



Pengaruh Tadabbur Al-Qur'an Terhadap Resiliensi Anggota Ta'lim Qur'an Remaja

Murisal^{1✉}, Mardeni², Puti Lenggogeni³, Fadil Maisseptian⁴

(1) Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

(2) Bimbingan Konseling Islam, Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

Email: murisal@uinib.ac.id^{1✉}

Abstrak

Remaja yang kuat sikap resiliennya, mampu bertahan menghadapi tekanan kemudian bangkit dan berani mengambil langkah mengatasi keterpurukan yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh tadabbur Al-Qur'an dalam meningkatkan resiliensi anggota ta'lim Qur'an remaja Masjid Raya Pasar Muara Labuh. Penelitian ini menggunakan metode true eksperimental dengan desain eksperimen ulang acak. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 17 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Alat ukur yang digunakan Skala Resiliensi. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis paired sample t-test dan independent sample t-test. Hasil penelitian ini antara lain: (1) Hasil pretest menunjukkan resiliensi subjek pada kategori rendah untuk kelompok eksperimen dan kategori tinggi untuk kelompok kontrol, (2) Hasil posttest menunjukkan resiliensi subjek pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dari rendah menjadi tinggi, sementara pada kelompok kontrol tidak menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan, namun ada yang mengalami penurunan sikap resiliensi menjadi rendah, (3) Pengaruh pemberian perlakuan berupa tadabbur Qur'an menunjukkan adanya perbedaan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen yaitu terjadinya peningkatan sikap resiliensi sebesar 29,24%. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan, namun terjadi penurunan pada beberapa anggota kelompok kontrol sebesar 9,27%.

Kata Kunci: *Tadabbur al-Qur'an, Resiliensi, Remaja*

Abstract

Adolescents who have a strong resilience attitude, are able to withstand pressure and then get up and have the courage to take steps to overcome the perceived downturn. This study aims to examine the effect of Al-Qur'an tadabbur in increasing the resilience of young members of the Koran ta'lim at Masjid Raya Pasar Muara Labuh. This study used the true experimental method with a randomized re-experimental design. The population in this study amounted to 17 people. The

sampling technique uses total sampling. The measuring instrument used is the Resilience Scale. Data analysis techniques used hypothesis testing paired sample t-test and independent sample t-test. The results of this study include: (1) Pretest results showed subject resilience in the low category for the experimental group and high category for the control group, (2) Posttest results showed subject resilience in the experimental group increased from low to high, while the control group did not showed a significant increase, but some experienced a decrease in resilience to low, (3) The effect of the treatment in the form of tadabbur Qur'an showed a difference between the pretest and posttest scores in the experimental group, namely an increase in resilience by 29.24%. Whereas in the control group there was no significant difference, but there was a decrease in some members of the control group by 9.27%.

Keyword: *Tadabbur al-Qur'an, Resilience, Youth*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dalam rentang kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja umumnya dikenal sebagai seorang anak yang baru beranjak dewasa, ia baru memahami peran dalam dunia sosial, baru mengenal mana yang benar dan salah, mengenal lawan jenis, menerima jati diri dan mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Umami (2019) menjelaskan bahwa perkembangan remaja ditandai dengan adanya beberapa perilaku, baik tingkah laku positif maupun negatif. Perilaku suka melawan, periode labil, gelisah, agresif dan sebagainya seringkali melanda remaja. Oleh karena itu, peran orang tua sebagai kawan dan sahabat lebih diperlukan pada masa ini daripada peran orang tua sebagai pengatur dan penentu keputusan.

Adapun usia remaja menurut WHO (dalam Amanda dkk., 2017) memiliki batasan antara 12 sampai 24 tahun. Sedangkan dari segi program pelayanan, definisi remaja yang digunakan oleh Departemen Kesehatan adalah mereka yang berusia 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Sementara itu menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana/ BKKBN (Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak Reproduksi) batasan usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Diananda, 2018). Dalam ilmu psikologi, Hill & Monks (dalam Pattinama, 2015) menjelaskan rentang usia remaja/ masa adolesensi dibagi menjadi tiga, yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun), sedangkan masa pemuda berkisar antara 19-24 tahun.

Masa remaja juga menjadi periode transisi yang penting dalam perkembangan berpikir kritis. Remaja memiliki keinginan menunjukkan eksistensi diri yang tinggi dan egosentris yang tinggi. Muchtar & Suryani (2020) mengatakan bahwa remaja sering mengalami keraguan dalam segala hal seperti fenomena religious doubt (sulit membedakan mana hal yang benar-benar baik dan tidak baik). Hal itulah yang kemudian dapat memberikan dampak positif dan juga dapat menjerumuskan remaja ke dalam perbuatan

negatif.

Monks (dalam Pattinama, 2015) menjelaskan karakteristik remaja dalam perkembangan sosialnya dapat dilihat melalui dua macam gerak yaitu: pertama, remaja cenderung memisahkan diri dari orangtua; kedua, remaja senang bergaul atau berkumpul dengan teman-teman sebayanya. Dampak yang dapat terjadi jika mereka tidak berkumpul dengan teman sebanyaknya ialah munculnya rasa kesepian. Jika dibarengi dengan sikap orangtua yang kasar dan tidak perhatian misalnya, maka hal tersebut dapat berakibat fatal bagi tahap perkembangan berikutnya.

Seiring perkembangan zaman, di era globalisasi sekarang ini, dimana teknologi semakin canggih dan pengaruh teknologi pun semakin berkembang pesat bagi kehidupan manusia. Tak jarang kita melihat bahwa banyak kasus dari remaja yang jauh dari akhlak atau perilaku budi pekerti yang baik. Banyak permasalahan yang terjadi pada usia remaja seperti merokok, narkoba, minum minuman keras, dan pergaulan bebas. Banyak juga faktor dari dalam diri maupun luar diri yang dapat memengaruhi perilaku remaja tersebut. Oleh karena itu, sangat penting bagi kita khususnya remaja untuk sadar akan pentingnya mengamalkan nilai-nilai agama agar bisa hidup lebih teratur dan dijauhkan dari berbagai keburukan. Disamping itu, pendekatan religiusitas juga dapat membantu remaja untuk dapat bersikap resilien terhadap berbagai persoalan kehidupan yang menekan.

Berbagai bentuk persoalan kehidupan itulah yang dapat memunculkan terjadinya kerapuhan jiwa pada remaja/pemuda. Pemuda selaku generasi penerus bangsa atau sebagai harapan banyak pihak justru mudah ambruk kala menemui berbagai rintangan atau hambatan dalam hidupnya. Adapun contoh paling ekstrem ialah berupa fenomena bunuh diri di kalangan remaja yang sengaja mengakhiri hidupnya akibat permasalahan yang dapat dikatakan sepele. Nugroho (2012) dalam penelitiannya menerangkan kasus yang ditemui pada remaja yang melakukan aksi bunuh diri ini disebabkan dari permasalahan asmara (putus cinta), adanya persoalan keluarga, persoalan sekolah, ekonomi, dan sebagainya. Oleh karena itu, esensi dari studi resiliensi ini dilatarbelakangi oleh kenyataan bahwa setiap individu dapat segera bangkit dari keterpurukannya sehingga ia memiliki upaya dalam memetakan beragam respon kala menghadapi kesulitan hidup (Maiseptian et al., 2023).

Dalam mengembangkan resiliensi, Hasanah (2019) menjelaskan bahwa spiritualitas sebagai peran religiusitas sangat penting bagi individu karena merupakan salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi resiliensi. Cahaya & Akmal (2017) dalam penelitiannya menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan yang signifikan dengan spiritualitas dimana faktor pendorong munculnya resiliensi itu terletak pada bagaimana spiritualitas dalam diri individu. Dengan kata lain, apabila spiritualitas semakin penting bagi seseorang, maka ia akan mampu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.

Adapun salah satu cara untuk meningkatkan spiritualitas atau religiusitas pada individu ialah dengan mentadabburi Al-Qur'an. Yuliani, dkk. (2019) menemukan dalam penelitiannya

bahwa kebiasaan tadabbur Al-Qur'an sangat berpengaruh positif terhadap kecerdasan spiritual anggota komunitas tadabbur Al-Qur'an. Semakin tinggi kebiasaan mentadabburi Al-Qur'an, maka semakin tinggi pula kecerdasan spiritual individu yang mentadabburi Al-Qur'an. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kekuatan resiliensi individu dapat meningkat ketika belajar mentadabburi atau memahami ayat Al-Qur'an sehingga kemampuan berpikiran positif akan membantu pembentukan mental kuat dari diri individu.

Dengan kata lain, individu yang mempunyai kesadaran atau minat untuk mentadabburi Al-Qur'an, maka resiliensi akan terwujud dengan pola mampu menahan/mengendalikan diri sebagai wujud dari sikap sabar dalam mengatasi masalah hidup, mampu bangkit dari situasi sulit dalam hidup sebagai wujud sikap optimis dan pantang menyerah, dan berjiwa besar dengan mau menerima apa yang telah terjadi dengan ketulusan hati.

Beranjak dari fenomena dan penjelasan di atas, sebagai upaya untuk membumikan Al-Qur'an dan menanamkan nilai-nilai Al-Qur'an kepada masyarakat khususnya pada remaja/pemuda islam, sebuah komunitas ta'lim Qur'an remaja terbentuk di Masjid Raya Pasar Muara Labuh Kabupaten Solok Selatan. Komunitas ini bergerak mensyi'arkan dakwah tadabbur Qur'an di Solok Selatan dengan misi membawa dan mengarahkan pemuda hijrah untuk kembali kepada Al-Qur'an sebagai wujud dari kesungguhan berhijrah dan mengajarkan pemuda untuk bermental kuat dengan mentadabburi Al-Qur'an.

Adapun misi dakwah yang dikembangkan oleh remaja komunitas tadabbur Qur'an ini dilatarbelakangi oleh perilaku remaja yang dapat dikatakan sangat jauh dari pemahaman Al-Qur'an. Hal itu juga dipengaruhi oleh perkembangan era globalisasi sehingga ketertarikan untuk memahami Al-Qur'an menjadi hal yang sulit untuk dilakukan terutama bagi para remaja. Tak jarang kita melihat bahwa banyak dari orang-orang yang membaca Al-Qur'an hampir setiap hari, namun perilakunya sangat jauh dari apa yang dibacanya (nilai-nilai Al-Qur'an). Kesenangan duniawi yang hanya sementara seakan membuat lupa individu bahwa hanya kepada Allah tempat berlindung dan meminta pertolongan (QS 1:5). Perilaku yang sering dijumpai ialah seperti sikap terlalu mudah menyerah terhadap persoalan hidup, berpikiran negatif terhadap diri maupun lingkungan, tidak punya arah/tujuan dalam hidup, dan lainnya. Hal itu menunjukkan bahwa tidak adanya pengaruh membaca Al-Qur'an itu terhadap hati/perasaan individu. Pada hakikatnya, membaca itu seharusnya tidak hanya sampai pada tenggorokan saja melainkan mendapatkan pemahaman darinya sehingga sampai ke hati dan dapat diamalkan dalam berkehidupan.

Untuk mengetahui bagaimana permasalahan awal terkait resiliensi remaja pada komunitas ta'lim tadabbur Qur'an remaja masjid ini, peneliti melakukan wawancara awal dengan beberapa anggota ta'lim Qur'an remaja Masjid Raya Pasar Muara Labuh. Berdasarkan hasil wawancara awal diketahui bahwa permasalahan yang membuat subjek tertekan ialah berupa kehilangan akibat kematian orang tua yang membuatnya kesepian,

ada yang merasa tidak punya kelekatan dengan orang tuanya yang telah bercerai, ada juga permasalahan ekonomi keluarga yang membuatnya hampir putus asa karna selalu dilarang untuk pergi sekolah, dan sebagainya. Peneliti berasumsi bahwa anggota ta'lim Qur'an yang berhijrah lalu mencoba untuk menambah wawasan ilmu Al-Qur'an dengan mentadabburi Al-Qur'an terlihat adanya resiliensi sebagai pertahanan psikologisnya dalam menghadapi masalah kehidupan yang menekan jiwanya. Hal itu dapat terjadi karena hakikat membaca telah meresapi hati mereka sehingga berdampak pada pola pikir yang lebih terbuka dengan sikap yang lebih tenang. Dapat dikatakan bahwa ketika individu mentadabburi Al-Qur'an dengan minatnya sendiri, maka hal itu akan membuatnya terpengaruh untuk berpikiran positif sehingga terbentuklah sikap Resiliensi yang dapat membuatnya bermental kuat meskipun dalam situasi sulit yang tengah dihadapinya.

Berikutnya peneliti mengambil beberapa rujukan dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai acuan untuk memahami bagaimana pengaruh tadabbur Al-Qur'an terhadap resiliensi. Pertama, penelitian Cahyani & Akmal (2017) dijelaskan bahwa terdapat hubungan antara peran spiritualitas terhadap resiliensi individu, dimana faktor pendorong munculnya resiliensi itu terletak pada bagaimana spiritualitas dalam diri individu tersebut. Dengan kata lain, apabila spiritualitas semakin penting bagi seseorang, maka ia akan mampu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya. Kedua, penelitian Rahim (2017) dijelaskan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara resiliensi dengan motivasi belajar individu, dimana remaja yang punya resiliensi tinggi, maka motivasi belajarnya juga akan tinggi yang dipengaruhi oleh faktor individu/internal dan faktor kemasyarakatan/eksternal.

Ketiga, penelitian Mujahidah & Listiyandini (2018) dijelaskan bahwa resiliensi dan empati berpengaruh terhadap gejala depresi pada remaja, dimana pengaruh empati afektif yang dapat meningkatkan terjadinya gejala depresi, diprediksi akan berkurang jika terdapat resiliensi yang tinggi pada individu. Keempat, penelitian Yuliani dkk. (2019) dijelaskan bahwa ada pengaruh kebiasaan tadabbur Al-Quran terhadap kecerdasan spiritual anggota komunitas tadabbur Quran, dimana dari hasil penelitian diperoleh bahwa kebiasaan tadabbur Al-Qur'an memiliki pengaruh yang positif terhadap kecerdasan spiritual anggota komunitas tadabbur Al-Qur'an, yakni sebesar 49%. Artinya, semakin tinggi kebiasaan mentadabburi Al-Qur'an, maka semakin tinggi pula Kecerdasan Spiritual anggota yang mentadabburi Al-Qur'an.

Kelima, penelitian Rohmah (2012) dijelaskan bahwa dalam menghadapi Post-Traumatic individu memiliki respon pertahanan psikologis sendiri diantaranya berupa sikap resiliensi dan sabar. Hasil penelitiannya mengatakan bahwa setiap individu pada hakikatnya mempunyai resiliensi dan kesabaran, namun masing-masing individu memiliki tingkatan yang berbeda-beda. Kualitas resiliensi dan kesabaran bisa dipelajari dan dikembangkan oleh siapa pun yang menginginkan hidupnya berbahagia dan berkualitas. Kontinuitas dalam mengembangkannya adalah "mutlak adanya".

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa mentadabburi Al-Qur'an sebagai peran spiritualitas pada individu dapat mendorong munculnya resiliensi pada individu. Selain itu, minat mentadabburi Al-Qur'an juga menunjukkan bahwa adanya motivasi belajar dari individu sehingga berpengaruh terhadap meningkatnya resiliensi. Individu yang memiliki resiliensi akan berpengaruh juga pada kecerdasan spiritualnya. Dengan demikian, dari adanya motivasi belajar untuk meningkatkan spiritualitas tersebut, maka hal itu yang akan memengaruhi peningkatan resiliensi individu sehingga gejala depresi atau putus asa yang muncul dapat mereka modifikasi nantinya. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk melihat bagaimana pengaruh proses belajar mentadabburi Al-Qur'an terhadap peningkatan resiliensi pada individu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode true eksperimental dengan desain eksperimen ulang acak (pretest-posttest control group design). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 17 orang. Peneliti mengambil sampel dengan menjadikan semua anggota populasi sebagai sampel (total sampling). Adapun dalam penentuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, peneliti memakai teknik randomized sampling, dimana peneliti melakukan acak terhadap sampel penelitian dengan menentukan kriteria terhadap sampel kelompok eksperimen dan sampel kelompok kontrol berdasarkan kategorisasi skor rendah dan skor tinggi dari hasil pretest.

Alat ukur (instrumen) yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Resiliensi dengan model modifikasi skala likert empat skala. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik parametrik menggunakan uji T (Paired Samples T-Test dan Independent Samples T-Test). Paired Samples T-Test dilakukan untuk melihat ada tidaknya perbedaan pada hasil pretest dan posttest subjek pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Independent Samples T-Test dilakukan untuk melihat bagaimana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat sekaligus menguji ada tidaknya perbedaan rata-rata nilai (skor) dua kelompok data yang tidak berpasangan dari hasil gain score atau skor selisih antara hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, berikut disajikan pemaparan hasil statistik data kuesioner responden, variabel resiliensi dengan jumlah 70 item pernyataan. Berdasarkan hasil uji coba tersebut, ditanyakan 55 item lolos. Dari 55 item tersebut terdapat 20 item dengan nilai indeks $> 0,250$ termasuk kategori daya beda item cukup dan dipertimbangkan dan 35 item dengan nilai indeks $> 0,300$ termasuk kategori daya beda item baik dan diterima. Sementara 15 item lainnya dinyatakan gugur karena daya beda item rendah/ tidak disarankan dan buruk/ ditolak.

Selanjutnya dari 55 item yang lolos, peneliti melakukan uji reliabilitas. Berikut hasil uji reliabilitas pada skala resiliensi menggunakan aplikasi SPSS 25.0 for windows:

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.722	55

Berdasarkan batasan tersebut, nilai Alpha Cronbach yang diperoleh untuk skala resiliensi ialah sebesar 0,722 termasuk dalam kategori dapat diterima (reliabel) dan layak untuk diujikan.

1. Analisis Data Pretest dan Posttest

Hasil penelitian menunjukkan nilai dari data pretest dan posttest yaitu sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Data Subjek Penelitian pada Skala Resiliensi

	Kelompok	N	Total Skor	Mean	Median	Modus	Std. Deviasi	Min	Max
Pre-test	Eksperimen	8	1059	132,38	131,50	129	3,204	129	137
	Kontrol	9	1367	151,89	150,00	146	8,964	145	174
Post-test	Eksperimen	8	1264	158,00	158,50	148	6,969	148	170
	Kontrol	9	1312	146,78	144,00	149	11,377	134	172

Berdasarkan data di atas, diperoleh perbedaan nilai mean hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diperoleh nilai mean pada posttest lebih besar dari pretest yaitu $158 > 132,38$. Artinya pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan tadabbur Qur'an terjadi peningkatan sikap resiliensi. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai mean pada posttest lebih kecil dari pretest yaitu $145,78 < 151,78$. Artinya pada kelompok eksperimen yang tidak diberi perlakuan tadabbur Qur'an cenderung mengalami penurunan sikap resiliensi.

2. Analisis Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 25.0 for windows. Berikut hasil uji normalitas:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Skala Resiliensi dengan Kolmogorov-Smirnov

Tests of Normality		
Kelompok	Kolmogorov-Smirnov	Keterangan

		Statistic	df	Sig.	
Hasil	Pre_Eksperimen	.172	8	.200	Normal
	Post_Eksperime	.138	8	.200	Normal
	n				
	Pre_Kontrol	.296	9	.022	Normal
	Post_Kontrol	.277	9	.044	Normal

Dari data di atas pada kolom Kolmogorov-Smirnov, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh saat pretest pada kelompok eksperimen adalah $0,200 > 0,05$, posttest pada kelompok eksperimen sebesar $0,200 > 0,05$, pretest pada kelompok kontrol adalah $0,022 > 0,05$, dan saat posttest pada kelompok kontrol adalah sebesar $0,044 > 0,05$. Sesuai dengan kaidah distribusi dapat dikatakan normal apabila taraf signifikannya $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa skor subjek penelitian pada Skala Resiliensi menunjukkan sebaran/distribusi normal.

3. Analisis Uji Homogenitas

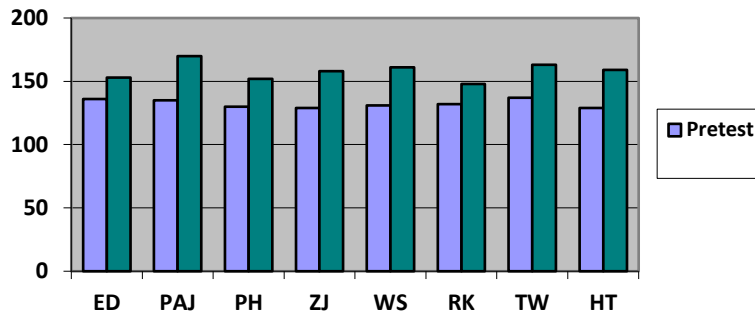
Uji homogenitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 25.0 for windows. Berikut hasil uji homogenitas:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Skala Resiliensi

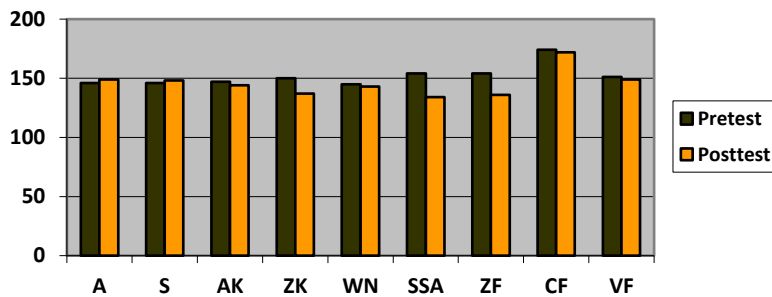
Test of Homogeneity of Variance						
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Ket.
Hasil Penelitian	Based on Mean	.648	1	15	.433	Homoge n
	Based on Median	.503	1	15	.489	
	Based on Median and with adjusted df	.503	1	11.294	.493	
	Based on trimmed mean	.574	1	15	.460	

Berdasarkan tabel di atas didapatkan nilai signifikansi Based on Mean ialah sebesar $0,433 > 0,05$, hal itu berarti varian dari data kelompok Posttest Eksperimen dan Posttest Kontrol adalah sama.

4. Analisis Uji Hipotesis



Gambar 1. Diagram Batang Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen



Gambar 2. Diagram Batang Data Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

Berikut hasil yang diperoleh dari uji Paired Sample T-test tertera pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Paired Sample T-test

<i>Paired Samples Test</i>								
	<i>Paired Differences</i>					<i>T</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>
	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>				
				<i>Lower</i>	<i>Upper</i>			
<i>Pair 1</i> <i>Pretest - Posttest</i> Eksperimen	-25.625	6.739	2.383	-31.259	-19.991	10.755	7	.000
<i>Pair 2</i> <i>Pretest - Posttest</i> Kontrol	6.111	8.594	2.865	-.495	12.717	2.133	8	.065

Berdasarkan tabel 4.7, hasil uji t di atas, output Pair 1 diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen yang diberi perlakuan tadabbur Qur'an yang membahas mengenai ayat-ayat yang berkaitan dengan persoalan ujian kehidupan atau resiliensi dalam menghadapi tekanan dalam kehidupan. Hal itu menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari proses pembelajaran tadabbur

Qur'an terhadap sikap resiliensi remaja.

Berdasarkan output Pair 2 diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $0,065 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata hasil pretest dan posttest kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan tadabbur Qur'an. Uji Independent Samples T-Test digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan rata-rata nilai (skor) dua kelompok data yang tidak berpasangan. Berikut nilai gain score dan hasil perhitungan uji N-Gain Score kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tertera pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Perhitungan Uji N-Gain Score

Subjek	Kelompok Eksperimen		Subjek	Kelompok Kontrol	
	<i>Gain Score</i>	<i>N-Gain Score (%)</i>		<i>Gain Score</i>	<i>N-Gain Score (%)</i>
ED	17	20,24	A	3	4,05
PAJ	35	41,18	PH	2	2,70
S	22	24,44	RK	-3	-4,11
AK	29	31,87	ZK	-13	-18,57
WS	30	33,71	WN	-2	-2,67
FA	16	18,18	SSA	-20	-30,30
ZF	26	31,33	HT	-18	-27,27
VF	30	32,97	CF	-2	-4,35
	Mean	29,24	FY	-2	-2,90
	Min	18,18	Mean		-9,27
	Max	41,18	Min		-30,30
			Max		4,05

Keterangan:

Nilai (-) berarti menandakan penurunan skor perilaku.

Berdasarkan data di atas, diperoleh perbedaan nilai mean atau rata-rata hasil gain score pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai rata-rata resiliensi pada kelompok eksperimen yaitu sebesar 29,24 lebih besar dibandingkan dengan nilai rata-rata pada kelompok kontrol yaitu sebesar -9,27. Artinya sikap resiliensi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 29,24%, sedangkan pada kelompok kontrol cenderung mengalami penurunan sebesar 9,27%.

Untuk mengetahui hasil penelitian, perlu dibuktikan bagaimana hasil uji hipotesis. Seniyati (2011) menyatakan bahwa ada beberapa kaidah penerimaan hipotesis yang harus dipenuhi pada suatu penelitian eksperimen, yaitu nilai signifikansi dari uji t dengan $p < \alpha$ (0,05), dan nilai t-hitung harus lebih besar daripada nilai t-tabel. Oleh karena itu, dasar pengambilan keputusan pada penelitian ini berdasarkan pada nilai thitung dengan ttabel. Jika thitung $>$ ttabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jika thitung $<$ ttabel, maka H_0

diterima dan H_a ditolak

Berikut hasil yang diperoleh dari uji Independent Sample T-test tertera pada tabel berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Independent Sample T-Test

		Independent Samples Test								
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil	Equal variances assumed	1.043	.323	8.391	15	.000	31.736	3.782	23.675	39.798
	Equal variances not assumed			8.517	14.801	.000	31.736	3.726	23.785	39.687

Berdasarkan hasil uji t di atas, diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $p(0,000) < \alpha(0,05)$, dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan signifikan perilaku resiliensi antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Pada nilai thitung dan ttabel diperoleh nilai thitung (8,391) > ttabel (1,753). Hal ini memaparkan bahwa hipotesis kerja (H_a) diterima dan H_0 ditolak, dimana terdapat pengaruh tadabbur Qur'an terhadap peningkatan resiliensi pada remaja ta'lim Qur'an.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan treatment berupa kajian tadabbur Qur'an yang telah ditentukan materinya dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment. Hasil pretest menunjukkan resiliensi subjek pada kategori rendah untuk kelompok eksperimen dan kategori tinggi untuk kelompok kontrol. Hasil posttest menunjukkan resiliensi subjek pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dari rendah menjadi tinggi, sementara pada kelompok kontrol tidak menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan, namun ada beberapa anggota yang mengalami penurunan sikap resiliensi menjadi rendah. Adapun pengaruh dari

pemberian perlakuan berupa tadabbur Qur'an menunjukkan adanya perbedaan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen yaitu terjadinya peningkatan sikap resiliensi sebesar 29,24%. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan, namun terjadi penurunan pada beberapa anggota kelompok kontrol sebesar 9,27%.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, M. P., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyani, Y.E & Akmal, S.Z. (2017). Peran Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1).
<http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Istighna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116-133.
- Hasanah, M. (2019). Hubungan antara religiusitas dengan resiliensi santri penghafal al-qu'ran di pondok pesantren. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* (Vol. 1, No. 1, pp. 84-94).
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar Edisi Pertama*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Herlina, V. (2019). *Panduan Praktis Mengolah Data Kuesioner Menggunakan SPSS*. Jakarta: Alex Media Komputindo.
- Hertanto, E. (2017). Perbedaan Skala Likert Lima Skala dengan Modifikasi Skala Likert Empat Skala. *Metodologi Penelitian*, 2, 2-3.
- Idrus, M.N. (2018). Pengaruh Resiliensi Terhadap Minat Berwirausaha Pada Mahasiswa. Undergraduate (S1) thesis, University of Muhammadiyah Malang.
<https://eprints.umm.ac.id/40567/>
- Ismail, M. (2014). Konsep Berpikir Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Akhlak. *Jurnal Ta'bid*, 19(2).
<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/tadib/article/download/20/15>
- Latipun. (2006). *Psikologi Eksperimental*. Malang: UMM Press.
- Muchtar, A. D., & Suryani, A. (2020). Upaya Menangani Permasalahan dalam Perkembangan Remaja (Tinjauan Aspek Keberagamaan). *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 4(2), 408-416.
- Maiseptian, F., Dewita, E., Sari, M. K., Susanti, D., & Deswila, N. (2023). Profile of Social

Cohesion Ability of SDN 15 Pamatang Panjang Students, Sijunjung Regency.
SOSHUM: Jurnal Sosial Dan Humaniora, 13(1), 76–87.

- Mujahidah, E. & Listiyandini, R.A. 2018. Pengaruh Resiliensi dan Empati Terhadap Gejala Depresi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 14(1).
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i1.5035>
- Nugroho, W. B. (2012). Pemuda, bunuh diri dan resiliensi: Penguatan resiliensi sebagai pereduksi angka bunuh diri di kalangan pemuda Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda*, 1(1), 31-45.
- Pattinama, C. (2015). Remaja dan Permasalahannya Dalam Tinjauan Psikologis. *Jurnal For B-Ta*, 3(2).
- Periantalo, J. (2019). Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Qur'an Kemenag RI. (2005). Qur'an Kemenag In Ms. Word (Version 14.0.4760.1000/32-bit) [Computer software]. Lajnah Pentashihan Mushaf
<https://lajnah.kemenag.go.id>
- Rahim, A. (2017). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Motivasi Belajar (Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Long Ikis). *Jurnal Psikoborneo*, 5(3), 427-440.
<http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id>
- Rahman, A.A. (2016). Metode Penelitian Psikologi Langkah Cerdas Menyelesaikan Skripsi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Reivich, K., and Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Rohmah, U. (2012). Resiliensi dan Sabar sebagai Respon Pertahanan Psikologis dalam Menghadapi Post-Traumatic. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*, 6(2), 312-330.
- Saifuddin, A. (2020). Penyusunan Skala Psikologis Edisi Pertama. Jakarta: Kencana.
- Seniati, L., Aries, Y., Bernadette, N.S. (2011). Psikologi Eksperimental. Jakarta: Indeks.
- Umami, I. (2019). Psikologi Remaja. Yogyakarta: IDEA Press Yogyakarta.
- Yuliani, F., Djamal, N. N., & Endi, E. (2019). Pengaruh kebiasaan Tadabbur Alquran terhadap kecerdasan spiritual anggota Komunitas Tadabbur Quran. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(2), 37-50.