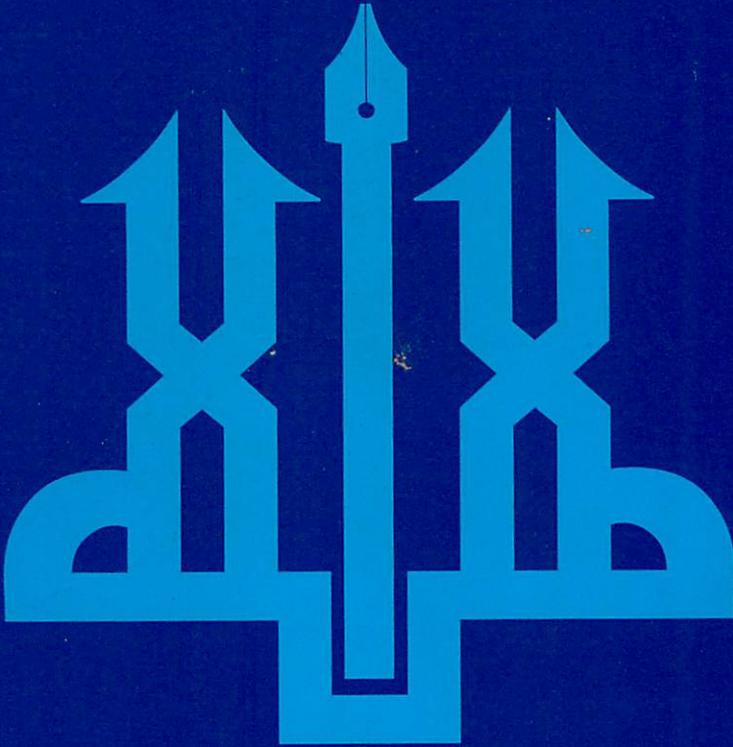


Vol. V, No. 2 Agustus 2003

ISSN 1411-1373

QUALITA AHSANA

JURNAL PENELITIAN ILMU-ILMU KEISLAMAN



Moh. Achjar, Dja'far Mawardi, Moh. Soleh,
Achmad Zaini, Ali Mudlofir, Agus Aditoni

Diterbitkan Oleh :
Lembaga Penelitian IAIN Sunan Ampel

Qualita Ahsana

JURNAL PENELITIAN ILMU-ILMU KEISLAMAN

TERAKREDITASI BERDASARKAN SK DIRJEN DIKTI DEPDIKNAS
NO. 52/DIKTI/KEP/2002 Tanggal: 12 Nopember 2002

Pemimpin Redaksi:

H. A. Saiful Anam

Wakil Pemimpin Redaksi:

Saiful Jazil

Sekretaris Redaksi:

H. Fachrur Rozie Hasy

Syaikhul Amin

Penyunting Ahli:

H. Amin Abdullah

H. Suroso Imam Zadjuli

Sunarto

Muh. Nuh

H. Arief Furqon

H. Syafiq A. Mughni

Penyunting Pelaksana:

Masdar Hilmy

Biyanto

Achmad Zaini

Nur Kholis

Jeje Abdul Rozak

Amiq

Bambang Subandi

Sekretaris:

Imam Syafi'i

M. Saeful Bahar

Moh. Yazid

Samsul Bahari

Sahuri

Imampuri

QUALITA AHSANA diterbitkan oleh Lembaga Penelitian IAIN Sunan Ampel
Surabaya tiga kali setahun pada bulan April, Agustus dan Desember
dengan Rektor IAIN Sunan Ampel sebagai pelindung

Alamat Penerbit/Redaksi:

Pusat Penelitian IAIN Sunan Ampel

Jl. A. Yani 117 Surabaya 60237

Telp. (031) 8410298 ps. 34 Fax. (031) 8413300

E-Mail: sunanampel@surabaya.wasantara.net.id

Homepage: <http://www.geocities.com/HotSprings/6774>

Qualita Ahsana

Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Keislaman

DAFTAR ISI

**PERBEDAAN TINGKAT RELIGIUSITAS MAHASISWA IAIN SUNAN
AMPEL SURABAYA DITINJAU DARI LATAR BELAKANG
PENDIDIKAN, TEMPAT TINGGAL DAN JENIS KELAMIN**

Moh. Achjar (112)

**ALI AHMAD BAKTSIR
SASTRAWAN ARAB INDONESIA**

Dja'far Mawardi (127)

**PENGARUH PSIKOTERAPI ISLAMI TERHADAP PENURUNAN
STRES PADA REMAJA PENYALAHGUNA NARKOTIKA DI
PESANTREN INABAH XIX SURYALAYA SURABAYA**

Moh. Sholeh (142)

**PERAN DAN FUNGSI DOSEN WALI STUDI
DI IAIN SUNAN AMPEL**

Achmad Zaini (164)

**MAX WEBER: ETIKA ROTESTAN DAN SEMANGAT KAPITALISME
(ANALISIS KOMPARATIF DENGAN ISLAM)**

Ali Mudlofir (179)

PEMIKIRAN TEOLOGI ABŪ HANĪFAH

Agus Aditoni (199)

PENGARUH PSIKOTERAPI ISLAMI TERHADAP PENURUNAN STRES PADA REMAJA PENYALAHGUNA NARKOTIKA DI PESANTREN INABAH XIX SURYALAYA SURABAYA

*Moh. Sholeh*¹

Abstract: This research was done based on the fact that there is an increasing of narcotic misuse in the adolescent environment. The conventional approach to heal the stressed adolescent caused by narcotic is not effective. This research was experimental with "Pre-Post-Test Group Design". The purpose of this research was to prove that Islamic psychotherapy can reduce the stress caused by narcotic dependence. The independent variable is the Islamic psychotherapy and dependent variable is reduction of narcotic stress. The result of this research proved that the Islamic psychotherapy has a significant influence to reduce narcotic stress caused by the narcotic dependence.

Kata Kunci: Islamic psychotherapy, narcotic misuse, stress.

¹ Penulis adalah dosen Fakultas Tarbiyah dan Pascasarjana IAIN Sunan Ampel

I

A. Latar Belakang

Penyalahgunaan narkoba dan obat-obatan terlarang pada kalangan remaja kian hari kian meningkat, baik kualitas maupun kuantitasnya. Oleh karena itu, apabila hal ini dibiarkan berkepanjangan, tidak segera ditangani secara sungguh-sungguh, komprehensif, terpadu dan konsisten oleh semua pihak yang terkait, maka dapat menimbulkan gangguan keamanan dan ketertiban masyarakat yang pada gilirannya dapat menimbulkan kerawanan sosial-politik, ekonomi dan keamanan.

Sebenarnya sudah banyak upaya yang dilakukan oleh pihak pemerintah maupun swasta, seperti Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM), preventif maupun kuratif, dan rehabilitatif. Secara preventif diupayakan untuk meningkatkan kesadaran remaja atas bahaya penyalahgunaan narkoba melalui seminar, diskusi, lokakarya dan workshop. Bahkan secara legal telah dibentuk badan koordinasi penanggulangan kenakalan remaja, termasuk di dalamnya penyalahgunaan obat-obatan, yaitu BAKOLAK INPRES No. 6/1971.² Secara kuratif dan rehabilitatif telah didirikan rumah sakit ketergantungan narkoba atau obat-obatan terlarang. Namun demikian, upaya tersebut belum membuahkan hasil yang optimal.

Dalam konteks ini, Pondok Inabah Suryalaya dan cabangnya menawarkan pendekatan alternatif dalam menangani remaja korban narkoba, yaitu pendekatan psikoterapi Islami, melalui dzikir, wudlu/hidroterapi, puasa dan membaca Al-Qur'an. Selama kurun waktu lebih kurang 2 tahun dalam menangani remaja korban narkoba, Pondok Inabah Suryalaya telah menyadarkan dan membina 7.250 orang, dengan rincian 85% dari Jakarta dan sekitarnya, sisanya penyalahguna narkoba dari mancanegara, Malaysia, Singapura, Brunei dan Yaman. (Thoyib, M., Ngemron, M., 2000). Meskipun pendekatan Psikoterapi Islami efektif untuk menurunkan stres ketergantungan narkoba, namun mekanismenya belum diketahui secara jelas.

Dalam Al-Qur'an Allah Swt. menganjurkan agar orang-orang menjalankan salat secara kontinu, tidak boleh sepotong-potong (QS.Al-Baqarah : 2). Salat itu harus dilakukan dengan khusyu' (QS.Al-Mu'minum :

² Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kejahatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1995), 193.

3). Bahkan apabila salat itu dilakukan pada waktu 2/3 malam, salat tahajjud, maka Allah akan mengangkat ke tingkat yang terpuji, sehat jasmani-rohani, fisik-psikis (QS. Al-Isra' : 78). Apabila orang mematuhi, menjalankan isi Al-Qur'an, termasuk di dalamnya salat, dzikir, puasa dan memperbanyak membaca Al-Qur'an, maka akan menjadi obat pencegah dan penyembuh penyakit jasmani dan rohani (QS. Al-Isra' : 82). Secara empirik terbukti bahwa salat tahajjud yang dilakukan dengan ihlas, khusyuk, tepat gerakannya, kontinu, dapat meningkatkan respons imun dan pada gilirannya akan terhindar dari infeksi dan kanker.³ Salat di samping mempunyai aspek gerak (olahraga), juga mengandung aspek meditasi. Meditasi dapat meningkatkan kecerdasan emotional, spiritual quotation.⁴

Pada saat ini telah berkembang ilmu baru yang dapat digunakan untuk menjelaskan hubungan psikis dan fisik-biologis, yaitu psikoneuroimunologi. Menurut konsep psikoneuroimunologi kondisi psikis seseorang, tenang, senang, bahagia atau resah gelisah, dapat memodulasi sistem imun, melalui Hypothalamic Pituitary Adrenocorticotropic Axis (HPAA).⁵ Orang mukmin yang benar-benar menghayati salat, dzikir dan puasa serta ayat Al-Qur'an yang dibacanya dengan ihlas, khusyu', tuma'ninah akan tenang dan terhindar dari kegelisahan, kecemasan, depresi dan semacamnya. Karena hormon kortisol yang disekresi oleh korteks adrenal, hormon adrenalin dan noradrenalin dan vasopresin yang lebih dikenal dengan hormon stres, tersekresi secara normal, sehingga tubuh berada dalam kondisi homeostasis.

Mekanismenya berawal dari sinyal coping positif pancaran iman, buah dari ibadah, melalui peptida talamus-hipotalamus dan pituitari, kemudian merambat ke CRF (*Carticotropin Realeasing Factor*) dan ACTH (*Adrenocorticotropic Hormone*). CRF mengendalikan aksis HPA agar tidak berlebihan dalam mensekresi ACTH. Terkendalnya ACTH, maka terkendali pula sekresi kortisol pada korteks adrenal, hormon andrenalin, noradrenalin serta vasopresin. Terkendalnya hormon stres ini, di samping produksi respons imun normal, maka homeostasis tubuh terjaga dengan

³ Moh. Soleh, *Tahajjud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 213.

⁴ Daniel Goleman, *Work with Emotional Intelligence* (New York: Bantam Books, 1999), 66.

⁵ SP. James, "Mucosal Immunity" *Download and Edited from Internet by Indrayana NS* (Surabaya: F. K. Unair, 1996)

baik. Dengan demikian diketahuinya alur hubungan antara aspek-psikis dan fisik-biologis neendrokin dan neorohormonal, maka terapi Islami melalui dzikir, salat, puasa, dan membaca Al-Qur'an dapat digunakan sebagai alternatif penurunan stres.

B. Perumusan Masalah

1. Apakah terapi Islami dapat menurunkan stres pada remaja penyalahguna narkotika ?
2. Apakah terdapat pengaruh terapi Islami terhadap penurunan stres fisik maupun psikis ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk membuktikan bahwa terapi Islami dapat menurunkan stres pada remaja penyalahguna narkotika.
2. Untuk membuktikan bahwa terapi Islami berpengaruh terhadap penurunan stres fisik maupun psikis.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dari segi teoritis adalah dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan Kedokteran melalui pendekatan keagamaan. Sedang dari segi praktis, penelitian ini dapat digunakan oleh para praktisi terapi/[sikiatrik sebagai alternatif penurunan stress.

E. Hipotesis

1. Psikoterapi Islami berpengaruh terhadap penurunan stres pada remaja penyalahguna narkotika.
2. Psikoterapi Islami berpengaruh terhadap penurunan stres fisik maupun psikis.

F. Metodologi Penelitian

1. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini bersifat eksperimental dengan rancang bangun *Pre - Post test Group Design*. Adapun rancangan penelitiannya dibagi menjadi 4 tahap sebagai berikut: *Tahap Pertama*, menyeleksi sampel dengan kriteria-kriteria tertentu dan sekaligus memberikan pre-test atau tes awal pada subyek yang dijadikan sampel. Sedangkan teknik yang digunakan dalam

penyeleksian dan tes awal adalah menggunakan quesioner/angket. *Tahap Kedua*, pemberian perlakuan pada sampel yang berupa psikoterapi Islami yang diberikan oleh Pondok Pesantren Suryalaya berupa talqin dzikir, salat dan mandi taubah, puasa serta membaca Al-Qur'an. *Tahap Ketiga*, memberikan post-test melalui angket pada sampel yang menjalani perlakuan psikoterapi Islami selama 1 bulan, dan 2 bulan. *Tahap Keempat*, analisa data. Rumus statistika yang digunakan adalah prosentase untuk mengetahui stres yang dialami sampel dan rumus *product moment* untuk mengetahui signifikansi atau tidaknya pengaruh psikoterapi Islami terhadap penurunan stres.

2. Populasi dan Sampel

Populasi yang dijadikan subyek penelitian adalah seluruh pasien baru yaitu pasien yang masuk ke Inabah Suryalaya pada (1 minggu) akhir Agustus dan (1 minggu) awal September, yaitu sebanyak 23 orang, dan yang memenuhi kriteria sampel sebanyak 10 orang. Adapun kriteria sampelnya adalah sebagai berikut :

- Remaja usia 17 - 22 tahun
- Jenis kelamin laki-laki
- Menggunakan narkotika jenis shabu
- Remaja ketergantungan obat yang masuk ke Inabah Suryalaya pada bulan (1 minggu) akhir Agustus dan (1 minggu) awal September.
- Jarang menjalankan ibadah (salat, puasa, dzikir, membaca Al-Qur'an)

3. Definisi Operasional Variabel

Variabel bebas penelitian ini adalah psikoterapi Islami, yaitu metode penyembuhan penyakit baik fisik maupun mental dengan menggunakan ajaran agama Islam atau spiritual/ibadah, yang digunakan oleh Pondok Pesantren Suryalaya cabang Surabaya sebagai berikut :

- Mengerjakan salat fardlu dan salat sunnah sebanyak 114 rakaat setiap hari.
- Melaksanakan dzikir minimal 165 kali setelah selesai salat.
- Melaksanakan mandi tengah malam/mandi tobat dan sebelum mengerjakan salat.
- Puasa sunnah dan membaca Al-Qur'an. Untuk puasa sunnah dianjurkan kepada santri yang mau keluar dari pondok, sedangkan untuk membaca Al-Qur'an dilaksanakan setiap selesai salat wajib.

Variabel terikat penelitian ini adalah penurunan stres baik fisik maupun psikis akibat dari ketergantungan narkoba. Indikatornya adalah sebagai berikut:

Stres psikis : Cemas, khawatir, atau gelisah; Sedih, depresi, dan mudah menangis; Mudah marah dan gugup; Terlalu peka dan mudah tersinggung; Harga diri menurun

Stres fisik : Sakit kepala, pusing; Sulit tidur (insomnia), tidur tidak teratur; Mencret dan radang usus besar, sulit buang air besar dan sembelit; Ketegangan otot, nyeri punggung, bahu dan leher, keluar keringat; Selera makan berubah; Jantung berdebar kencang dan sebagainya

4. Teknik Pengumpulan Data

Observasi

Pengamatan yang meliputi pemusatan perhatian terhadap obyek dengan menggunakan seluruh indera. Dalam penelitian ini observasi digunakan untuk mengamati kondisi pasien yang dirawat secara langsung.

Dokumentasi

Teknik dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk mencari data tentang identitas pasien yang dirawat yang menjadi sampel. Misalnya berupa anekdot pasien.

Angket

Teknik angket dalam penelitian ini berupa angket tertutup, digunakan untuk memperoleh informasi tentang kondisi stres fisik maupun psikis pada awal dan akhir pasien yang dirawat oleh Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya.

Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data *pre test* maupun *post test* tentang stres fisik/psikis yang diperoleh, digunakan analisis statistika dengan menggunakan rumus prosentase sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

- Keterangan
- P = Prosentase
 - F = Frekuensi
 - N = Jumlah responden

Untuk membuktikan signifikan atau tidaknya pengaruh psikoterapi Islami terhadap penurunan stres, digunakan rumus *product moment* dengan langkah sebagai berikut.

Pertama, mencari angka indeks *product moment* dengan terlebih dahulu memperhitungkan nilai aslinya. *Kedua*, memberikan interpretasi terhadap indeks *product moment* menggunakan ancar-ancar sederhana.

- 1) Mencari angka indeks korelasi *product moment* dengan mendasarkan pada skor aslinya, dengan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[(N \sum X^2) - (N \sum X)^2][N \sum Y^2 - (N \sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Angka indeks korelasi antara variabel X dan variabel Y

$\sum xy$ = Jumlah dari hasil perkalian antara sektor X dan sektor Y

$\sum X$ = Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$ = Jumlah seluruh skor Y

N = *Number of Case*

- 2) Memberikan interpretasi terhadap Angka Indeks *product moment*, yaitu interpretasi dilakukan dengan secara kasar/dengan sederhana.

II

A. Penyajian Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini baik yang berupa observasi, dokumentasi maupun angket dapat dikemukakan sebagai berikut.

Dari hasil observasi diperoleh data tentang keadaan remaja penyalahguna narkoba di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya sebagai berikut: Selama bulan Agustus (akhir) dan September (awal) yang berobat di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya

sebanyak 23 orang, yaitu 7 orang menggunakan koplo, 6 orang menggunakan putaw dan 10 orang menggunakan shabu. Berdasarkan pada kriteria sampel yang diajukan maka hanya 10 orang yang memenuhi kriteria menjadi sampel. Adapun lama perawatan dan pembinaannya di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya minimal selama 3 bulan.

Hasil pengumpulan data melalui teknik dokumentasi diperoleh informasi tentang teknik pelaksanaan psikoterapi Islami Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya sebagai berikut :

- 1) Dzikir (dzikir jahar dan khofi)
Dzikir ini dilakukan setelah selesai melaksanakan salat, baik salat fardlu maupun salat sunnah minimal 165 kali (boleh lebih).
- 2) Salat
Salat yang dilaksanakan para remaja penyalahgunaan narkotika di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya baik fardlu maupun sunnah secara keseluruhan mencapai 114 rakaat dalam sehari semalam.
- 3) Mandi taubat
Terapi ini dilaksanakan setiap akan melaksanakan salat, khususnya pada pukul 02.00 wib (dini hari) sebelum melaksanakan salat malam (tahajjud).
- 4) Kegiatan/terapi penunjang yaitu puasa dan membaca Al-Qur'an
Untuk puasa khususnya puasa sunnah tidak diwajibkan hanya dianjurkan kepada santri yang mau keluar dari pondok Inabah (kecuali puasa Ramadhan) dan begitupula dengan membaca Al-Qur'an atau mengaji dilaksanakan setelah menjalankan salat wajib secara bersama-sama dengan bimbingan oleh pembina.

Angket diberikan kepada pasien yang memenuhi kriteria sampel sebanyak 10 orang. Angket yang disebarkan memuat 58 item pertanyaan dengan pembagian sebagai berikut :

1. 32 pertanyaan berkenaan dengan stres pelaku
2. 26 pertanyaan berkenaan dengan stres fisik

Penyebaran angket dilakukan 3 kali dengan keterangan sebagai berikut :

1. Angket pertama disebarkan pada responden yang baru masuk selama 8 hari (yang digolongkan belum mendapatkan psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya).

2. Angket kedua disebarakan setelah responden menjalani psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya selama 1 bulan.
3. Angket ketiga disebarakan setelah responden menjalani psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya selama 2 bulan.

Masing-masing angket menyediakan 4 alternatif jawaban dengan skor sebagai berikut :

- 1) Untuk jawaban a diberi skor 3
- 2) Untuk jawaban b diberi skor 2
- 3) Untuk jawaban c diberi skor 1
- 4) Untuk jawaban d diberi skor 0

Hasilnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1

Hasil pemberian angket tentang kondisi fisik/psikis sebelum mendapatkan perlakuan psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2
2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2
4	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1
5	0	2	2	1	1	1	2	3	2	1
6	2	1	2	2	1	0	2	3	1	1
7	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2
8	0	1	1	2	1	2	3	3	2	1
9	3	2	2	3	2	1	3	3	2	3
10	1	2	1	1	1	2	2	3	3	2
11	0	1	2	2	1	3	2	2	3	1
12	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
14	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1
15	0	1	3	0	0	1	2	1	1	2
16	1	2	2	1	0	0	1	0	1	1
17	1	3	2	3	3	2	3	2	2	3
18	2	3	3	1	2	2	2	3	1	1
19	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2

20	1	1	1	2	3	3	3	2	2	2
21	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2
22	1	2	3	1	2	1	3	3	2	1
23	3	1	1	3	1	1	2	1	3	2
24	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1
25	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3
26	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
27	1	0	2	0	1	2	2	2	1	1
28	3	0	3	2	2	2	2	1	1	2
29	1	0	2	1	1	3	2	1	2	1
30	0	2	1	0	0	0	1	0	3	2
31	2	3	2	1	0	2	2	2	3	1
32	1	3	1	1	0	2	2	2	1	2
33	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1
34	3	3	1	1	2	1	3	2	3	1
35	2	3	1	2	2	2	3	2	1	1
36	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1
37	1	2	1	1	2	2	3	2	2	1
38	1	2	1	1	2	2	3	2	1	1
39	2	2	2	1	3	0	3	3	3	1
40	2	2	1	2	2	0	3	3	1	1
41	3	2	1	1	2	1	3	1	3	2
42	3	3	1	1	1	2	3	2	2	2
43	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2
44	2	1	2	1	1	2	3	2	3	2
45	2	2	1	0	1	1	1	1	3	1
46	3	3	1	0	1	1	2	1	1	1
47	2	3	2	2	1	3	2	3	3	2
48	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2
49	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2
50	2	2	2	1	1	1	3	3	2	2
51	2	2	1	0	2	0	1	2	1	1
52	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2
53	2	3	1	2	1	2	3	2	2	2
54	2	1	3	1	2	1	3	3	3	2
55	2	3	3	1	1	1	3	3	1	1
56	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2

57	1	0	2	2	3	2	2	3	3	3
58	3	3	2	2	2	0	3	1	2	1
Jml.	114	118	113	94	94	107	112	129	121	95

Tabel 2

Hasil pemberian angket tentang kondisi stres fisik/psikis setelah mendapatkan perlakuan psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya selama 1 bulan

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2
2	3	3	2	3	2	2	2	1	1	1
3	3	3	1	2	2	1	2	1	2	0
4	1	2	1	2	0	1	2	1	0	0
5	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0
6	1	1	1	1	0	0	1	1	3	2
7	3	3	1	2	3	2	2	1	2	2
8	0	0	1	2	1	1	2	1	2	0
9	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1
10	2	2	1	1	0	1	2	2	3	1
11	2	3	1	2	2	2	1	2	1	1
12	1	0	1	1	0	2	1	2	2	0
13	1	2	1	2	2	2	3	1	2	3
14	0	0	0	1	0	1	1	2	1	1
15	1	2	3	3	2	0	3	1	1	2
16	1	0	1	2	1	0	2	2	2	1
17	0	0	0	1	0	1	1	2	1	2
18	1	2	1	2	2	1	1	1	1	0
19	1	3	3	2	2	2	1	1	3	1
20	2	2	1	2	3	2	2	0	1	2
21	2	2	0	1	3	1	2	1	2	2
22	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1
23	1	3	1	0	2	1	1	2	2	0
24	3	3	0	0	2	1	1	1	1	1
25	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3
26	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2
27	0	3	3	0	2	1	1	2	1	1

28	2	0	1	0	1	1	1	1	3	1
29	2	0	0	1	1	1	1	1	2	1
30	0	1	0	0	2	0	1	0	3	2
31	2	2	0	2	2	1	1	1	3	0
32	3	3	1	2	3	1	1	1	1	2
33	2	2	3	1	1	1	2	3	0	1
34	3	1	1	2	1	1	2	2	3	0
35	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1
36	2	2	0	1	2	1	2	2	3	1
37	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1
38	2	1	1	1	1	1	2	1	0	1
39	2	1	1	1	1	0	2	1	2	1
40	3	2	1	2	1	0	1	1	1	2
41	1	3	0	1	3	1	2	1	0	2
42	1	1	0	1	0	1	2	3	1	1
43	1	2	1	0	0	1	2	1	1	0
44	1	2	1	0	0	1	3	2	1	0
45	1	0	1	1	0	3	0	1	2	1
46	2	0	2	0	2	3	2	2	1	1
47	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1
48	2	3	1	0	2	2	1	1	1	1
49	2	3	2	1	2	0	2	2	3	0
50	2	2	3	3	2	1	2	2	1	1
51	3	2	1	0	1	1	2	2	2	
52	2	2	1	1	2	2	3	1	1	2
53	2	2	1	2	1	2	2	1	2	0
54	2	1	0	1	1	0	1	0	0	1
55	1	1	1	3	1	1	2	2	2	2
56	2	2	1	2	1	1	3	2	1	2
57	3	2	1	1	0	2	1	2	2	0
58	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1
Ju ml	107	105	66	81	71	96	93	116	110	62

Tabel 3

Hasil pemberian angket tentang kondisi stres fisik/psikis setelah mendapatkan perlakuan psikoterapi Islami Inabah XIX Suryalaya Surabaya selama 2 bulan

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
2	2	1	2	0	2	0	2	3	1	1
3	2	2	0	1	0	2	0	2	1	0
4	0	0	0	1	2	0	0	2	1	0
5	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0
6	0	3	0	1	0	0	3	1	2	1
7	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1
8	1	2	2	0	0	2	0	2	2	0
9	1	3	0	1	1	1	3	1	2	0
10	0	3	0	1	0	0	0	1	2	0
11	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1
12	0	2	0	0	1	0	2	1	1	0
13	2	2	2	3	2	2	0	2	2	3
14	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1
15	2	1	3	2	3	3	1	3	2	2
16	1	2	2	1	3	2	2	2	2	0
17	0	1	1	2	1	1	1	1	1	2
18	2	1	2	1	2	2	1	2	1	0
19	2	3	0	1	0	0	3	2	0	1
20	3	1	2	2	2	2	1	2	1	2
21	3	2	0	2	0	0	2	1	1	0
22	3	1	2	1	2	2	0	2	2	1
23	2	2	0	1	0	0	2	0	1	0
24	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1
25	3	2	3	3	2		2	3	3	3
26	3	1	0	2	0	3	1	3	2	2
27	2	1	0	1	2	0	1	0	1	0
28	1	3	0	1	0	0	0	0	1	1
29	1	2	0	1	0	0	2	1	1	1
30	2	3	1	2	0	0	0	0	0	2

31	2	3	2	0	2	2	0	2	1	0
32	3	1	2	2	0	2	1	2	1	2
33	1	0	3	1	1	0	0	1	3	1
34	1	3	0	3	2	2	3	2	2	2
35	1	2	0	1	0	2	2	2	2	2
36	2	3	2	0	0	1	3	1	2	0
37	1	1	0	1	0	0	0	1	2	2
38	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1
39	1	2	0	1	0	1	2	1	1	2
40	1	1	1	2	2	2	0	2	1	2
41	3	0	2	1	1	0	0	1	1	2
42	0	1	0	1	0	0	0	1	3	1
43	0	1	0	2	1	0	0	0	1	0
44	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0
45	0	2	0	1	1	1	2	1	1	0
46	2	1	1	0	2	0	0	0	2	0
47	2	2	0	0	1	0	2	0	1	0
48	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0
49	2	3	0	0	1	0	0	1	2	0
50	2	1	0	3	0	0	0	0	2	0
51	1	2	0	0	2	0	0	0	2	0
52	2	1	0	0	1	0	0	1	1	2
53	1	2	0	0	2	2	2	2	1	1
54	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1
55	1	2	2	0	2	0	2	0	2	2
56	1	1	2	2	0	0	1	2	2	0
57	0	2	0	0	1	0	2	1	2	1
58	2	1	2	1	2	2	1	2	1	0
Jumi	80	90	46	56	57	52	55	94	73	44

Keterangan:

- Kolom 1 adalah jumlah responden
- Baris 2 adalah jumlah item soal yang peneliti sebarakan dalam bentuk angket kepada responden.

B. Analisis data angket tentang stres fisik/psikis dengan rumus prosentase

Untuk menganalisis data ini terdapat 3 hal yang perlu dianalisis adalah:

1. Menganalisis data hasil penyebaran angket 1 (sebelum mendapat psikoterapi Islami/*pre test*) menggunakan rumus prosentase sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan : P = Prosentase
F = Frekwensi yang sedang dicari
N = Number of Case

Dari hasil penyebaran angket di atas, maka langkah selanjutnya adalah menjumlahkan masing-masing jawaban dengan cara mengelompokkannya, kemudian dikalikan dengan skor masing-masing jawaban sesuai dengan yang telah dijelaskan di atas. Untuk lebih jelasnya lihat tabel 4.

Tabel 4

Tabulasi hasil angket sebelum mendapat psikoterapi Islami
Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya

No	OPTION				Jumlah
	A	B	C	D	
1.	54	44	16	0	114
2.	60	48	10	0	118
3.	45	48	19	-	113
4.	36	36	22	0	94
5.	33	42	19	0	94
6.	33	56	18	0	107
7.	63	38	8	-	112
8.	84	32	13	0	129
9.	63	46	12	0	121
10.	18	50	27	0	95

Dari tabel di atas kemudian langkah selanjutnya adalah mengklasifikasikan data dalam kategori yang telah disediakan, yaitu :

No	Kategori Nilai	f	%	
1.	Sangat besar	122 - 130	1	10
2.	Besar	112 - 121	5	50
3.	Sedang/cukupan	103 - 111	1	10

4.	Kecil	94 - 102	3	30
			N = 10	100%

Berdasarkan klasifikasi data di atas menunjukkan bahwa frekwensi yang paling banyak dan hasil prosentase stres dari para remaja penyalahguna narkotika sebelum/selama 8 hari di Inabah Suryalaya Surabaya adalah 50% dan 50% itu terdapat dalam kategori besar. Jadi sebelum mendapatkan psikoterapi Islami Inabah Suryalaya Surabaya stres yang dialami remaja penyalahgunaan narkotika tergolong tinggi.

2. Menganalisis data hasil penyebaran angket 2 (mendapat psikoterapi Islami selama 1 bulan/post test 1) menggunakan rumus prosentase seperti di atas dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5

Tabulasi hasil angket setelah mendapat psikoterapi Islami Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya selama 1 bulan

No	OPTION				Jumlah
	A	B	C	D	
1.	36	52	19	0	107
2.	51	44	10	0	105
3.	12	20	34	0	66
4.	21	36	24	0	81
5.	6	34	31	0	71
6.	24	40	19	0	83
7.	33	38	24	0	93
8.	18	58	22	0	98
9.	9	44	31	0	84
10.	6	30	26	0	62

Kemudian langkah selanjutnya adalah mengklasifikasikan data dalam kategori yang telah disediakan, yaitu :

No	Kategori Nilai	f	%	
1.	Sangat besar	97 - 107	3	30
2.	Besar	85 - 96	2	20
3.	Sedang/cukupan	73 - 84	3	30
4.	Kecil	62 - 72	3	30
		N = 10	100%	

Berdasarkan klasifikasi data di atas menunjukkan bahwa frekwensi yang paling banyak dan hasil prosentase stres dari para remaja penyalahgunaan narkotika selama 1 bulan di Inabah terdapat 30% sangat

besar, 30 sedang dan 30% kecil. Hasil yang bervariasi ini dikarenakan selama 1 bulan itu remaja masih belum mampu adaptasi dengan lingkungan sekitar.

3. Menganalisis data hasil penyebaran angket 3 (setelah mendapat psikoterapi Islami selama 2 bulan/*post test 2*) menggunakan rumus prosentase seperti di atas dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6

Tabulasi hasil angket setelah mendapat psikoterapi Islami Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya selama 2 bulan

No	OPTION				Jumlah
	A	B	C	D	
1.	21	40	19	0	80
2.	30	34	26	0	90
3.	6	32	19	0	46
4.	9	24	23	0	56
5.	9	34	14	0	57
6.	9	36	7	0	52
7.	9	34	12	0	55
8.	36	46	21	0	94
9.	12	48	23	0	73
10.	4	24	14	0	44

Langkah selanjutnya adalah mengklasifikasikan data dalam kategori yang telah disediakan, yaitu :

No	Kategori Nilai		f	%
1.	Sangat besar	82-94	2	20
2.	Besar	70-81	2	20
3.	Sedang/cukupan	58-69	-	-
4.	Kecil	44-57	6	60
			N = 10	100%

Berdasarkan klasifikasi data di atas menunjukkan bahwa frekwensi yang paling banyak dan hasil prosentase stres dari para remaja penyalahgunaan narkoba selama 2 bulan di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya adalah 60% dan bila dilihat pada klasifikasi 60% itu terdapat dalam kategori kecil. Jadi ketika 2 bulan pasien mendapatkan psikoterapi Islami di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya,

kondisi stres fisik maupun psikis remaja penyalahguna narkoba menjadi menurun.

C. Analisis hasil angket untuk mengetahui signifikansi

Untuk mengetahui signifikansi pengaruh psikoterapi Islami terhadap penurunan stres, dalam penelitian ini menggunakan rumus *product moment*, yaitu dengan mencari angka indeksinya dengan mendasarkan dari skor aslinya atau angka kasarnya.

Pertama dipergunakan rumus *product moment*, , yaitu :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[(N \sum X^2) - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Selanjutnya memberikan interpretasi terhadap angka indeks korelasi *r product moment* dengan cara sederhana, yang menggunakan ancar-ancar untuk mengetahui kuat lemahnya atau tinggi rendahnya, sebagai berikut :

Besarnya "r" <i>product moment</i> (r_{xy})	Interpretasi
0.00 - 0.20	Antara Variabel X dan Variabel Y memang terdapat korelasi, akan tetapi korelasi itu sangat lemah atau sangat rendah sehingga korelasi itu diabaikan (<i>dianggap tidak ada korelasi antara Variabel X dan Variabel Y</i>)
0.20 - 0.40	Antara Variabel X dan Variabel Y terdapat korelasi yang <i>lemah</i> atau <i>rendah</i>
0.40 - 0.70	Antara Variabel X dan Variabel Y terdapat korelasi yang <i>sedang</i> atau <i>cukupan</i>
0.70 - 0.90	Antara Variabel X dan Variabel Y terdapat korelasi yang <i>kuat</i> atau <i>tinggi</i>
0.90 - 1.00	Antara Variabel X dan Variabel Y terdapat korelasi yang <i>sangat kuat</i> atau <i>sangat tinggi</i>

Analisis hasil *post test* 1 dan *pre test*

Analisis hasil angket *post test* 1 dan *pre test* dilakukan untuk mengetahui signifikansi atau pengaruh psikoterapi Islami terhadap penurunan stres, dengan menggunakan *Product moment*, yaitu dengan mencari angka indeksinya, kemudian memberikan interpretasi terhadap angka indeks tersebut, maka langkah perhitungan yang ditempuh adalah :

Pertama, dipergunakan rumus *Product moment*. *Kedua*, memberikan interpretasi dengan melihat Tabel nilai "r". Adapun perhitungannya yaitu hasil *Post test* I diberi lambang X dan hasil *pre-test* diberi lambang Y, dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

Langkah yang harus ditempuh untuk memperoleh r_{xy} adalah :

- 1) Menjumlahkan subyek penelitian, diperoleh $N = 10$
- 2) Menjumlahkan skor variabel X, diperoleh $\Sigma X = 850$
- 3) Menjumlahkan skor variabel Y, diperoleh $\Sigma Y = 1096$
- 4) Memperkalikan skor variabel X dengan variabel Y (yaitu XY) diperoleh $\Sigma XY = 94229$
- 5) Mengkuadratkan skor variabel X (yaitu : X^2 dan setelah selesai lalu dijumlahkan, diperoleh $\Sigma X^2 = 74474$
- 6) Mengkuadratkan skor variabel Y (yaitu : Y^2 dan setelah selesai lalu dijumlahkan, diperoleh $\Sigma Y^2 = 121404$ (dapat dilihat pada tabel 7)

Tabel 7

Nilai hasil *post test* 1 dan nilai hasil *pre test* yang berhasil dicapai 10 pasien di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya

No.	X	Y	XY	X^2	Y^2
1.	107	114	12198	11449	12996
2.	105	118	12390	11025	13924
3.	66	113	7458	4356	12769
4.	81	94	7614	6561	8836
5.	71	94	6674	5041	8836
6.	83	107	8881	6889	11449
7.	93	112	10416	8649	12544
8.	98	128	12544	9604	16384
9.	84	121	10164	7056	14641
10.	82	95	5890	3844	9025

N = 10	$\Sigma X =$ 850	$\Sigma Y =$ 1096	$\Sigma XY = 94229$	$\Sigma X^2 = 74474$	$\Sigma Y^2 = 121404$
-----------	---------------------	----------------------	---------------------	----------------------	-----------------------

7) Mencari r_{xy} dengan rumus sebagaimana yang telah dituliskan di atas

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

Diketahui bahwa :

$N = 10$, $\Sigma XY = 94229$, $\Sigma X^2 = 74474$, $\Sigma Y^2 = 121404$, $\Sigma X = 850$
dan $\Sigma Y = 1096$

$$\begin{aligned} r_{xy} &= \frac{10 \times 94229 - (850)(1096)}{\sqrt{[10 \times 74474 - (850)^2][10 \times 121404 - (1096)^2]}} \\ &= \frac{10690}{16888,04} = 0,64 \end{aligned}$$

8) Memberikan interpretasi terhadap r_{xy} , yaitu dengan cara kasar atau sederhana :

Dari perhitungan di atas ternyata angka korelasi antara variabel X dan variabel Y terdapat 64. Dengan memperhatikan besarnya r_{xy} yaitu 0,64 yang berkisar antara 0,40-0,70 yang berarti korelasi antara variabel X dan Y termasuk dalam korelasi sedang/cukupan. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang penulis ajukan dapat diterima; Psikoterapi Islami selama 1 bulan berpengaruh terhadap penurunan stres dengan korelasi sedang atau cukup.

Analisis Hasil *Post test 2* dan *Pre test*

Untuk analisis *post-test 2* dengan *pre-test* menggunakan cara dan rumus yang sama seperti di atas. Adapun lambang X adalah *post-test 2* dan lambang Y adalah *pre-test*.

Adapun langkah yang ditempuh untuk memperoleh r_{xy} adalah :

- 1) Menjumlahkan subyek penelitian, diperoleh $N = 10$
- 2) Menjumlahkan skor variabel X, diperoleh $\Sigma X = 647$
- 3) Menjumlahkan skor variabel Y, diperoleh $\Sigma Y = 1096$
- 4) Memperkalikan skor variabel X dengan variabel Y (yaitu XY) diperoleh $\Sigma XY = 68081$

- 5) Mengkuadratkan skor variabel X (yaitu : X^2 dan setelah selesai lalu dijumlahkan, diperoleh $\Sigma X^2 = 44831$)
- 6) Mengkuadratkan skor variabel Y (yaitu : Y^2 dan setelah selesai lalu dijumlahkan, diperoleh $\Sigma Y^2 = 121404$ (dapat dilihat pada tabel 8)

Tabel 8

Nilai hasil *post test* 2 dan nilai hasil *pre test* yang berhasil dicapai 10 pasien di Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya

No.	X	Y	XY	X^2	Y^2
1.	80	114	9120	6400	12996
2.	90	118	10620	8100	13924
3.	46	113	5198	4489	12769
4.	56	94	6110	4225	8836
5.	57	94	5828	3844	8836
6.	52	107	8025	5625	11449
7.	55	112	6160	6889	12544
8.	94	128	12032	8836	16384
9.	73	121	8833	5329	14641
10.	44	95	4180	3600	9025
N = 10	$\Sigma X = 647$	$\Sigma Y = 1096$	$\Sigma XY = 68081$	$\Sigma X^2 = 44831$	$\Sigma Y^2 = 121404$

- 7) Mencari r_{xy} dengan rumus sebagaimana yang telah dituliskan di atas

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

Diketahui bahwa :

$N = 10$, $\Sigma XY = 68081$, $\Sigma X^2 = 44831$, $\Sigma Y^2 = 121404$, $\Sigma X = 647$
dan $\Sigma Y = 1096$

$$\begin{aligned} r_{xy} &= \frac{10 \times 68081 - (647)(1096)}{\sqrt{[10 \times 44831 - (647)^2][10 \times 121404 - (1096)^2]}} \\ &= \frac{28302}{19516} = 1,15 \end{aligned}$$

- 8) Memberikan interpretasi terhadap r_{xy} , yaitu dengan cara kasar atau sederhana :

Perhitungan di atas menunjukkan ada korelasi yang kuat atau perbedaan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y yang ditunjukkan dengan angka 1,15. Dengan memperhatikan besarnya r_{xy} yaitu 1,15 yang berkisar antara 0,90-1,00, maka dapat disimpulkan bahwa psikoterapi Islami ala Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya berpengaruh terhadap penurunan stres fisik dan psikis pada remaja penyalahguna narkoba.

Sejalan dengan penemuan penelitian tersebut sebagaimana dikemukakan oleh Mahjuddin⁶ yang mengutip dari hadith yang diriwayatkan Al-Tirmidhi bahwa hati akan hidup kalau di dalamnya terdapat iman, dan matinya hati jika di dalamnya terdapat dorongan kekufuran. Sehatnya hati kalau seorang selalu mengerjakan ketaatan, sedangkan sakitnya hati kalau seseorang tekun mengerjakan perbuatan maksiat. Bangun tegaknya hati kalau seorang selalu berdzikir kepada Allah, sedangkan tidurnya hati kalau seseorang lalai menjalankan perintah Allah.

Moiduddin⁷ mengatakan bahwa salat yang dikerjakan dengan delapan posisi, maka masing-masing posisi akan memberikan pengaruh baik bagi kesehatan fisik maupun psikis. Najati⁸ mengemukakan Allah Swt mewajibkan ibadah yang berbeda-beda seperti salat, puasa, zakat, haji, membaca Al-Qur'an sesungguhnya pelaksanaan ibadah itu dalam rangka latihan mengendalikan nafsu atau mengontrol keinginan-keinginan atau syahwat-syahwatnya yang akan mendatangkan kesehatan fisik dan membantu memelihara dari berbagai penyakit kejiwaan.

III

Kesimpulan

Psikoterapi Islami oleh Pondok Pesantren Inabah XIX Suryalaya Surabaya berpengaruh terhadap penurunan stres pada remaja penyalahguna narkoba.

Psikoterapi Islami dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan penanggulangan kenakalan remaja penyalahguna narkoba dan obat-obatan terlarang. ➤

⁶ Mahjuddin, *Pendidikan Hati: Kajian Tasawuf Amali* (Jakarta: Kalam Mulia, 2000), 5-12.

⁷ Syakh Ghulam Moinuddin, *Penyembuhan Cara Sufi* (Yogyakarta: Bintang, 1999), 17-18.

⁸ Utsman Najati, *Jiwa Manusia Dalam Sorotan Al-Qur'an* (Jakarta: Cendikia Sentra Muslim, 2001), 291.