

Pengaruh Pembiasaan Membaca Al-Qur'an Setiap Pergantian Jam Pelajaran Terhadap Kesiapan Mental Mahasiswa Genta Pare Kediri

Erviana Sofyan¹, Rofiatul Hosna²

^{1,2}Universitas Hasyim Asy'ari Jombang, Indonesia

Article Info

Article history:

Received, Januari 5, 2019

Accepted, Maret 3, 2019

Keywords:

Habituation

Mental Readiness

Membaca al-Qur'an

ABSTRACT

This study discusses the effect of quran reading habits on mental readiness, this is motivated by the many students who complain about the lessons learned, it is necessary to have mental readiness when receiving lessons, one of which is to get used to reading the Qur'an. This habituation aims to improve the intelligence of the brain and memory of a person, and can nourish various kinds of physical and psychological illnesses. The purpose of this study is (1) To find out and analyze the habit of reading the Qur'an every turn of the lesson, (2) To find out and analyze mental readiness, (3) To find out and analyze the influence of the habit of reading the Qur'an every turn lesson hours for students' mental readiness in the Golden English Training Area (GENTA) Pare Kediri In this study, the study design used a quantitative approach with Expost Facto design and used a type of field research. The population in this study were all at GENTA Pare students. Sampling in this study used Simple Random Sampling. So that every sample withdrawal using this method provides the same opportunity for each member of the population to be a research sample. In this study, data collection uses a questionnaire that serves to measure the level of mental readiness of students who are influenced by the habit of reading the Qur'an.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Erviana Sofyan,
Program studi Pendidikan Agama Islam,
Universitas Hasyim Asy'ari,
Email: Ervianasofyan01@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Pada era globalisasi banyak kalangan muslim di Indonesia yang melupakan Al-Qur'an, padahal kewajiban seorang muslim terhadap Al-Qur'an adalah membaca, mempelajari, dan memuliakannya. Akan tetapi, banyak diantara kita terlebih lagi di era modern seperti ini, lebih menyukai kesibukan aktifitas dunia dengan pernak-perniknya yang serba modern dan baru, sehingga kita banyak yang melalaikan dan melupakan Al-Qur'an. Globalisasi ini dipicu oleh kemajuan teknologi.

Al-Qur'an adalah rahmat Allah yang agung yang diturunkan kepada Nabi Muhammad untuk menyelamatkan manusia di alam semesta. Membaca al-qur'an dengan baik akan mendapatkan rahmat Allah yang tiada habisnya, bukan hanya membaca Al-Qur'an saja tetapi hanya dengan kita mendengarkan bacaan-bacaan al-qur'an dari handphone atau lainnya Allah telah memberikan rahmatnya. Dalam Jurnal Dakwahku menjelaskan Ayat diatas disebutkan bahwa jika kita mengingat Allah, hati akan menjadi tenang, mengingat disini kita samakan dengan membaca Al-Qur'an. Karena dengan membaca Al-Qur'an kita akan mengingat kekuasaan-kekuasaan Allah SWT. Dan seperti yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah ra yakni: "Bahwa Rosulullah saw bersabda: siapa yang mendengar satu ayat daripada kitab Allah (Al-Qur'an) ditulis baginya satu kebaikan yang berlipat ganda. Siapa yang membacanya pula, baginya cahaya dihari kiamat.

Seperti yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah ra yakni: “Bahwa Rosulullah saw bersabda: barang siapa yang mendengar satu ayat daripada kitab Allah (Al-Qur’an), maka ditulisi baginya satu kebaikan yang berlepat. Barang siapa yang membacanya (Al-Qur’an) pula, maka cahaya meneranginya dihari kiamat.

Henry Guntur Tarigan (2013:7) menyebutkan membaca ialah suatu proses yang diprrgunakan serta dilakukan oleh pembaca untuk memperoleh sebuah pesan, yang ingiin disampaikan oleh penulis media tulis. Allah menurunkan Al-Qur’an bukan tanpa tujuan melainkan Allah menurunkan kitab mulia ini yaitu untuk mengiluarkan umat manusiia dari kegel0pan menuju cahaya Islam serta memperbaiki kehidupan manusia. Setiap umat muslim yaqin,bahwa membaca Al-Qur’an ialah termasuk amal yang yang mulia disisi Allah dan akan mendapatkan pahala.

Sebagaimana firman Allah pada surat Al-Alaq ayat 1-5 (Departemen Agama RI) tentang perintah membaca:

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ١ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ٢ أَقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ٤ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ٥

Artinya: 1) Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu Yang menciptakan. 2)Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. 3)Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah. 4)Yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam. 5) Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.

Ayat ini pertama kali diturunkan oleh Allah pada saat Nabi sedang berada di gua Hira’ seraya menjalankan ibadah dalam beberapa malam. Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan Nabi agar Membaca. Dalam tafsir Al-Munir, Wahbah az-Zuhaili (1991: 597-598) mengatakan: Kerjakanlah perintah untuk membaca, dan Tuhanmulah yang memerintahkanmu untuk membaca. Menurut Quraish Shihab (2011:456) Membiasakan membaca juga harus dengan ikhlas, Tanpa keiklasan, semua aktifitas akan berakhir dengan sia-sia.

Pembiasaan adalah kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk membiasakan seseorang dalam bersikap (Mushlihah Al-Hafizh,2012). Oleh karena itu, membaca Al-Qur’an adalah suatu kewajiban kita sebagai umat muslim, karena Al-Qur’an adalah kitab suci dari Allah yang merupakan pedoman hidup manusia untuk melaksanakan kehidupan sehari-hari. Syamsu Yusuf (2018:25) menjelaskan Kesehatan mental adalah dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan kesehatan mental kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Adanya kesulitan peserta didik dalam belajar yang disampaikan oleh guru bisa berasal dari faktor tersebut. Agar proses belajar mengajar berjalan lancar perlu adanya solusi untuk memecahkan kesulitan tersebut. Maka perlu adanya kesiapan saat menerima pelajaran, salah satunya mempersiapkan mental atau gangguan-gangguan yang menghambat proses belajar tersebut.

Jika dicermati, megulang-ulang membaca Al-Qur’an, banyak mamfaat dan keuntungan yang luar biasa baik ke fisik maupun psikis seseorang. Pertama, mengulang-ulang membaca al-Qur’an dapat meningkatkan kecerdasan otak dan pula meningkatkan daya ingat seseorang. Karna dengan mengulang-ulang otak akan terasah dan akhirnya terbiasa melakukan pekerjaan tersebut. Semakin sering mengulang semakin kuat pula daya ingat seseorang. Kedua membiasakan membaca Al-Qur’an, dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit fisik maupun psikis. Disaat seseorang membaca Al-Qur’an akan merasakan ketenangan jiwa, otomatis ketenangan yang didapat dari membaca Al-Qur’an bisa memperbaiki pada seluruh sistem tubuh yang rusak, dengan izin Allah penyakit tersebut akan sembuh.

Pada GENTA atau Golden English Training Area adalah sebuah lembaga kursus Bahasa Inggris Pare yang menerapkan kegiatan pembiasaan membaca Al-Qur’an 10 menit sebelum pelajaran dimulai setiap hari. Hal ini merupakan pendidikan karakter yang diterapkan lembaga kepada semua mahasiswa. Lembaga ini merupakan salah satu lembaga yang menamatkan keciintaan pada Al-Qur’an. Walaupun pada lembaga ini khusus belajar Bahasa Inggris, tetapi nilai agama yang ada pada lembaga disini masih terlihat dari berbagai kegiatan keagamaan, diantaranya: kegiatan al-banjari, dan ceramah atau bisa disebut dengan motivasi yang dibawakan langsung dengan Direktur GENTA. Kegiatan ceramah tersebut dilaksonakan setiap seminggu sekali pada hari jum’at malam, degan tujuan untuk memberikan dorongan, motivasi serta kekuatan bagi seluruh Mahasiswa yang sedang dalam keadaan stress, down, gangguan mental, serta banyaknya factor yang menghambat mereka dalam kegiatan belajar.

Banyak mahasiswa GENTA Pare yang timbul penyakit malas untuk membaca Al-Qur’an, karna faktor-faktor yang mempengaruhi semangat mereka dalam membaca Al-Qur’an seperti: galau, patah hati, beban hafalan yang numpuk atau yang lainnya. Sehingga keadaan ini berakibatkan pada belajar mereka. dan tidak sedikit pula mahasiswa yang gemar membaca Al-Qur’an. Program yang ada di lembaga ini menuntut seluruh mahasiswanya untuk menghafal 25 vocabularies setiap pagi bahkan bisa lebih dari itu. Bukan hanya itu saja selain menghafal vocabularies mahasiswa juga harus bisa memahami bahkan harus menghafal grammer atau yang biasa kita sebut dengan tata bahasa dalam Bahasa Inggris. Dengan begitu mahasiswa akan lancar dalam berbicara Bahasa Inggris. Akibatnya timbullah rasa bosan, malas, rasa tidak percaya diri apabila tidak memenuhi target dan lain sebagainya. Dari sini muncullah beberapa gangguan mental yang terjadi pada diri mahasiswa. Cara yang tepat untuk mengatasi masalah atau gangguan yang dialami

mahasiswa tersebut adalah dengan membaca Al-Qur'an. Selain bernilai ibadah, membaca Al-Qur'an dapat menyembuhkan berbagai permasalahan penyakit hati apabila dilakukan dengan ikhlas. Tapi kenyatannya mahasiswa GENTA Pare kurang dalam menghayati bacaan Al-Qur'an apalagi menjadikannya sebuah kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Ini yang menyebabkan sulitnya mahasiswa menyiapkan hati untuk belajar. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Pengaruh Pembiasaan Membaca Al-Qur'an Setiap Pergantian Jam Pelajaran Terhadap Kesiapan Mental Mahasiswa Di Golden English Training Area (GENTA) Pare Kediri".

2. METODE

Jenes penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini menggunakan desain Expost Facto dengan jenis penelitian field research, dimana pengumpulan data atau informasinya dilaksanakan secara langsung kepada para responden dilapangan atau di tempat responden beraktifitas. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan tiga teknik pengumpulan data, yang umum digunakan oleh peneliti-peneliti lainnya dalam metode pendekatan kuantitatif, yaitu: teknik observasi, teknik angket dan dokumentasi, Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik. Terdapat ada dua macam statistik yang digunakan untuk menganalisis data yaitu, statistik deskriptif, dan statistik inferensial. Penelitian ini, peneliti menggunakan statistik inferensial dengan jenis regresi tunggal (satu variabel bebas dan satu variabel terikat) untuk mengetahui seberapa besar pengaruhnya variabel X terhadap variabel Y.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan antara pembiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kesiapan mental di Golden English Training Area maka peneliti menggunakan data kuantitatif dengan berbagai analisis.

Dari 15 item pernyataan, setelah diuji validitas dengan program SPSS 16.0 for Windows untuk variabel X dan Y semua item dinyatakan valid. Adapun nilai Cronbach's alpha X= 0,885 dan nilai Cronbach's alpha Y= 0,737 yang berarti angket yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan reliabel.

Pengujian asumsi dasar ini dilakukan sebelum akan melakukan analisis regresi sederhana. Hasil output dari Test of Homogeneity of variances dapat diketahui bahwa signifikansi sebesar 0.065. Nilai ini menunjukkan bahwa nilai $\text{sig} > 0.05$ level of significant, maka dapat disimpulkan bahwa data mempunyai varian yang sama. Untuk memprediksi tingkat kesiapan mental yang dipengaruhi oleh pembiasaan membaca Al-Qur'an diketahui dalam uji linieritas, F hitung $> F$ tabel, dengan nilai F hitung 43.870 dan F tabel sebesar 4.11 maka H_0 ditolak. Artinya ada hubungan linier antara variabel pembiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kesiapan mental.

Hasil analisis dalam pengujian regresi sederhana adalah H_a diterima dan H_0 ditolak. Adapun hasil nilai koefisien determinasi R Square sebesar 0.542 artinya 54.2% variabel dependen (kesiapan mental) telah memberikan pengaruh terhadap pembiasaan membaca Al-Qur'an. Dan sisanya 45.8% dipengaruhi oleh faktor yang lain. Dari uji anova F test didapat F hitung sebesar 43.870 dengan nilai signifikan 0.000. Karena nilai signifikan jauh lebih kecil dari 0.05 maka model Regressional yang digunakan sudah layak untuk dipakai menguji linieritas. Jadi terdapat pengaruh antara pembiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kesiapan mental mahasiswa GENTA.

4. KESIMPULAN

Pembiasaan membaca Al-Qur'an dijalankan dengan "cukup baik". Hal ini dapat dikatakan bahwa pembiasaan membaca Al-Qur'an mahasiswa Golden English Training Area tergolong cukup baik dengan frekuensi 21 persentase 54%. Kesiapan mental mahasiswa Golden English Training Area dapat dikatakan "sangat baik". Hal ini dapat dikatakan bahwa kesiapan mental mahasiswa Golden English Training Area tergolong sangat baik dengan frekuensi 25 persentase 64%.

Berdasarkan hasil dari perhitungan tabel output SPSS menunjukkan nilai koefisien korelasi pembiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kesiapan mental adalah $r = 0.737$, sedangkan r tabel dengan $Df n - 1$ sehingga $39 - 1 = 38$ tingkat kepercayaan 95% maka didapat r tabel 0.320. Karena r hitung lebih besar dari r tabel maka H_a diterima yang berarti terdapat korelasi antara pembiasaan membaca Al-Qur'an dengan kesiapan mental. Pada kolom Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.05$ (level of signifikansi). Maka dapat disimpulkan bahwa: "Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara pembiasaan membaca Al-Qur'an setiap pergantian jam pelajaran terhadap kesiapan mental Mahasiswa di Golden English Training Area Pare Kediri".

REFERENSI

- Amanna, Fattich Alviani. 2015, '*Pengaruh Kebiasaan Membaca Al-Qur'an terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Kelas X Di Madrasah Aliyah Negeri Kota Madiun*', Skripsi, Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Aziz, Moh. Ali. 2018, *Mengenal Tuntas Al-Qur'an*, Surabaya: Imtiyaz
- Darmawam, Deni. 2016, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Renaja Rosdakarys.
- Dakwahku, Jurnal. 2016 "Keutamaan Membaca Al-Qur'an", <http://jurnaldakwahku.blogspot.com>,
- Edwin N, Mustafa. dan Hardius Usman. 2007 *Proses Penelitian Kuantitatif*, cet 2, Jaksrta: Lenbaga Penebitt Fakultas Eknimi Univrsitas Indonesia
- Fathurrosyid dan Samheri (eds). 2015, *Studi Al-Qur'an*, Surabaya: Kopertais IV Press
- Jalaluddin, 2016, *Psikologi Agama*, Cet 18, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Nawawi, Imam. 2018, "*At-Tibyaanu fi Adabi Hamalati Al-Qur'an*" terj: Umar Mujtahid, Solo: Pustaka Qur'an Sunnah
- Nirwan, Tri Sutamsi, dkk. 2016, "Hubungan Antaraa Kesispan Mental Dengan Motivasi Belajar Pafa MataPelajaran Biologi", *journal Biotek Volume 4 Nomor 1*
- Notosoedirdjo, Moeljono. dan Latipun. 2017, *Kesehatan Mental*, Cet 2, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Sugiono. 2017, *Stiatistika Untuk Penelitian*, Cet 29, Banndung: Alfabeta
- Sugiono, 2016, *Metode Penelitian: Kuamtitatif, Kualitatiif dan R&D*, Bamdung: Alfabeta
- Tarigan, Hemry Guntur. 2013, *Menbacaa sebagai suatu Keterampilan Berbahasa*, Bandung: CV Angkasa
- Yusuf, Syamsu. 2018, *Kesehatan Mental*, Bandung: Rosdakarya, Team Kreatif BUMP Fathul Ulum. 2018, *Seribu Satu Tanya Jawab Fiqh*, Kediri: Ats-Tsuroyya Press