وَنَحۡنُ أَقۡرَبُ إِلَيۡهِ مِنۡ حَبۡلِ ٱلۡوَرِيدِ ١٦

Artinya: "Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya." (Q.S Qaf: 16).

c. Allah SWT sentiasa bersama

هُوَ ٱلَّذِي خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٖ ثُمَّ ٱسۡتَوَىٰ عَلَى ٱلۡعَرۡشِۚ يَعۡلَمُ مَا يَلِجُ فِي ٱلۡأَرۡضِ وَمَا يَخۡرُجُ مِنۡهَا وَمَا يَنزِلُ مِنَ ٱلسَّمَآءِ وَمَا يَعۡرُجُ فِيهَاۖ وَهُوَ مَعَكُمۡ أَيۡنَ مَا كُنتُمۡۚ وَٱللَّهُ بِمَا تَعۡمَلُونَ بَصِيرٞ ٤

Artinya: "Dialah yang menciptakan langit dan bumi dalam enam masa: Kemudian Dia bersemayam di atas ´Arsy. Dia mengetahui apa yang masuk ke dalam bumi dan apa yang keluar daripadanya dan apa yang turun dari langit dan apa yang naik kepada-Nya. Dan Dia bersama kamu di mana saja kamu berada. Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan." (Q.S Al Hadid: 4).

d. Allah SWT mengingati hamba-Nya yang ingat kepada-Nya

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ١٥٢

Artinya: "Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku." (Q.S Al-Baqarah: 152).

e. Rahmat Allah sangat dekat

وَلَا تُفۡسِدُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ بَعۡدَ إِصۡلَٰحِهَا وَٱدۡعُوهُ خَوۡفٗا وَطَمَعًاۚ إِنَّ رَحۡمَتَ ٱللَّهِ قَرِيبٞ مِّنَ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ٥٦

Artinya: "Dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi, sesudah (Allah) memperbaikinya dan berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut (tidak akan diterima) dan harapan (akan dikabulkan).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sesungguhnya rahmat Allah amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik." (Q.S Al-A'raf: 56).

3. Hadith-hadith tentang *Taqarrab Ilaallah*

a. Hadith ke-1

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَإٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ بِشِبْرٍ تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً "

Dari Abu Hurairah berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda: Allah berfirman: Aku (Allah) menurut prasangka hamba-Ku, Aku bersamanya ketika ia mengingat-Ku, jika ia mengingat-Ku dalam dirinya, Aku ingat ia dalam diri-Ku, jika ia mengingat-Ku dalam suatu tempat, Aku mengingatnya di tempat yang lebih baik, jika ia mendekat kepada-Ku sejengkal, maka Aku mendekat kepadanya sehasta. Bila dia mendekat kepada-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Dan bila dia mendekatiku dengan berjalan, maka Aku mendekatinya dengan berlari." (HR Bukhari no. 7405).

b. Hadith ke-2

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " إِنَّ اللَّهَ قَالَ: مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ

Dari Abu Hurairah berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda. Bahwa Allah SWT berfirman: "Tidaklah hamba-Ku mendekatkan diri kepada-Ku dengan sesuatu yang lebih aku cintai daripada melaksanakan apa yang Aku wajibkan kepadanya; tidaklah hamba-Ku terus mendekatkan diri kepada-Ku dengan nafilah-nafilah (nawâfil) hingga aku mencintainya." (HR al-Bukhari no. 2562).

4. Indikator *Taqarrab Ilaallah*

a. Menyucikan diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menyucikan diri adalah usaha seseorang untuk memperbaiki diri (*tazkiyah al Nafs*) dari dinodai oleh penyakit-penyaki hati. Tugas seorang manusia adalah menjaga kesucian hatinya dari berulang kembali kotor, dari sisi inilah manusia harus mampu mengoreksi diri secara terus-menerus. Usaha menjaga kesucian diri ditunjuki Allah SWT melalui jalan hidayah, ilmu dan amal riyadhah. Terdapat dua cara untuk menyucikan diri adalah dengan beribadah dan pembinaan akhlak mulia.[55] Jiwa dapat menjadi suci dengan meninggalkan segala larangan Allah SWT dan melaksanakan perintah-Nya.[56]

b. Melaksanakan perintah Allah SWT

Melaksanakan perintah Allah SWT berarti mengerjakan ibadah. Ibadah adalah istilah yang mencakup semua hal yang dicintai dan diridhai oleh Allah SWT berupa ucapan dan perbuatan, baik lahir maupun batin. Ibadah adalah sebagai puncak cinta dan puncak ketundukan kepada Allah SWT. Ibadah terbagi kepada dua jenis yaitu ibadah zahir dan ibadah batin. Ibadah zahir seperti melafalkan dua kalimat syahadat, mendirikan shalat, menunaikan zakat, puasa, haji, jihad di jalan Allah, amar makruf nahi mungkar, membantu orang mengalami masalah, membaca al-Quran dan ibadah-ibadah lain yang sesuai dengan syariat Islam. Seterusnya, ibadah batin seperti beriman kepada Allah SWT, beriman kepada malaikat-

[55] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 134.

[56] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta: Darrus Sunnah Press, 2015) hlm. 129.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, para Rasul-Nya, hari akhir, takdir baik dan buruk.[57]

c. Meninggalkan larangan Allah SWT

Meninggalkan larangnan Allah SWT adalah usaha seseorang untuk menjauhkan diri dari melakukan suatu perkara yang mendatangkan dosa. Bersabar untuk tidak melakukan hal-hal yang diharamkan adalah wajib, meskipun hawa nafsu menyukainya dan menginginkannya.[58] Kemungkaran-kemungkaran yang dilarang oleh Allah SWT dan Rasul-Nya adalah berbuat syirik, membunuh tanpa alas an yang benar, memakan harta orang lain dengan cara batil dan mu'amalah yang dilarang oleh Rasulullah SAW, memutus silaturrahim, durhaka kepada orang tua, curang dalam mengukur atau menimbang dan perkara-perkara bid'ah yang tidak disyari'atkan oleh Allah SWT dan Rasulullah SAW.[59]

d. Pasrah Kepada Allah SWT

Rasa pasrah kepada Allah SWT adalah bukti kedekatan dan kebergantungan seseorang kepada Allah SWT. Rasa pasrah kepada Allah SWT didapatkan dari sifat tawakal. Tawakal adalah suatu sikap mental seorang yang merupakan hasil dari keyakinannya yang bulat kepada

[57] Muhammad Husain Isa Ali Mansur, *Syarah 10 Muwashafat* (Laweyan Solo: Dar Ad-Dakwah, 2017) hlm. 37-38

[58] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta: Darrus Sunnah Press, 2015) hlm. 215.

[59] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta: Darrus Sunnah Press, 2015) hlm. 86.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah. Keyakinan inilah yang mendorongnya menyerahkan segala persoalan kepada Allah SWT.[60]

e. Meningkatkan amalan Sunnah

Amalan sunnah terlalu banyak. Antara amalan sunat yang dikira penting dan perlu bagi mencapai taufiq dan hidayah Allah SWT serta ma'rifat. Tjuan mengerjakan amalan sunnah adalah semata-mata hendak mendekatkan diri kepada Allah SWT. Amalan Sunnah dilakukan karena rasa kasih sayang terhadap Allah SWT dan sebagai bukti seorang hamba yang bersyukur kepada-Nya. Sebahagian daripada amalan sunnah yang disarankan, adalah:[61]

1) Solat-solat sunat
2) Salawat ke atas Nabi SAW
3) Zikir
4) Do'a
5) Sabar
6) Akhlak yang baik

5. Ciri-ciri *Taqarrab Ilaallah*

a. Taubat

Taubat adalah menyesali atas kesalahan masa lalu dan berjanji tidak akan melakukannya lagi. Sedangkan menurut tasawuf, taubat adalah

[60] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 206.
[61] Ibnu Abdullah Al-Naqsyabandi, *Mengenal Ma'rifat* (Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publications, 2007) hlm. 345.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kembalinya seorang hamba kepada Allah dari segala perbuatan dosa yang pernah dilakukan. Selain itu, taubat berarti kembali kepada jalan yang benar setelah jauh dari Allah SWT karena melakukan dosa.[62] Istiqhfar dan taubat harus disertai penyesalan yang sungguh-sungguh atas dosa dan janji untuk tidak mengulanginya. Inilah disebut "taubat nasuha."[63] Seperti Firman Allah SWT dalam al-Quran Surah At-Tahrim ayat 8.

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ تُوبُوٓاْ إِلَى ٱللَّهِ تَوۡبَةٗ نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمۡ أَن يُكَفِّرَ عَنكُمۡ سَيِّـَٔاتِكُمۡ وَيُدۡخِلَكُمۡ جَنَّٰتٖ تَجۡرِي مِن تَحۡتِهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ يَوۡمَ لَا يُخۡزِي ٱللَّهُ ٱلنَّبِيَّ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مَعَهُۥۖ نُورُهُمۡ يَسۡعَىٰ بَيۡنَ أَيۡدِيهِمۡ وَبِأَيۡمَٰنِهِمۡ يَقُولُونَ رَبَّنَآ أَتۡمِمۡ لَنَا نُورَنَا وَٱغۡفِرۡ لَنَآۖ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيۡءٖ قَدِيرٞ ٨

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubatan nasuhaa (taubat yang semurni-murninya). Mudah-mudahan Rabbmu akan menutupi kesalahan-kesalahanmu dan memasukkanmu ke dalam jannah yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, pada hari ketika Allah tidak menghinakan Nabi dan orang-orang mukmin yang bersama dia; sedang cahaya mereka memancar di hadapan dan di sebelah kanan mereka, sambil mereka mengatakan: "Ya Rabb kami, sempurnakanlah bagi kami cahaya kami dan ampunilah kami; Sesungguhnya Engkau Maha Kuasa atas segala sesuatu." (Q.S At Tahrim: 8).

Imam al-Ghazali mengklasifikasikan taubat menjadi tiga tingkatan seperti berikut:[64]

1) Meninggalkan kejahatan dalam segala bentuknya dan beralih pada kebaikan karena takut terhadap siksa Allah SWT

[62] Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia* (Surabaya: IAIN Sunan AMpel Press, 2016) hlm.111

[63] Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia* (Surabaya: IAIN Sunan AMpel Press, 2016) hlm.112

[64] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 197.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Beralih dari satu situasi yang sudah baik menuju situasi yang lebih baik
3) Rasa penyesalan yang dilakukan semata-mata karena ketaatan dan kecintaan kepada Allah SWT

b. Syukur

Syukur merupakan salah satu ahklak terhadap Allah SWT dengan memuji-Nya diatas setiap nikmat dan kebaikan yang telah diberikan-Nya. Syukur seorang hamba terbahagi kepada tiga hal dan apabila ketiga hal tersebut tidak disatukan, maka tidaklah disebut syukur.

Ketiga hal tersebut adalah mengakui nikmat dalam hati, mengucapkan secara lahir melalui lisan dan menjadikannya sebagai sarana untuk taat kepada Allah SWT. Hati untuk makrifat dan mahabbah, lalu lisan untuk memuja dan menyebut keagungan Allah SWT, sedangkan anggota badan untuk menggunakan nikmat yang diterima sebagai sarana untuk taat kepada-Nya dan menahan diri dari setiap maksiat.[65] Seperti Firman Allah SWT dalam al-Quran Surah al-Baqarah ayat 152.

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ١٥٢

Artinya: "Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku." (Q.S al-Baqarah: 152).

c. Sabar

[65] Abdul Syukur, *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal* (Yogyakarta: Safirah, 2017) hlm. 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sabar berarti menahan diri dari segala sesuatu yang tidak disukai karena mengharap ridha Allah SWT.[66] Sabar terbagi tiga hal, yaitu sabar dalam berbuat taat, sabar dalam menahan diri dari maksiat dan sabar tatkala menerima takdir Allah SWT yang terasa menyakitkan.[67] Sabar bukanlah kelemahan, tetapi kekuatan. Sabar bukan kelesuan, tetapi semangat hidup dan sabar bukan diam membisu tetapi pantang menyerah. Firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Ali Imran ayat 200:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱصۡبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمۡ تُفۡلِحُونَ ٢٠٠

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung." (Q.S Ali Imran: 200).

d. Tawakal

Tawakal adalah suatu sikap mental seorang yang merupakan hasil dari keyakinannya yang bulat kepada Allah. Keyakinan inilah yang mendorongnya menyerahkan segala persoalan kepada Allah SWT.[68] Arti tawakkal kepada Allah SWT adalah berserah diri kepada Allah SWT setelah melakukan suatu aksi. Sebagaimana diungkapkan Yusuf Qardhawi bahwa tawakal itu adalah pekerjaan hati, sementara usaha atau pekerjaan merupakan pekerjaan fisik.[69] Orang yang bertawakal dengan sebaik-baik

[66] Abdul Syukur, *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal* (Yogyakarta: Safirah, 2017) hlm. 11
[67] Abdul Syukur, *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal* (Yogyakarta: Safirah, 2017) hlm. 27.
[68] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 206.
[69] Abdul Syukur, *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal* (Yogyakarta: Safirah, 2017) hlm. 150.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tawakal akan mendapat cinta dari Allah SWT. Seperti firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Ali Imran ayat 159.

فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya: "Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya." (Q.S Ali Imran: 159).

e. Ridha

Ridha adalah menerima semua yang terjadi atas dirinya dengan lapang dada dan senang hati, serta meyakini bahwa semua yang terjadi adalah atas kehendak Allah SWT. Ridha juga dapat diartikan dengan perasaan gembira atau senang hati dalam menerima keputusan Allah SWT. Sayyid Ahmad Ar-Rifa'I mengatakan ridha adalah ketenteraman hati kepada Sang Maha Bijaksana dan menyisih pilihan sendiri disertai kepasrahan[70]

f. Ikhlas

Ikhlas adalah suatu aktifitas rohani (hati) yang menghendaki keridhaan Allah SWT dengan suatu amal, membersihkannya dari segala noda individual maupun duniawi. Tidak ada yang melatarbelakangi suatu amal kecuali karena Allah SWT dan demi hari akhirat dan tidak ada noda yang mencampuri suatu amal yang menghendaki selain Allah SWT.

[70] Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers, 2017) hlm. 208.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Landasan amal yang ikhlas adalah memurnikan niat karena Allah SWT semata.[71]

Selain itu, ikhlas adalah orang yang tidak memperdulikan pujian manusia kepada dirinya karena hatinya tulus hanya mengharapkan ridha Allah SWT dan ia tidak ingin orang lain memperhatikan perbuatannya walau hanya seberat Dzarrah (semut-semut kecil). Ikhlas juga mencakup semua perbuatan dan perkataan.[72] Orang yang dicintai oleh Allah SWT adalah orang yang mencintai Allah SWT dengan sepenuh hati dengan melaksanakan semua ibadah wajib maupun ibadah sunnah dengan ketulusan dan keikhlasan serta menghindari semua larangan-Nya.[73]

C. Peneltian Terdahulu Yang Relevan

Dalam hal ini peneliti mengambil skripsi sebelumnya sebagai penelitian terdahulu yang relevan:

1. Penelitian Pertama

   Nama Peneliti : Ursilawati

   Judul Penelitian : "Terapi Islam Melalui Hipnosholawat Dalam Menangani Trauma Seorang Mahasiswa UINSA Korban *Bullying*"

[71] Hasmi, "Arti Ikhlas." http://hasmidepok.org/kajian-islam/pengertian-arti-ikhlas-menurut-bahasa-dan-istilah-dalam-pandangan-islam.html, diakses pada 27 Februauri 2018, jam 9.37 A.M.

[72] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta: Darrus Sunnah Press, 2015) hlm. 43.

[73] Abdul Syukur, *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal* (Yogyakarta: Safirah, 2017) hlm. 194.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tempat Penelitian : Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Tahun penelitian : 2017

Kesimpulan:

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan perilaku yang diamati. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*).

a. Persamaan

Persamaan Hipnosholawat dengan HypnoQur'an adalah pada tahapan terapeutik. Didalam penelitian ini menggunakan tahapan hypnosis umum yaitu pra induksi, induksi, deepening, sugesti dan terminasi namun dari setiap tahapan tersebut berisi nilai-nilai dan konsep sugesti yang berbeda dari hypnosis umum.

a. Perbedaan

Perbedaan Hipnosholawat dan HypnoQur'an adalah pada nilai-nilai dan konsep sugesti, dimana Hipnosholawat berfokus pada sugesti tentang sirah Rasulullah Saw dan melafalkan sholawat *tibbil qulub* sebagai upaya menciptakan keadaan khusyu' dan kepasrahan. Manakala HypnoQur'an berfokus pada memperdengarkan ayat-ayat al-Quran secara berulang-ulang sehingga membekas pada akal bawah sadar dengan tujuan untuk meningkatkan *Taqarrab Ilaallah*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Peneltian Kedua

Nama : Abang Mohd Nazmi Abg Nasser

Judul penelitian : "Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Terapi Ruqyah Syariah Dalam Mengatasi Depresi Seorang Anggota Mahasiswa Malaysia Di Persatuan (Ikwans) Akibat Gangguan Sihir."

Tempat penelitian : Di Persatuan Ikwans, Jemurwonosari Gang Masjid Surabaya.

Tahun penelitian : 2016

Kesimpulan:

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan perilaku yang diamati. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*).

a. Persamaan

Persamaan penelitian ini dengan HypnoQur'an adalah adanya penggunaan terapi al-Quran. Terapi Ruqyah syariah adalah salah satu pengobatan yang menggunakan bacaan ayat-ayat Al-Quran dan doa-doa yang disunnahkan baginda Nabi SAW. Seperti komentar Ibnu Katsir menyatakan Ruqyah adalah "Mantra atau jampi perlindungan yang dibacakan kepada yang sakit seperti demam kesurupan dan penyakit lainnya. Di dalam HypnoQur'an juga ada menggunakam ayat-ayat al-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Quran namun tujuannya berbeda yaitu untuk memprogramkan akal bawah sadar konseli supaya memiliki nilai-nilai al-Quran.

b. Perbedaan

Perbedaan terapi Ruqyah syariah dengan HypnoQur'an adalah pada tujuan, tahapan dan teknik. Terapi Ruqyah syariah lebih berfokus pada penyembuhan penyakit-penyakit zahir mahupun batin akibat gangguan. Manakala HypnoQur'an berfokus pada memprogramkan akal bawah sadar konseli supaya memiliki nilai-nilai al-Quran agar konseli menjadi semakin dekat dengan Allah SWT.

3. Penelitian Ketiga

Nama : Siti Shofa Nida Nuroin

Judul penelitian : "*Qur'anic Sound Healing* Untuk Mengatasi Speech Delayed Anak Autis Di Paud Inklusi Melati Sidoarjo."

Tempat penelitian : Di Paud Inklusi Melati Sidoarjo

Tahun penelitian : 2017

Kesimpulan:

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan perilaku yang diamati. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*).

a. Persamaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persamaan *Qur'anic Sound Healing* dengan HypnoQur'an adalah kedua-duanya merupakan penyembuhan (terapi) dengan menggunakan lantunan suara ayat-ayat Al-Qur'an yang di perdengarkan kepada konseli. Selain itu, Bacaan Al-Qur'an yang di perdengarkan pada konseli merupakan bacaan yang baik dan benar sesuai dengan mahkraj dan tajwid. Suara yang dikeluarkan oleh pembaca Al-Qur'an, merupakan suara yang lembut juga sehingga bisa menyentuh hati konseli bahkan siapapun yang mendengarnya. Juga pembaca Al-Qur'an haruslah menjaga kestabilan emosinya.

b. Perbedaan

Perbedaan HypnoQur'an dengan *Qur'anic sound healing* adalah HypnoQuran melibatkan alam bawah sadar dalam menyampaikan pesan al-Quran manakala *Qura'anic Sound healing* hanya berfokus pada memperdengarkan al-Quran.

D. Hipotesis

Hipotesis adalah keputusan penelitian yang belum sempurna, sehingga perlu disempurnakan dengan membuktikan kebenaran hipotesis. Pembuktian hipotesis tersebut hanya dapat dilakukan dengan menguji hipotesis dengan mendapat data di lapangan.[74] Terdapat 2 jenis hipotesis yang digunakan didalam penelitian yaitu

[74] Muchamad Fauzi, *Metode Penelitian Kuantitatif*, *Sebuah Pengantar*(Semarang:Wali Songo Press, 2009) hlm. 127.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hipotesis kerja yang disebut hipotesis afternatif, disingkat menjadi Ha dan hipotesis nol, disingkat menjadi Ho:

1. Hipotesis Kerja (Ha):

   Adanya Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkat *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

2. Hipotesis Nol (Ho):

   Tidak Adanya Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Profil Organisasi

   a. Latar Belakang

Sejarah wujudnya PKPMI bermula di Pulau Jawa pada tahun 1945. Ketika itu organisasi pelajar-pelajar Malaysia yang ditubuhkan adalah Kesatuan Pelajar-Pelajar Malaya (KPM) yang berpusat di Yogyakarta. Organisasi Pelajar-Pelajar Malaya yang kedua didirikan di Sumatera pada tahun 1948 yang berpusat di Medan, yang dinamakan Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaya di Medan. Pada tahun 1965, KPM dibubarkan dan membentuk sebuah persatuan baru yang diberi nama

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Himpunan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia (HMPI) yang berpusat di Yogyakarta.

Pada tahun terjadinya konfrontasi Malaysia-Indonesia, tidak terdapat sebarang catatan tentang kegiatan pelajar Malaysia di Indonesia kerana semua pelajar pulang ke tanah air. Pada tahun 1967, pelajar-pelajar Malaysia mulai datang lagi ke Indonesia. Pada 18 Mei 1968, HMPI mengadakan kongres. Dalam kongres tersebut dipersetujui untuk HMPI menjadi PKPMI iaitu Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia Di Indonesia dan menetapkan Jakarta sebagai pusat manakala Yogyakarta adalah cabang PKPMI. Sejak itu, PKPMI terus berkembang terutama di Pulau Jawa bagi membentuk beberapa cabang PKPMI yang di antaranya PKPMI Cabang Surabaya.

Peranan PKPMI adalah Sebagai penghubung dan penyelaras dengan JPMI (*Education* Malaysia) mahupun antara cabang dalam membantu menyelesaikan dan memudahkan setiap masalah dan aktiviti yang dibuat oleh cabang serta menjaga kebajikan mahasiswa. Selain itu, PKPMI Pusat juga adalah badan yang diiktiraf oleh JPMI untuk menyatupadukan seluruh mahasiswa Malaysia yang menuntut di Indonesia dan sekaligus menjadi platform bagi mahasiswa untuk berpersatuan dan mencari nilai tambah dalam setiap aktiviti yang diadakan.

b. Logo lembaga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gambar 3.1: *Logo Rasmi PKPMIcS 2017-2018*

c. Visi dan Misi

1) Menyatupadukan seluruh pelajar-pelajar Malaysia di Indonesia, memupuk semangat kebangsaan dan rasa tanggungjawab berdasarkan Rukun Negara.
2) Menjaga kepentingan dan kesejahteraan pelajar-pelajar Malaysia di Indonesia dalam segala perundingan dan perhubungan dengan pihak-pihak yang berkenaan.
3) Menjalankan kegiatan-kegiatan sosial dan ilmiah yang tidak bertentangan dengan nilai-nilai Islam dan peraturan-peraturan di Indonesia serta setempat.
4) Berusaha mengeratkan hubungan antara pelajar-pelajar Malaysia di Indonesia dengan pelajar-pelajar dan masyarakat Indonesia serta pelajar-pelajar asing lain di Indonesia.
5) Meningkatkan dakwah di kalangan pelajar-pelajar Malaysia di Indonesia.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

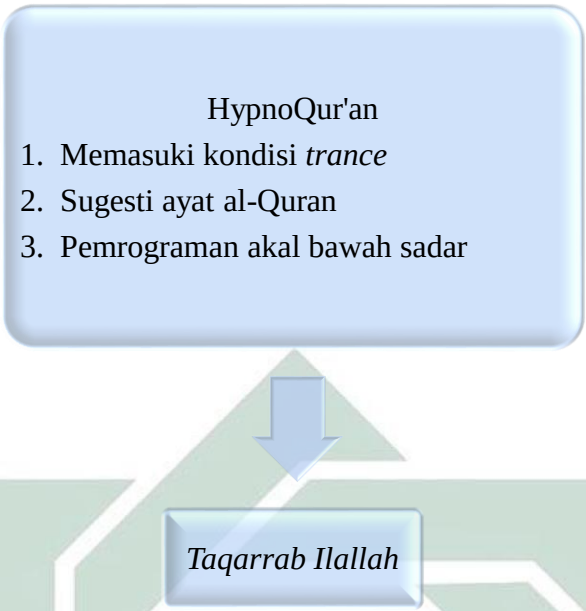
6) Bekerjasama dengan Kedutaan Besar Malaysia di Indonesia khususnya dengan Bahagian Pendidikan (*Education* Malaysia in Indonesia) dalam segala hal terutama yang menuju tercapainya tujuan-tujuan di atas.

d. Carta Organisasi PKPMI-CS 2017/18:

1) Yang Dipertua
2) Naib Yang Dipertua
3) Setiausaha 1
4) Setiausaha 2
5) Bendahari 1
6) Bendahari 2
7) Exco Kebajikan
8) Exco Akademik
9) Exco Strategi Dana Dan Kewangan
10) Exco Kerohanian
11) Exco Multimedia,Perhubungan Dan Informasi
12) Exco Data & Maklumat
13) Exco Sukan Dan Acara
14) Juru Audit 1
15) Pengerusi Tetap 1
16) Pengerusi Tetap 2

2. Kerangka Konsep Penelitian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Tabel 3.1: *Kerangka Konsep*

3. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Dalam pengumpulan data, kuantitatif menggunakan instrumen penelitian dan analisis data kuantitatif yang bersifat statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.[75] Adapun penelitian ini menggunakan metode *pre–eksperimen design* dengan teknik *one shot case study* yaitu suatu

[75] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 8.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kelompok yang diberikan treatment dan selanjutnya diobservasi hasilnya.[76] Paradigma model *one shot case study* seperti berikut:

X	**0**

X = *Treatment* yang diberikan (variabel independen)
0 = Observasi (variabel dependen)

Tabel 3.2*: One Shot Case Study*

4. Populasi Dan Sampel

a. Populasi

Jumlah mahasiswa yang berdaftar dibawah PKPMIcS dari pelbagai Univeristas di Surabaya adalah sebanyak 185 orang. Ahli-ahli PKPMICS adalah Mahasiswa Malaysia yang berkuliah di Indonesia yang terdiri dari berbilang bangsa dan agama.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti adalah dengan menggunakan Sampel Random *Sampling*. Pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Cara demikian dilakukan karena anggota populasi dianggap

[76] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 74.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

homogen.[77] Adapun kriteria pengambilan konseli yang telah ditentukan oleh peneliti seperti berikut:

1) Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
2) Seseorang yang bersedia menjadi konseli
3) Seseorang yang kurang dalam melaksanakan perintah Allah SWT
4) Seseorang yang masih melakukan hal-hal yang Allah SWT larang
5) Seseorang yang kurang dalam mengerjakan amalan Sunnah
6) Seseorang yang kurang menyucikan diri (*tazkiyah al-nafs*)
7) Seseorang yang kurang rasa kebergantungan kepada Allah SWT

5. Senarai Nama Konseli

Adapun senarai nama mahasiswa yang konsisten mengikuti enam pertemuan seperti berikut:

No.	Senarai nama	Semester
1.	Mohd Faiq	Semester 4
2.	Hadif Syahmi	Semester 4
3.	Muhammad Nasrullah	Semester 6
4.	Mohammad Nazri Ahmad	Semester 6
5.	Muhammad Hanif Iqbal	Semester 2
6.	Aband Helmi bin Latip	Semester 2
7.	Muhammad Zakri	Semester 8
8.	Yaman al-Mustapha	Wisuda
9.	Mohammad Aszman Affandi	Semester 6

[77] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012) hlm. 82.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10.	Nur Azmi	Semester 4
11.	Hasdy Iaidee	Wisuda
12.	Muhammad Anas	Semester 2
13.	Muammar	Semester 2
14.	Haziman Mahathir	Semester 10
15.	Ahmad Azahari	Semester 8

Tabel 3.3: *Senarai Nama Konseli*

6. Tempat Penelitian

Tempat penelitian adalah tempat untuk melaksanakan kegiatan penelitian. Penelitian ini diakukan di tiga tempat, tempat pertama adalah di Surabaya Squre merr Pusat Oleh-oleh Khas Surabaya, Jl. Ir. Soekarno no. 11 Merr Surabaya pada tanggal 17 Maret 2018. Tempat kedua adalah di kontrakan konseli di Jl. Jemur Wonosari Gang Masjid No. 27 A, Jemur Wonosari, Wonocolo kota Surabaya. Jawa Timur pada tanggal 21, 22, 26 dan 27 Maret 2018. Tempat ketiga adalah di warung ngopi berhadapan rumah kontrakan konseli pada tanggal 23 Maret 2018.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini dilakukan oleh peneliti sebelum melaksanakan penelitian agar proses pelaksanaan penelitian ini berjalan dengan lancar tanpa ada kesulitan yang dihadapi oleh peneliti nantinya. Peneliti telah bertemu dan melakukan konsultasi kepada Naib Yang Di Pertua PKPMICS

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yaitu Muhd Nasrullah Bin Zainal Abidin tentang judul yang diangkat oleh peneliti. Pada waktu yang sama, peneliti juga berhubung dengan Yang Di Pertua PKPMICS Mohd Ridhuan Bin Awang lewat aplikasi *Whatapps* untuk menggali informasi awal sebelum memulaikan penelitian.

Peneliti telah mendapat keizinan untuk melaksanakan penelitian di Organisasi PKPMICS pada tanggal 1 Maret 2018. Peneliti telah mendapatkan data deskripsi organisasi seperti latar belakang organisasi, visi dan misi organisasi, logo organisasi, struktur organisasi dan bilangan ahli organisasi. Berdasarkan data yang didapatkan oleh peneliti, terdapat 185 orang populasi PKPMICS yang aktif. Setelah menggunakan teknik Sampel *Random Sampling*, terdapat 15 orang PKPMICS yang diambil sebagai konseli penelitian.

2. Tahap pelaksanaan terapi

Tahap pelaksanaan ini dilakukan oleh peneliti setelah melakukan tahap persiapan, yaitu dengan terjun ke lapangan secara langsung dan menyebarkan angket yang telah disiapkan oleh peneliti. Penelitian ini dilakukan selama 6 kali pertemuan. Adapun deskripsi hasil dari 6 pertemuan seperti berikut:

a. Pertemuan Pertama (Menanam *Belief*)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada pertemuan pertama tanggal 17 Maret 2018, peneliti dan team Bahtera Pengkaji Muda telah mengadakan Program Pengenalan HypnoQur'an dari jam 8.30 a.m sehingga jam 3.00 p.m di Surabaya Squre merr Pusat Oleh-oleh Khas Surabaya, Jl. Ir. Soekarno no. 11 Merr Surabaya yang dihadiri oleh 43 orang mahasiswa PKPMICS. Pada jam 9.00 a.m sehingga 11.30 a.m adalah sesi Hypnosis yang di isi oleh Yaman Mustapha. Pada jam 1.00 p.m sehingga 2.30 p.m adalah sesi pemberian terapi HypnoQur'an yang disampaikan oleh peneliti sendiri. Peneliti berfokus pada membangun *Belief* (keyakinan) konseli kepada al-Quran, adapun prosesnya seperti berikut:

No.	Sugesti	Penjelasan
1.	Al-Quran berupa Shifa'	Peneliti menjelaskan bahwa Allah SWT telah menyebut al-Quran sebagai penawar bagi hati dalam al-Quran Surah Yunus ayat 57 dan Surah Al-Isra' ayat 82.
2.	*Energy* Suara al-Quran	Peneliti menjelaskan hikmah suara al-Quran boleh mengembalikan keseimbangan sel-sel otak menurut penelitian Abdul Daim Al-Kahil dan efek suara pada molekul-molekul air.
3.	Alam Bawah sadar dan al-Quran	Peneliti mengkondisi konseli dalam keadaan tenang sambil terpejam mata untuk menjiwai emotional al-Quran lewat Surah Az-Zumar ayat 53 yang dibaca oleh peneliti secara repetisi.[78]

Tabel 3.4: *Sugesti Membangun Keyakinan Pada Al-Quran*

b. Pertemuan Kedua (Kembali Pada Allah SWT)

[78] Video Bacaan al-Quran. https://youtu.be/H7W9_MtHgws, diupload pada tanggal 8 April.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada pertemuan kedua tanggal 21 Maret 2018, penelitian ini dibuat di kontrakan konseli pada jam 8.00 p.m sehingga 9.00 p.m. Terdapat 15 orang mahasiswa PKPMICS yang siap menjadi konseli sepanjang proses terapi. Peneliti memulaikan terapi dengan mengucapkan ucapan terima kasih kepada konseli yang sudah datang mengikuti proses terapi. Sebelum konseli memulai melakukan terapi, peneliti menjelaskan bahwa al-Quran berupa sarana untuk meningkat rasa kedekatan kepada Allah SWT. Peneliti meminta konseli untuk mengikhlaskan diri dan merelakan al-Quran untuk menyucikan hati.

Konseli diajak untuk menghembus nafas, sampai terlihat pada fisik konseli kelihatan tenang dan rileks. Kemudian peneliti meminta konseli memejamkan mata sambil fokus memperdengarkan suara al-Quran yang dibacakan oleh peneliti. Adapun ayat al-Quran dibacakan oleh peneliti[79] adalah Surah Al-Baqarah ayat 186:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِۖ فَلۡيَسۡتَجِيبُواْ لِي وَلۡيُؤۡمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمۡ يَرۡشُدُونَ ١٨٦

Artinya: "Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran." (Q.S Al-Baqarah: 186).

Setelah selesai membaca ayat al-Quran secara berulang-ulang, peneliti mengajak konseli untuk merasakan bahwa Allah SWT dekat

[79] Video Bacaan al-Quran. https://youtu.be/qubEru2hpBk, diupload pada tanggal 8 April.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dihati. Peneliti meminta konseli untuk mengevalusi diri tentang segala perbuatan-perbuatan dosa yang telah dilakukan oleh konseli. Konseli diminta untuk meluahkan segala rasa menyesalan kepada Allah SWT dan kembali kepada Allah SWT.

c. Pertemuan Ketiga (Rasa Syukur)

Pada pertemuan ketiga tanggal 22 Maret 2018, penelitian ini dibuat di kontrakan konseli pada jam 8.00 p.m sehingga 9.00 p.m. Peneliti berfokus kepada membangun rasa syukur konseli kepada Allah SWT. Peneliti menjelaskan bahwa syukur merupakan salah satu akhlak terhadap Allah SWT dengan memuji-Nya. Peneliti membuka minda konseli tentang syukur, bahwa seseorang itu belum dikatakan bersyukur selagi tidak memenuhi 3 hal yaitu mengakui nikmat Allah SWT dengan hati, mengucapkan dengan lisan, "Alhamdulillah" dan menjadikannya sebagai sarana untuk taat kepada Allah SWT. Kemudian peneliti meminta konseli untuk mengikhlaskan diri dan merelakan al-Quran untuk menyucikan hati. Lalu Peneliti membacakan[80] al-Quran Surah Al-Baqarah ayat 152 dan Surah An-Nahl ayat 78.

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ١٥٢

Artinya: "Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku." (Q.S al-Baqarah: 152).

[80] Video Bacaan al-Quran. https://youtu.be/MwR6jZF_eMs, diupload pada tanggal 8 April 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

وَٱللَّهُ أَخۡرَجَكُم مِّنۢ بُطُونِ أُمَّهَٰتِكُمۡ لَا تَعۡلَمُونَ شَيۡـٔٗا وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمۡعَ وَٱلۡأَبۡصَٰرَ وَٱلۡأَفۡـِٔدَةَ لَعَلَّكُمۡ تَشۡكُرُونَ ٧٨

Artinya: "Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur." (Q.S An Nahl: 78)

Setelah selesai membacakan ayat al-Quran secara berulang-ulang, Peneliti mengajak konseli untuk mengakui nikmat Allah SWT dalam hati, mengucapkan secara lahir melalui lisan sambil membayangkan nikmat-nikmat Allah SWT yang telah didapatkannya dan menjadikannya sebagai sarana untuk semakin taat kepada Allah SWT dengan ibadah.

d. Pertemuan Keempat (Rasa Sabar)

Pada pertemuan keempat tanggal 23 Maret 2018, penelitian ini dibuat di tempat ngopi berhadapan dengan kontrakan konseli pada jam 8.00 p.m sehingga 9.00 p.m. Peneliti memulaikan pertemuan keempat ini dengan doa dan peneliti membacakan[81] firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Ali Imran ayat 200.

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱصۡبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمۡ تُفۡلِحُونَ ٢٠٠

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung." (Q.S Ali Imran: 200).

[81] Video Bacaan al-Quran. https://youtu.be/mx7YpO1RNFA, diupload pada tanggal 8 April 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah selesai membacakan ayat al-Quran, peneliti mengajak konseli untuk melihat kembali pada realiti kehidupan. Apakah kita telah sabar dalam berbuat taat kepada-Nya? Apakah kita telah sabar dalam menahan diri dari maksiat dan sabar tatkala menerima takdir Allah SWT yang terasa menyakitkan? Peneliti memberi waktu kepada konseli untuk memikirkan jawabannya dihati.

Setelah itu, peneliti membaca kembali Surah Ali Imran ayat 200 secara berulang-ulang dengan nada alfa. Kemudian peneliti memberi sugesti bahwa orang yang sabar adalah orang yang kuat. Orang yang sabar dapat menjauhi segala larangan-Nya. Hanya mereka yang benar-benar sabar sahaja dapat mengerjakan ibadah secara istiqamah. Berbahagialah orang yang sabar karena mereka beruntung seperti Friman Allah SWT dalam al-Quran (Peneliti membacakan kembali firman Allah Surah Ali Imran ayat 200).

e. Pertemuan kelima (Kekuatan Tawakal)

Pada pertemuan kelima tanggal 26 Maret 2018 jam 8.30-9.00 p.m, peneliti memberi sugesti tentang tawakal kepada Allah SWT. Sebelum memulaikan terapi, peneliti mengajak konseli untuk berimaginasi tentang sebuah kisah Nabi Musa AS yang dikejar oleh pasukan perang Firaun dan dihadapan baginda ada lautan. Peneliti mengajak konseli untuk merasakan kekuatan tawakal kepada Allah SWT. Kemudian, mengajak konseli untuk mengimplikasikan konsep tawakal sebenar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kedalam kehidupan seharian. Diakhir sesi terapi, peneliti mengajak konseli untuk menjiwai firman Allah SWT, lalu peneliti membacakan[82] firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Al Anfal ayat 2 secara berulang-ulang.

إِنَّمَا ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتۡ قُلُوبُهُمۡ وَإِذَا تُلِيَتۡ عَلَيۡهِمۡ ءَايَٰتُهُۥ زَادَتۡهُمۡ إِيمَٰنٗا وَعَلَىٰ رَبِّهِمۡ يَتَوَكَّلُونَ ٢

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal." (Q.S Al-Anfal:2)

f. Pertemuan Terakhir (Ridha dan Ikhlas)

Pada pertemuan terakhir tanggal 27 Maret 2018 jam 8.30-9.30 p.m, peneliti berusaha menanamkan rasa ridha dan ikhlas konseli pada apa yang telah ditetapkan Allah SWT kepada dirinya. Dengan adanya rasa ridha dan ikhlas pada Allah SWT, konseli dapat merasakan kebahagiaan hidup dan terus mengembang potensi yang ada dalam dirinya. Peneliti mengajak konseli untuk berdiskusi tentang perencana konseli kedepan dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah*. Kemudian, peneliti memberi angket penelitian kepada konseli.

3. Hasil peningkatan *Taqarrab Ilaallah* dalam diri konseli setelah 6 pertemuan

No.	***Taqarrab Ilaallah***	**Hasil**
1.	Menyucikan diri	Konseli lebih sering

[82] Video Bacaan al-Quran. https://youtu.be/JpMXNet4ZDw, diupload pada tanggal 8 April 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		membaca al-Quran lebih dari sebelumnya
2.	Melaksanakan perintah Allah SWT	Konseli menunaikan shalat tepat waktu dan sering berjamaah di masjid
3.	Meninggalkan larangan Allah SWT	Konseli berusaha meninggalkan kebiasaan buruknya dengan menyibukkan diri dengan membaca buku dan membangun hati dengan berdiskusi ilmiah
4.	Pasrah kepada Allah SWT	Konseli mulai sering berdoa kepada Allah SWT dan konseli mula kembali meyakini bahwa doanya didengar oleh Allah SWT
5.	Mengerjakan Sunnah	Konseli rajin bersedekah dan mengerjakan solat sunat

Tabel 3.5: *Hasil Taqarrab Ilaalah Setelah 6 Pertemuan*

4. Desain Angket

Angket penelitian ini mengandungi 20 pertanyaan yaitu 10 pertanyaan dari variabel x (HypnoQur'an) dan 10 pertanyaan daripada variabel y (*Taqarrab Ilaallah*). Angket ini berbentuk pertanyaan tertutup dengan empat pilihan jawaban yaitu selalu, kadang-kadang, sangat jarang dan tidak pernah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Angket penelitian memiliki Item pertanyaan *favourable* sebanyak 10 dan item pertanyaan *unfavourable* sebanyak 10 item. Pertanyaan *favourable* adalah menunjukkan sikap yang positif dan pertanyaan *unfavourable* adalah sikap negatif. Penilaian dari pertanyaan *favourable* dan *unfavourable* dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Favourable		***Unfavourable***	
Pilihan	**Skala**	**Pilihan**	**Skala**
Selalu	4	Selalu	1
Kadang-kadang	3	Kadang-kadang	2
Sangat jarang	2	Sangat jarang	3
Tidak pernah	1	Tidak pernah	4

Tabel 3.6: *Skoring Skala Angket*

Instrumen dalam angket akan dijelaskan dalam blue print sebagai berikut ini:

No.	Indikator	pertanyaan		Jumlah
		Favourable	*Unfavourable*	
1.	*Belief*	1	2	2
2.	*Imagination*	3	4	2
3.	*Conviction*	5,6		2
4.	*Hope*	7	8	2
5.	*Emotioanal al-Quran*	9,10		2
Total		7	3	10

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.7: *Blueprint Skala HypnoQur'an*

No.	Indikator	pertanyaan		Jumlah
		Favourable	*Unfavourable*	
1.	Menyucikan diri	11,12		2
2.	Melaksanakan perintah Allah	13	14	2
3.	Menjauhi larangan Allah	16	15	2
4.	Pasrah kepada Allah	17,18		2
5.	mengerjakan Sunnah	19,20		2
Total		8	2	10

Tabel 3.8: *Blueprint Skala Taqarrab Ilaallah*

Desain angket (kuesioner) yang digunakan peneliti disusun berdasarkan tabel berikut ini:

No.	Indikator	Tema item
1.	*Belief*	Yakin pada al-Quran
2.	*Imagination*	Alam bawah sadar
3.	*Conviction*	Kepastian pada Firman-Nya
4.	*Hope*	Harapan pada Firman-Nya
5.	*Emotioanal al-Quran*	Merasai emosi al-Quran

Tabel 3.9: *Desain Kuesioner HypnoQur'an*

No.	Indikator	Tema Item
1.	Menyucikan diri	Taubat
2.	Melaksanakan perintah Allah	Syukur
3.	Menjauhi larangan Allah	Sabar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4.	Pasrah kepada Allah	Tawakal
5.	Mengerjakan Sunnah	Ridha dan Ikhlas

Tabel 3.10: *Desain Kuesioner Taqarrab Ilaallah*

5. Uji Validitas Alat Ukur

Untuk mengetahui tingkat sahih item angket, peneliti menggunakan taraf signifikan 5% (0.05), jika koefisien korelasi lebih besar atau sama maka item angket dinyatakan sahih. Alat ukur yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Untuk menghitung validitas data, peneliti menggunakan bantuan Komputer Program *IBM Statistical Package For The Sosial Sciences (SPSS) Versi 21.0 For Windows.*

Pengujian validitas dapat ditentukan dengan menentukan besarnya nilai r Tabel dengan ketentuan df (*degree of freedom*). Adapun rumus df (*degree of freedom*) seperti berikut:[83]

- df (*degree of freedom*) = N (jumlah reponden) −2.

Pada penelitian ini, N = 15, maka df (*degree of freedom*) untuk penelitian ini adalah 15-2= 13 Dengan menggunakan tingkat signifikan 5% (0.05), nilai r Tabel untuk penelitian sebesar 0.553. Jika nilai *Total Correction* ≥ r Tabel maka item dinyatakan valid. Jika nilat *Total Correction* ≤ r Tabel maka item dinyatakan tidak valid.

[83] Yaman Mustapha, "Efektivitas Stress Inoculation Training (Sit) Terhadap Depresi Lansia: Studi Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya" (Skripsi, Fakultas Dakwah Uin Sunan Ampel Surabaya, 2018) Hlm. 72.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun langkah-langkah menggunakan bantuan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows* adalah seperti berikut:

1) buat skor total *variable*
2) klik *Analyze* > *Correlate* > *Bivariate*
3) masukan seluruh item *variable x* ke variable
4) masukan skor total skor *variable x* ke *variable*
5) ceklis *Pearson* > *Two Tailed* > *Flag*
6) klik *Ok*
7) diulang langkah yang sama untuk *variable y*

Hasil diuji coba menggunakan bantuan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows* adalah seperti berikut:

Correlations

		soal_1	soal_2	soal_3	soal_4	soal_5	soal_6	soal_7	soal_8	soal_9	soal_10	total
soal_1	Pearson Correlation	1	-.302	-.040	.161	-.185	.040	.213	.107	-.023	.207	.192
	Sig. (2-tailed)		.275	.887	.566	.510	.887	.446	.705	.936	.459	.492
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_2	Pearson Correlation	-.302	1	.468	.134	.612*	.535*	.354	.354	.075	.294	.625*
	Sig. (2-tailed)	.275		.079	.635	.015	.040	.196	.196	.789	.287	.013
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_3	Pearson Correlation	-.040	.468	1	.286	.491	.339	.661**	.189	.564*	.367	.767**
	Sig. (2-tailed)	.887	.079		.302	.063	.216	.007	.500	.029	.179	.001

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_4	Pearson Correlation	.161	.134	.286	1	.218	.250	.189	.378	.161	.105	.447
	Sig. (2-tailed)	.566	.635	.302		.435	.369	.500	.165	.566	.710	.094
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_5	Pearson Correlation	-.185	.612*	.491	.218	1	.600*	.289	.577*	.123	.080	.694**
	Sig. (2-tailed)	.510	.015	.063	.435		.018	.297	.024	.662	.777	.004
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_6	Pearson Correlation	.040	.535*	.339	.250	.600*	1	.472	.378	.040	.026	.671**
	Sig. (2-tailed)	.887	.040	.216	.369	.018		.075	.165	.887	.926	.006
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_7	Pearson Correlation	.213	.354	.661**	.189	.289	.472	1	.200	.533*	.555*	.789**
	Sig. (2-tailed)	.446	.196	.007	.500	.297	.075		.475	.041	.032	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_8	Pearson Correlation	.107	.354	.189	.378	.577*	.378	.200	1	-.213	-.139	.507
	Sig. (2-tailed)	.705	.196	.500	.165	.024	.165	.475		.446	.622	.054
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_9	Pearson Correlation	-.023	.075	.564*	.161	.123	.040	.533*	-.213	1	.650**	.493
	Sig. (2-tailed)	.936	.789	.029	.566	.662	.887	.041	.446		.009	.062
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_10	Pearson Correlation	.207	.294	.367	.105	.080	.026	.555*	-.139	.650**	1	.516*
	Sig. (2-tailed)	.459	.287	.179	.710	.777	.926	.032	.622	.009		.049
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
total	Pearson Correlation	.192	.625*	.767**	.447	.694**	.671**	.789**	.507	.493	.516*	1
	Sig. (2-tailed)	.492	.013	.001	.094	.004	.006	.000	.054	.062	.049	
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

Tabel 3.11: *Hasil Uji Validitas Variable X*

Correlations

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		soal_11	soal_12	soal_13	soal_14	soal_15	soal_16	soal_17	soal_18	soal_19	soal_20	total
soal_11	Pearson Correlation	1	.491	.491	-.408	.080	.444	.218	.185	1.000**	.444	.796**
	Sig. (2-tailed)		.063	.063	.131	.777	.097	.435	.510	.000	.097	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_12	Pearson Correlation	.491	1	.732**	.134	-.026	.764**	-.071	.040	.491	.218	.753**
	Sig. (2-tailed)	.063		.002	.635	.926	.001	.800	.887	.063	.435	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_13	Pearson Correlation	.491	.732**	1	.134	-.026	.764**	.196	.040	.491	-.055	.753**
	Sig. (2-tailed)	.063	.002		.635	.926	.001	.483	.887	.063	.847	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_14	Pearson Correlation	-.408	.134	.134	1	.294	-.068	-.200	-.075	-.408	-.408	-.054
	Sig. (2-tailed)	.131	.635	.635		.287	.810	.474	.789	.131	.131	.848
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_15	Pearson Correlation	.080	-.026	-.026	.294	1	.080	-.026	-.207	.080	.080	.196
	Sig. (2-tailed)	.777	.926	.926	.287		.777	.926	.459	.777	.777	.483
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_16	Pearson Correlation	.444	.764**	.764**	-.068	.080	1	.218	.185	.444	.167	.796**
	Sig. (2-tailed)	.097	.001	.001	.810	.777		.435	.510	.097	.553	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_17	Pearson Correlation	.218	-.071	.196	-.200	-.026	.218	1	.342	.218	-.055	.373
	Sig. (2-tailed)	.435	.800	.483	.474	.926	.435		.211	.435	.847	.171
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_18	Pearson Correlation	.185	.040	.040	-.075	-.207	.185	.342	1	.185	-.123	.310
	Sig. (2-tailed)	.510	.887	.887	.789	.459	.510	.211		.510	.662	.260
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
soal_19	Pearson Correlation	1.000**	.491	.491	-.408	.080	.444	.218	.185	1	.444	.796**
	Sig. (2-tailed)	.000	.063	.063	.131	.777	.097	.435	.510		.097	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

soal_20	Pearson Correlation	.444	.218	-.055	-.408	.080	.167	-.055	-.123	.444	1	.354
	Sig. (2-tailed)	.097	.435	.847	.131	.777	.553	.847	.662	.097		.196
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
total	Pearson Correlation	.796**	.753**	.753**	-.054	.196	.796**	.373	.310	.796**	.354	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.001	.848	.483	.000	.171	.260	.000	.196	
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

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

tabel 3.12: *Hasil Uji Validitas Variable Y*

Berikut tabel untuk mengetahui kevalidan item pertanyaan dengan membandingkan hasil perhitungan yang telah dilakukan dengan bantuan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows*:

Item	Total Correlation	R Tabel	Keterangan
soal_1	0.192	0.553	Tidak valid
soal_2	0.625		Valid
soal_3	0.767		Valid
soal_4	0.447		Tidak valid
soal_5	0.694		Valid
soal_6	0.671		Valid
soal_7	0.789		Valid
soal_8	0.507		Tidak valid
soal_9	0.493		Tidak valid
soal_10	0.516		Tidak valid

Tabel 3.13: *Validitas Item Skala HypnoQur'an*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Item	Total Correlation	R Tabel	Keterangan
soal_11	0.796	0.553	Valid
soal_12	0.753		Valid
soal_13	0.753		Valid
soal_14	-0.54		Tidak valid
soal_15	0.196		Tidak valid
soal_16	0.796		Valid
soal_17	0.373		Tidak valid
soal_18	0.310		Tidak valid
soal_19	0.796		Valid
soal_20	0.354		Tidak Valid

Tabel 3.14: *Validitas Item Skala Taqarrab Ilaallah*

Menurut hasil uji validitas data skor 10 item *variable x* seperti di tabel 3.12 diatas, terdapat item yang tidak valid seperti item nomor 1, 4, 8, 9 dan 10. Manakala, menurut hasil uji validitas data skor 10 item *variable y* seperti di tabel 3.13 diatas, terdapat item yang tidak valid seperti item nomor 14, 15, 17, 18 dan 20. Kesimpulannya, kesemua item yang tidak valid pada *variable x* dan *variable* y digugurkan dan item-item yang dinyatakan valid sahaja digunakan sebagai alat ukur yang relevan dalam penelitian. Adapun nomor item-item yang valid seperti nomor 2, 3, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 16 dan 19.

6. Uji Reliabilitas Alat Ukur

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Realibilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil dari alat pengukuran dapat dipercaya. Ini berarti, reliabilitas menunjukkan konsistensi suatu alat pengukur di dalam pengukuran gejala yang sama. Uji realibilitas alat ukur dilakukan pada kedua-dua skala pada penelitian ini dengan menggunakan rumus alpha. Adapun rumus alpha yang digunakan adalah seperti berikut:[84]

$$r_{11}=\left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1-\frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_b^2}\right)$$

r_{11}= Nilai reliabilitas

$\sum \sigma_b^2$= Jumlah varian tiap-tiap skor

σ_b^2= Varian total

k= Jumlah item pertanyaan

Setelah melalui proses uji validitas terhadap item-item angket yang terdiri dari 20 soalan, maka terdapat 10 item soalan yang valid yaitu soalan 2, 3, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 16 dan 19. Item soalan *variable x* adalah "2, 3, 5, 6, dan 7." Item soalan *variable y* adalah "11, 12, 13, 16 dan 19." Kemudian, item-item soalan *variable x* dan *variable y* yang valid diuji realibilitasnya

[84] Yaman Mustapha, "Efektivitas Stress Inoculation Training (Sit) Terhadap Depresi Lansia: Studi Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya" (Skripsi, Fakultas Dakwah Uin Sunan Ampel Surabaya, 2018) Hlm. 75-76.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan menggunakan bantuan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows*. Sedangkan untuk mengetahui keandalan alat ukur tersebut, dalam hal ini digunakan taraf signifikan 5% (0.05). Adapun langkah-langkah untuk menguji realiabilitas dengan menggunakan bantuan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows* seperti berikut:

1) Klik Analyze > Scale > Realibility Analysis
2) Pindahkan faktor-faktor ke kolom > Items
3) Pastikan Pada Model Terpilih Adalah Alpha
4) Pilih Pada Bahagian *Statistic > Item, Scale, Scale If Item Deleted*
5) Klik Ok
6) Lakukan hal yang serupa untuk *variable y*

Adapun output dari *variable x* (HypnoQur'an) seperti berikut:

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
soal_2	3.80	.414	15
soal_3	3.47	.516	15
soal_5	3.60	.507	15
soal_6	3.53	.516	15
soal_7	3.67	.488	15

Tabel 3.15: *Item Statistik Varable X*

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
18.07	3.495	1.870	5

Tabel 3.16: *Skala Statistik Variable X*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
soal_2	14.27	2.495	.633	.784
soal_3	14.60	2.257	.626	.782
soal_5	14.47	2.267	.636	.779
soal_6	14.53	2.267	.619	.784
soal_7	14.40	2.400	.567	.799

Tabel 3.17: *Item Statistik Variable X*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.821	5

Tabel 3.18: *Reliabilitas Statistic Variable X*

Adapun output dari *variable y* (*Taqarrab Ilaallah*) seperti berikut:

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
soal_11	3.40	.507	15
soal_12	3.53	.516	15
soal_13	3.53	.516	15
soal_16	3.40	.507	15
soal_19	3.40	.507	15

Tabel 3.19: *Item Statistik Varable Y*

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
17.27	4.495	2.120	5

Tabel 3.20: *Skala Statistik Variable Y*

Item-Total Statistics

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
soal_11	13.87	2.981	.718	.865
soal_12	13.73	2.924	.739	.860
soal_13	13.73	2.924	.739	.860
soal_16	13.87	2.981	.718	.865
soal_19	13.87	2.981	.718	.865

Tabel 3.21: *Item Statistik Variable Y*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.887	5

Tabel 3.22: *Reliabilitas Statistic Variable Y*

Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis realibilitias. Adapun ketentuan untuk menentukan reliabilitas adalah seperti berikut:

1) Jika nilai r Alpha bertanda positif dan lebih besar dari r Tabel, maka variabel atau skala dikatakan reliable
2) Jika nilai r Alpha bertanda positif atau lebih kecil dari r Tabel, maka variabel atau skala dikatakan kurang reliable

Kesimpulannya, adapun hasil dari uji realibilitas dari kedua variabel adalah seperti berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Dalam *Variable X* (HypnoQur'an), berdasarkan nilai koefisien *Crombach's Alpha* sebesar 0.821 ≥ 0.553, maka *instrument valid* dan *reliable*
2) Dalam *Variable Y* (*Taqarrab Ilallah*), berdasarkan nilai koefisien *Crombach's Alpha* sebesar 0.887 ≥ 0.553, maka *instrument valid* dan *reliable*

7. Tabulasi Data Angket Penelitian

Peneliti menyusun kembali soalan angket dengan menggugurkan item-item soalan yang tidak valid. Pada awalnya angket penelitian ini memiliki 20 soalan dan terdapat 10 soalan yang tidak valid, maka peneliti mengambil 10 soalan yang valid sebagai alat ukur penelitian. Kemudian, peneliti memberi angket yang sudah valid dan reliable kepada konseli. Semua angket dijawab dan dikumpulkan, peneliti metabulasi data angket tersebut agar dapat ketahui keseluruhan nilai skoring kedua-dua *variable*. Adapun hasil angket adalah seperti berikut:

No. Responden	**Nomor Item**					**Jumlah**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	
1.	4	3	4	4	3	**18**
2.	3	3	3	3	4	**16**
3.	4	3	3	4	4	**18**
4.	4	4	4	3	4	**19**
5.	4	4	4	4	4	**20**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6.	3	3	3	3	3	**15**
7.	4	3	3	3	3	**16**
8.	3	3	3	3	3	**15**
9.	4	4	4	4	4	**20**
10.	4	4	4	4	4	**20**
11.	4	3	4	4	4	**19**
12.	4	4	4	4	4	**20**
13.	4	3	4	3	3	**17**
14.	4	4	3	3	4	**18**
15.	4	4	4	4	4	**20**
$\sum$	**57**	**52**	**54**	**53**	**55**	**271**

Tabel 3.23: *Hasil Skor Angket Variable X*

No. Responden	**Nomor Item**					**Jumlah**
	6	**7**	**8**	**9**	**10**	
1.	4	4	4	4	4	**20**
2.	3	3	3	3	3	**15**
3.	3	4	4	4	3	**18**
4.	3	4	4	4	3	**18**
5.	4	4	4	4	4	**20**
6.	3	3	3	3	3	**15**
7.	3	3	3	3	3	**15**
8.	3	3	3	3	3	**15**
9.	4	4	4	4	4	**20**
10.	3	3	3	3	3	**15**
11.	3	4	4	3	3	**17**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

12.	4	4	3	3	4	**18**
13.	4	3	4	3	4	**18**
14.	3	3	3	3	3	**15**
15.	4	4	4	4	4	**20**
$\sum$	**51**	**53**	**53**	**51**	**51**	**259**

Tabel 3.24: *Hasil Skor Angket Variable Y*

Adapun hasil angket penelitian setiap konseli telah disusun seperti berikut:

No.	Nama	*Variable x*	*Variable y*	Jumlah
1.	Mohd Faiq	18	20	38
2.	Hadif Syahmi	16	15	31
3.	Muhammad Nasrullah	18	18	36
4.	Mohammad Nazri Ahmad	19	18	37
5.	Muhammad Hanif Iqbal	20	20	40
6.	Aband Helmi bin Latip	15	15	30
7.	Muhammad Zakri	16	15	31
8.	Yaman al-Mustapha	15	15	30
9.	Mohammad Aszman Affandi	20	20	40
10.	Nur Azmi	20	15	35
11.	Hasdy Iaidee	19	17	36
12.	Muhammad Anas	20	18	38
13.	Muammar	17	18	35
14.	Haziman Mahathir	18	15	33
15.	Ahmad Azahari	20	20	40
Total		**271**	**259**	**530**

Tabel 3.25: *Hasil Angket Pasca Penelitian*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Hipotesis

Hipotesis yang sudah dirumuskan kemudian harus diuji. Pengujian ini membuktikan Ha atau Ho yang akan diterima. Untuk mengetahui hubungan antara variabel, maka uji hipotesis dilakukan:

Ha: HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

Ho: HypnoQur'an tidak efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

Adapun untuk menguji hipotesis, peneliti menggunakan rumus *Product Moment.* Pengujian hipotesis menggunakan Komputer Program IBM *Statistical Package ForThe Social Sciences (SPSS) Versi 21.0 Windows* seperti berikut:

1. Buat skor masing-masing variable
2. Klik analyse > Correlate > Brivariate
3. Masukkan total seluruh Item *Variable X* dan *Y* ke variable
4. Ceklis *pearson, two tailed, flaq*
5. Klik Ok

Hasil yang diperoleh seperti berikut:

Correlations

		Total_SkorX	Total_SkorY
Total_SkorX	Pearson Correlation	1	.919**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	Sig. (2-tailed)		.000
	N	15	15
	Pearson Correlation	.919**	1
Total_SkorY	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	15	15

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

Tabel 3.26: *Hasil Korelasi Product Moment*

Berdasarkan tabel hasil korelasi Produk Moment diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Nilai korelasi yang diperoleh adalah sebesar 0.919 dengan signifikasi sebesar 0,000.
2. Berdasarkan data tersebut diatas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikasi (p-value) dengan galatnya.[85]
   1) Jika signifikasi ≥ 0,05 maka Ho diterima
   2) Jika signifikasi ≤ 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima.
3. Dalam hal ini terlihat bahwa koefisien korelasi adalah 0.919 dengan signifikasi 0,00. Oleh kerana signifikasi 0,00 ≤ 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Artinya, HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

[85] Lailatul Siti Anisah, "Efektivitas Suscatin (Kursus Calon Pengantin Atau Konseling Pra Nikah) Dalam membentuk Keluarga Bahagia: Studi Di Kecamatan Sumbersuko, Lumanjang" (Skripsi, Fakultas Dakwah Uin Sunan Ampel Surabaya, 2018) Hlm. 90.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS EFEKTIVITAS HYPNOQUR'AN DALAM MENINGKATKAN *TAQARRAB ILAALLAH*

A. Analisis Proses Pelaksanaan Terapi

1. Proses Terapi HypnoQur'an

Di dalam terapi HypnoQur'an, konseli diperdengarkan lantunan ayat al-Quran yang baik dan benar dalam kondisi *unconscious mind*. Kesadaran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

unconscious mind merupakan kesadaran yang banyak terkait dengan bagaimana kedekatan seseorang dengan yang Mahakuasa. Melalui terapi HypnoQur'an, hati konseli akan terbuka dan rela untuk menerima pesan-pesan al-Quran. Konseli akan merasai jiwa al-Quran seakan-akan al-Quran sedang berbicara dengan dirinya. Hasilnya, konseli dapat merasakan kehadiran Allah SWT lewat firman-firman-Nya di dalam al-Qur'an dan konseli berasa semakin dekat kepada Allah SWT.

2. Hasil peningkatan *Taqarrab Ilaallah* pada setiap tahapam HypnoQur'an

a. Pra Induksi

Sesi Pra Induksi dilaksanakan pada pertemuan pertama terapi. Pada sesi ini, hati konseli dibangun dengan *belief* kepada Allah SWT melalui al-Quran. Terdapat beberapa *input* yang didapatkan oleh konseli, seperti:

1) Konseli mengetahui bahwa Allah SWT menyebut al-Quran sebagai penawar bagi hati
2) Konseli mengetahui hikmah suara al-Quran pada pendengar
3) Konseli dapat merasakan *energy* al-Quran yang menggetarkan hati saat mendengar bacaan al-Quran Surah Az-Zumar ayat 53

b. Induksi

Dalam sesi induksi ini, konseli mulai dapat merasakan kehadiran Allah SWT melalui firman-firman-Nya yang mulia. Disaat konseli telah memasuki kondisi *unconscious mind*, rasa kedekatan kepada Allah SWT semakin meningkat. Hal ini dapat dilihat pada wajah konseli kelihatan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hamper mengalirkan air mata disaat ayat-ayat Allah SWT dibaca secara berulang-ulang.

c. *Deepening*

Dalam sesi *deepening* ini, konseli sudah dalam kondisi *unconscious mind* yang dalam. Oleh karena itu, tingkat penghayatan dan pengjiwaan pada ayat-ayat Allah SWT semakin tinggi. Hatinya terbuka rela untuk menerima al-Quran sehingga al-Quran dapat menyentuh hatinya untuk merasakan kebahagiaan dalam mencintai Allah SWT.

d. Sugesti

Akal bawah sadar konseli telah ditanam dengan nilai belief, taubat, syukur, sabar, tawakal, ridha dan ikhlas.

e. Terminasi

Pada sesi ini, peneliti mengembalikan konseli ke kondisi normal yaitu kondisi sadar.

f. Hasil setelah terapi

Setelah beberapa hari selepas proses pelaksanaan terapi selama 6 kali pertemuan, peneliti mendapati ada beberapa perubahan pada diri konseli dalam menuju *Taqarrab Ilaalah* seperti berikut:

1) Konseli lebih sering membaca al-Quran dari sebelumnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Konseli menunaikan solat tepat waktu dan sering berjemaah di masjid
3) Konseli berusaha meninggalkan kebiasaan buruknya dengan menyibukkan diri dengan membaca buku dan berdiskusi ilmiah
4) Konseli mulai sering berdoa kepada Allah SWT dan konseli kembali meyakini bahwa doanya didengarkan Allah SWT
5) Konseli rajin bersedekah dan mengerjakan solat sunat

B. Analisis Hasil Pelaksanaan Terapi

Analisis data hasil penelitian dimaksudkan untuk mengetahui kebenaran hipotesis penelitan yang telah dirumuskan dalam bab 3 yaitu HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS) dengan mendapat hasil korelasi 0.919 dengan signifikasi 0,000. Signifikasi yang dihasilkan kurang dari nilai (≤) 0,05 mengakibatkan Ho ditolak dan Ha diterima. Maka, HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMIcS) karena mendapat signifikasi 0,000 ≤ 0,05.

Adapun untuk mengetahui sejuah mana keefektifan HypnoQur'an dalam meningkat *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS), peneliti menggunakan rumus *Product Moment*. Rumus *Product Moment* seperti berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

$$r = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum x2 - (\sum X)2\}\{N\sum Y2 - (\sum Y)2\}}}$$

rxy = jumlah yang terkait dalam "r" *product moment*

N= *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

ΣXY= jumlah hasil yang terkait "X" dan nilai "Y"

ΣX = jumlah seluruh nilai "X"

ΣY= jumlah seluruh nilai "Y"

Adapun hasil dari proses pelaksanaan HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS) seperti berikut:

No.	**Nama**	***variable x***	***Variable y***	**Jumlah**
1.	Mohd Faiq	18	20	38
2.	Hadif Syahmi	16	15	31
3.	Muhammad Nasrullah	18	18	36
4.	Mohammad Nazri Ahmad	19	18	37
5.	Muhammad Hanif Iqbal	20	20	40
6.	Aband Helmi bin Latip	15	15	30
7.	Muhammad Zakri	16	15	31
8.	Yaman al-Mustapha	15	15	30
9.	Mohammad Aszman Affandi	20	20	40
10.	Nur Azmi	20	15	35
11.	Hasdy Iaidee	19	17	36
12.	Muhammad Anas	20	18	38
13.	Muammar	17	18	35
14.	Haziman Mahathir	18	15	33
15.	Ahmad Azahari	20	20	40
Total		**271**	**259**	**530**

Tabel 4.1: *Hasil Angket Pasca Penelitian*

No.	**X**	**Y**	$\mathbf{X^2}$	$\mathbf{Y^2}$	**XY**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1.	18	20	324	400	360
2.	16	15	256	225	240
3.	18	18	324	324	324
4.	19	18	361	324	342
5.	20	20	400	400	400
6.	15	15	225	225	225
7.	16	15	256	225	240
8.	15	15	225	225	225
9.	20	20	400	400	400
10.	20	15	400	225	300
11.	19	17	361	289	323
12.	20	18	400	324	360
13.	17	18	289	324	306
14.	18	15	324	225	270
15.	20	20	400	400	400
$\sum$	**271**	**259**	**4945**	**4535**	**4715**

Tabel 4.2: *Rumus Angka Mentah Untuk Mengukur Korelasi Antara Hypnoquran Terhadap Peningkatkan Rasa Taqarrab Ilaallah Pada Diri Mahasiswa*

$$r = \frac{N\sum XY \ - \ (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum x2 \ - (\sum X)2\}\{N\sum Y2 \ - (\sum Y)2\}}}$$

$$r = \frac{15(4715) \ - \ (271)(259)}{\sqrt{\{15(4945) \ - (271)^2\}\{15(4535) \ - (259)^2\}}}$$

$$r = \frac{70725 \ - \ 70189}{\sqrt{\{74175 \ - 73441\}\{68025 - 67081\}}}$$

$$r = \frac{536}{\sqrt{\{734\}\{944\}}}$$

$$r = \frac{536}{832.4037482}$$

$$r = 0.643918292$$

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Di dalam korelasi *Pearson Product Moment*, r adalah ketentuan tidak lebih dari nilai (-1≤ r ≤ +1). Apabila nilai r = -1 maka korelasinya negatif sempurna, r= 0 artinya tiada korelasi dan apabila r= 1 berarti sangat kuat.

Indeks Korelasi R	**Tingkat Pengaruh**
0,80-1,000	Sangat tinggi
0,60-0,799	Tinggi
0,40-0,599	Cukup
0,20-0,399	Rendah
0,00-0,199	Sangat rendah (tidak valid)

Tabel 4.3: *Indek Korelasi Nilai r*

Hasil korelasi setelah perhitungan adalah 0.644, maka hasil korelasi pada efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS) adalah "**Tinggi**."

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai "Efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS)," maka dapat diambil kesimpulannya seperti berikut:

1. Proses pelaksanaan terapi

   Proses pelaksanaan terapi dilakukan oleh peneliti sendiri terhadap 15 orang mahasiswa PKPMICS selama 6 pertemuan. Pada pertemuan pertama, peneliti berfokus kepada membangun *belief* konseli kepada al-Quran. Pada pertemuan kedua, peneliti memberi terapi HypnoQur'an tentang kembali kepada Allah SWT. Pada pertemuan ketiga, peneliti memberi terapi HypnoQur'an tentang rasa syukur kepada Allah SWT. Pada pertemuan keempat, peneliti memberi terapi HypnoQur'an tentang sabar dengan dugaan. Pada pertemuan kelima, peneliti memberi terapi HypnoQur'an tentang kekuatan tawakal kepada Allah SWT. Pada pertemuan terakhir, peneliti berfokus kepada perencanaan kedepan. Proses pelaksanaan terapi berlaku sekitar 30 minit-60 minit dalam setiap pertemuan.

2. Hasil pelaksanaan terapi

   Berdasarkan analisa data yang dilakukan oleh peneliti, dapat diperoleh hasil bahwa HypnoQur'an efektif dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS). Nilai korelasi yang diperoleh adalah 0.644 dengan menggunakan rumus *Product moment* dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dapat kita lihat 0.644 di tabel *indeks korelasi nilai r* di bab 4, halaman 89, menyatakan bahwa ada korelasi yang **tinggi** pada efektivitas HypnoQur'an dalam meningkatkan *Taqarrab Ilaallah* pada Mahasiswa di Organisasi Persatuan Kebangsaan Pelajar-Pelajar Malaysia di Indonesia Cabang Surabaya (PKPMICS).

B. Saran

Berdasarkan dari beberapa hasil kesimpulan penelitian, maka ditemukan beberapa saran diharapkan dapat berguna bagi semua pihak yaitu:

1. Bagi pihak Mahasiswa PKPMICS

   HypnoQur'an yang dilakukan sudah efektif, tetapi untuk hasil yang lebih maksimal lagi, penulis memberi saran kepada Mahasiswa PKPMICS untuk terus konsisten mempraktekkan HypnoQur'an terhadap diri sendiri sehingga al-Quran benar-benar membentuk hati dan pribadi yang dekat kepada Allah SWT.

2. Bagi peneliti selanjutnya

   Penulis berharap untuk para peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih dari apa yang telah penulis lakukan. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan satu kali test yaitu *one-shot case study* sehingga analisis data menggunakan *Product moment*. Peneliti memberi saran kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan *one-group pretest-posttest design*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yaitu melakukan dua kali test, yakni sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) atau *intact-group comparison* yaitu didalam satu kelompok dibagi menjadi dua kelompok, yakni kelompok eksperimen (yang diberi terapi) dan kelompok kontrol (yang tidak diberi terapi). Kemudian di akhir penelitian, hasil kelompok eksperiman dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol untuk melihat pengaruhnya.

Selanjutnya, peneliti juga dapat memanfaatkan penerapan terapi ini terhadap masalah-masalah lain. Sesungguhnya al-Quran adalah solusi bagi semua permasalahan yang ada di dunia. Disamping kita dapat membantu seseorang dengan terapi ini, kita juga telah membenarkan firman Allah SWT dalam al-Quran Surah Yunus ayat 57.

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدۡ جَآءَتۡكُم مَّوۡعِظَةٞ مِّن رَّبِّكُمۡ وَشِفَآءٞ لِّمَا فِي ٱلصُّدُورِ وَهُدٗى وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ ٥٧

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Q.S Yunus: 57).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Al-Naqsyabandi, Ibnu Abdullah. *Mengenal Ma'rifat*. Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publications, 2007.

Ammar, Abu & Al-Adnani, Abu Fatiah, *Negeri-negeri Penghafal Al-Quran*. Solo:Al-Wafi, 2015.

Aziz, Ali. *60 Menit Terapi Shalat Bahagia*. Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2016.

Basit, Abdul. *Konseling Islami*. Depok: KENCANA, 2017.

Fauzi, Muchamad. *Metode Penelitian Kuantitatif, Sebuah Pengantar*. Semarang:Wali Songo Press, 2009.

Hamka, *Tafsir Al-Azhar:Jilid 4*. Jakarta:Gema Insani, 2015.

Hasmi, "Kajian Islam, Pengertian Arti Ikhlas" http://hasmidepok.org/kajian-islam/pengertian-arti-ikhlas-menurut-bahasa-dan-istilah-dalam-pandangan-islam.html, diakses pada 27 Februauri 2018.

Hunter, C.Roy. *Seni Hipnosis*. Jakarta: PT Indeks, 2015.

Isa Ali Mansur, Muhammad Husain. *Syarah 10 Muwashafat*. Laweyan Solo: Dar Ad-Dakwah, 2017.

J. Moleong, Lexy. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Roskarya, 2005.

Kohar, Abdul & Aziz, Abdul. *Dahsyatnya Spiriyual Hypnosis*. Surakarta: HasanahMedia, 2010.

Lendriyono, Fauzik. *Pengantar Psikologi*. Malang: Bayumedia Publishing, 2003.

Machmudi, Yon & Dimyathi, Soraya. *Tarbiyah Cinta, Imam Al-Ghazali*. Jakarta: QultumMedia, 2014.

Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara, 1999.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mustapha, Yaman. “Efektivitas Stress Inoculation Training (Sit) Terhadap Depresi Lansia: Studi Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya”. Skripsi, Fakultas Dakwah Uin Sunan Ampel Surabaya, 2018.

Pratama,Yoga. *Hipnotis Lawan Bicara.* Yogyakarta: Real Books, 2015.

Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi-Zhilalil Quran.* Jakarta:Robbani Press, 2008.

Riduwan, *Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2010.

Samad, Duski. *Konseling Sufistik*. Depok: Rajawali Pers, 2017.

Shaleh, Abdul Rahman & Abdul Wahab, Muhbib. *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Prenada Media, 2004.

Siregar, Syofian. *Metode penelitian kuantitatif*. Jakarta: KENCANA premedia group, 2013.

Siti Anisah, Lailatul. “Efektivitas Suscatin (Kursus Calon Pengantin Atau Konseling Pra Nikah) Dalam membentuk Keluarga Bahagia: Studi Di Kecamatan Sumbersuko, Lumanjang”. Skripsi, Fakultas Dakwah Uin Sunan Ampel Surabaya, 2018.

Sudijono, Anas. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo, 2006.

Sugara, Gian Sugiana. Terapi *Self-Hypnosis Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar*. Jakarta: PT Indeks, 2016.

Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2012.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta, 2016.

Sumarkan, Ilhamulla. *Misteri Hati & Ruh Dalam Al-Quran*. Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2013.

Suryabrata, Sumardi. *Metodologi Penelitian.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1989.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Syukur, Abdul *Sabar Syukur, Ikhlas, Dan Tawakal*. Yogyakarta: Safirah, 2017.

Taimiyah, Ibnu. *Tazkiyatun Nafs*. Jakarta: Darrus Sunnah Press, 2015.

W. Gunawan, Adi. *Hypnosis The art Of Subconscious Communication*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2006.

W. Gunawan, Adi. *Hypnotheraphy The Art Of Subconscious Restructuring.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id