



NO. 83/AFI-U/SU-S1/2026

# HUBUNGAN RASA SYUKUR DAN SABAR DALAM MEMBENTUK KETENANGAN JIWA MAHASISWA/I JURUSAN AQIDAH DAN FILSAFAT ISLAM UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

## SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi salah satu Syarat Guna Memperoleh Untuk Gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada program studi Aqidah dan Filsafat Islam



Oleh:

**SABILATUL HANIFAH**  
**12230121958**

Pembimbing I

**Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh M.Ag**

Pembimbing II

**Dr. Khairiah, M.Ag**

**FAKULTAS USHULUDDIN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGRI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**1447 H/2026 M**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

NAMA : SABILATUL HANIFAH  
NIM : 12230121958  
PROGRAM STUDI : Aqidah dan Filsafat Islam  
SEMESTER : VIII (Delapan)  
JENJANG : S1  
JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN RASA SYUKUR DAN SABAR DALAM MEMBENTUK KETENANGAN JIWA MAHASISWA JURUSAN AQIDAH DAN FILSAFAT ISLAM UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

SKRIPSI INI SUDAH DAPAT DISETUJUI UNTUK DIUJIKAN

PEKANBARU, 05 Januari 2026

MENGETAHUI  
KETUA PROGRAM STUDI

DISETUJUI OLEH  
PENASEHAT AKADEMIK

  
Dr. Khaliriah, M.Ag

NIP. 197301162005012004

  
Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh, M.Ag

NIP. 19580710 198512 1 002

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية اصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id,E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

**PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul: “Hubungan Rasa Syukur dan Sabar dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Mahasiswa/I Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau”

Nama : Sabilatul Hanifah  
NIM : 12230121958  
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam

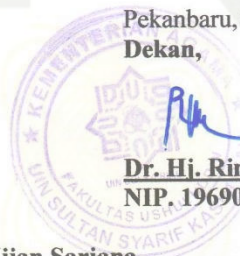
Telah dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Kamis  
Tanggal : 26 Februari 2026

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 11 Maret 2026

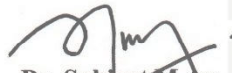
Dekan,



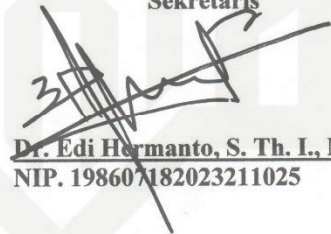
**Dr. Hj. Rina Rehayati, M.Ag**  
**NIP. 19690429 200501 2 005**

**Panitia Ujian Sarjana**

**Ketua**

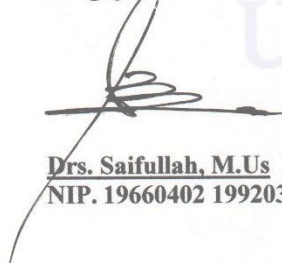
  
**Dr. Sukiyat M.Ag**  
**NIP. 197010102006041001**

**Sekretaris**

  
**Dr. Edi Hermanto, S. Th. I., M.Pd. I**  
**NIP. 198607182023211025**

**MENGETAHUI**

**Penguji III**

  
**Drs. Saifullah, M.Us**  
**NIP. 19660402 199203 1 002**

**Penguji IV**

  
**Dr. H. Saidul Amin, M.A**  
**NIP. 19700326 200501 1 001**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H. R. Soebrantas No.155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru 28293 PO.Box.1004 Telp. 0761-562223  
Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id,E-mail: rektor@uin-suska.ac.id

**Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh, M.Ag**

Dosen Fakultas Ushuluddin  
Universitas Islam Negeri  
Sultan Syarif Kasim Riau

**NOTA DINAS**

Perihal: Skripsi Saudari  
**Sabilatul Hanifah**

Kepada Yth:  
**Dekan Fakultas Ushuluddin**  
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Di Pekanbaru

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi skripsi saudara:

Nama : Sabilatul Hanifah  
NIM : 12230121958  
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam  
Judul : **Hubungan Syukur dan Sabar dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam UIN sultan Syarif Kasim Riau**

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilain dalam siding ujian Munaqasya Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Pekanbaru, 02 Januari 2026  
Pembimbing I

**Prof. Dr. H. M. Arrafie Abduh, M.Ag**  
NIP. 19580710 198512 1 002

1. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang menyalin atau menjiplak sebagian atau seluruhnya tanpa izin dari pihak UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



**Dr. Khairiah, M.Ag**

Dosen Fakultas Ushuluddin  
Universitas Islam Negeri  
Sultan Syarif Kasim Riau

**NOTA DINAS**

Perihal: Skripsi Saudari  
**Sabilatul Hanifah**

Kepada Yth:  
**Dekan Fakultas Ushuluddin**  
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Di Pekanbaru

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan  
Terhadap isi skripsi saudara:

Nama : Sabilatul Hanifah  
NIM : 12230121958  
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam  
Judul : Hubungan Rasa Syukur dan Sabar dalam Membentuk Ketenangan Jiwa  
Mahasiswa/I Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Maka dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian dalam siding ujian  
Munaqasya Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Pekanbaru, 5 Januari 2026  
Pembimbing II

**Dr. Khairiah, M.Ag**  
NIP. 197301162005012004

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sabilatul Hanifah  
 NIM : 12230121958  
 Tempat/Tgl. Lahir : Pulau Jambu/ 31 Januari 2004  
 Fakultas : Ushuluddin  
 Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam  
 Judul Proposal : Hubungan Rasa Syukur dan Sabar dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Mahasiswa/I Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Uin Sultan Syarif Kasim Riau

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Proposal/Karya Ilmiah dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Proposal/Karya Ilmiah saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Proposal /Karya Ilmiah saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan peraturan perundang-undangan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 05 Januari 2026  
 membuat pernyataan



Sabilatul Hanifah  
 NIM : 12230121958

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Ditinjau dari Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**MOTTO**

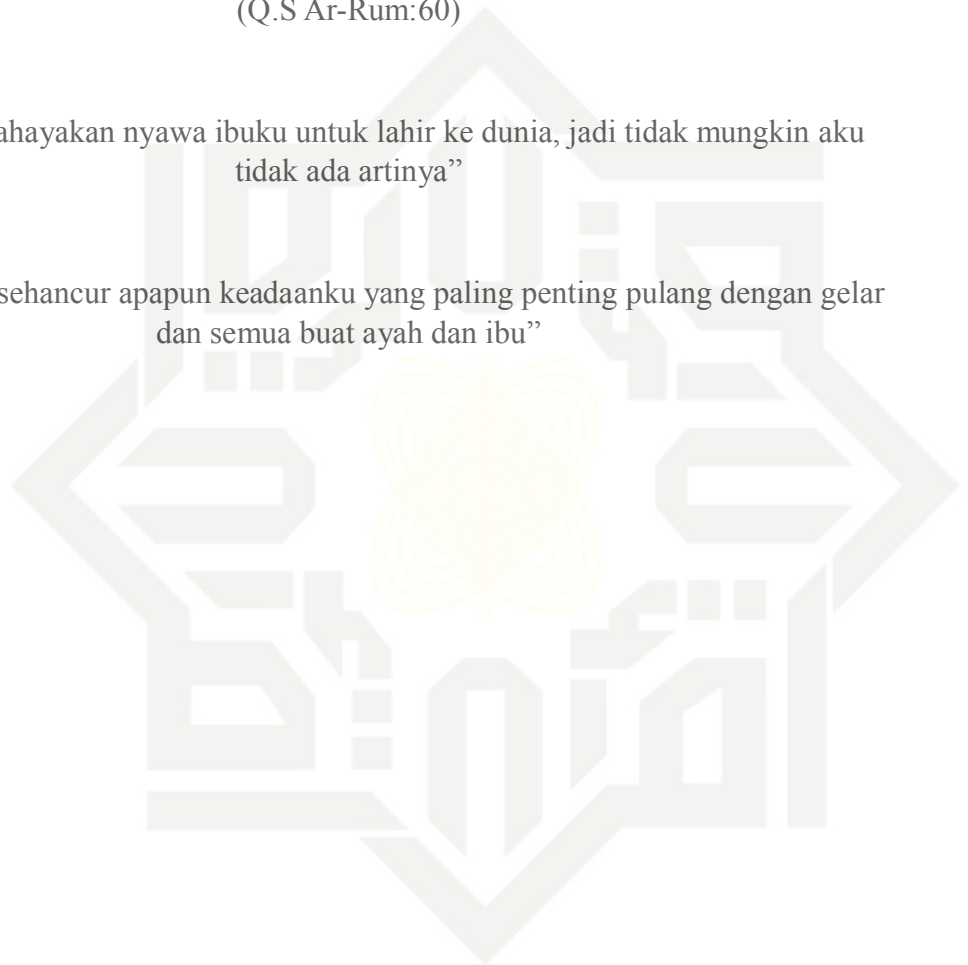
“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ

(Q.S Ar-Rum:60)

Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya”

“Tidak peduli sehancur apapun keadaanku yang paling penting pulang dengan gelar dan semua buat ayah dan ibu”



UIN SUSKA RIAU


**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*Rabbil'alamin, segala puji dan syukur kepada Allah Swt yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada fakultas ushuluddin, jurusan Aqidah dan Filsafat Islam. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad Saw, suri teladan sepanjang masa, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh pengikutnya hingga akhir zaman.

Terselesainya skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan, arahan, serta bantuan dari banyak pihak. Padah kesempatan ini, dengan segala rendah hati, penulis menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., AK, CA., beserta timnya, telah memberi kesempatan kepada penulis untuk belajar di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin yakni Bunda Dr. Hj. Rina Rehayati, M.Ag., beserta Wakil Dekan I Bapak Drs. H. Iskandar Arnel, MA., Ph.D., Wakil Dekan II Bapak Dr. Afrizal Nur, M. Us., dan Wakil Dekan III Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc, M. Ag. Serta Ketua Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Bapak Dr. Khairiah, M.Ag. Terimakasih karena telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam pengurusan perkuliahan hingga pada tahap penyelesaian skripsi
3. Pembimbing I yakni Bapak Prof. Dr. H. M Arrafie Abduh M. Ag, dan pembimbing II yakni Bunda Dr. Khairiah, M.Ag Terimakasih atas saran, kritik, motivasi dan bimbingannya dalam penulisan skripsi ini hingga dapat terselesaikan dengan baik.
4. Seluruh dosen yang telah mengajarkan materi perkuliahan. Semoga apa yang telah diajarkan dapat menjadi amal jariyah dunia akhirat, ilmunya dapat berguna untuk saat ini dan nantinya, serta senantiasa Allah balas semua kebaikan Bapak dan Ibu dosen.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Sembah sujud serta syukur kepada Allah Swt, taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, dan membekaliku dengan ilmu. Atas karunia dan kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar dan baik.
2. kepada kedua orang tua tercinta yaitu dua orang yang paling berjasa dalam hidup penulis, dua orang yang selalu mengusakan untuk anak pertamanya ini menempuh Pendidikan setinggi-tingginya. Beliau memang tidak merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memberi motivasi, semangat, dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai serjana. Terimakasih atas segala doa dan dukungan yang tidak pernah putus. Memberikan cinta, kasih sayang, doa, dan pengorbanan yang mengiringi setiap langkah untuk menyelesaikan Pendidikan ini. Terimakasih telah mengantarkan penulis sampai pada titik ini. Terimakasih telah berjuang merawat, membesarkan, dan mendidiku sampai mendapat gelar serjana. Semoga Allah selalu menjaga kalian sampai melihatku berhasil dengan Keputusan sendiri. Hiduplah lebih lama.
3. Kepada saudara kandungku yang tak kala penting kehadirannya Yumni Rosya dan Aira Azkiya Rahmadani, yang selalu membuat penulis selalu termotivasi untuk terus bisa belajar menjadi sosok kakak yang baik dan memberikan pengaruh positif, baik dalam bidang akademik maupun non-akademik, serta berusaha menjadi panutan yang baik untuk yang akan datang kelak.
4. Kepada sahabatku tersayang semenjak masa, yang setia kebersamai hingga hari ini. SMP Annisa Zalfi, Fitria Azzura, Elisa, Najmi Izzatul Fitri. Terimakasih atas persahabatan yang tidak lekang oleh waktu, atas doa, dukungan, dan kehadiran yang selalu menguatkan di setiap fase kehidupan.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada rekan seperjuangan Angkatan 2022, khususnya para sahabatku tersayang Adelia, Salwaa Adz Dzahra, Dewi Cahyarani, Putri Anggarini, dan Arsi Juliani, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi semenjak semester satu, yang selalu temankan penulis kemanapun, dan selalu mendengarkan keluh kesah penulis hingga akhirnya bisa lulus bersama-sama. Meskipun setelah ini akan menjalani kehidupan masing-masing yang berbeda, kesibukan yang berbeda, dan mungkin berada di kota atau negara yang berbeda, semoga pertemanan ini akan terjaga selamanya.

6. Kepada rekan KKN yang telah menjadi bagian dari perjalanan berharga selama masa pengabdian, Nabila Rahmayoni, Adrina Dzahabiyyah, Zuhaida Muthamainnah, Ilham Permata, M. Eka Rizqy Yulha, dan Gema Adhari

7. Terakhir, penulis mengucapkan terima kasih kepada sosok yang selama ini berjuang dalam sunyi seorang perempuan sederhana dari kampung, dengan mimpi yang tinggi dan keteguhan yang tak selalu terlihat. Terima kasih kepada diri sendiri, Sabilatul Hanifah, anak sulung yang melangkah menuju usia 23 tahun, karena telah memilih bertahan di tengah lelah, tetap berjalan di tengah ragu, dan berani di tengah takut. Terima kasih kepada hati yang terus belajar ikhlas, jiwa yang menolak menyerah, dan raga yang setia melangkah. Penulis bangga pada diri sendiri. Semoga ke depan hati kian tegar dan langkah kian kuat.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR ISI**

**HALAMAN JUDUL**

**SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING AKADEMIK DAN KETUA PRIODI..**

**HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

**NOTA DINAS PEMBIMBING I**

**NOTA DINAS PEMBIMBING II**

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN**

**MOTTO ..... vii**

**KATA PENGANTAR.....viii**

**PERSEMBAHAN..... ix**

**DAFTAR ISI ..... xi**

**DAFTAR TABEL .....xiii**

**DAFTAR LAMPIRAN .....xiv**

**PEDOMAN TRANSLITERASI ..... xv**

**ABSTRAK ..... xix**

**BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah ..... 1

B. Penegasan Istilah..... 5

C. Permasalahan ..... 8

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian ..... 10

E. Sistematika Penelitian ..... 11

**BAB II KERANGKA TEORETIS**

A. Landasan Teori..... 13

B. Kajian yang relavan ..... 22

C. Konsep Operasional ..... 25

D. Hipotesis ..... 27

**BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian dan Pendekatan ..... 29

B. Subjek dan Objek Penelitian ..... 29

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Lokasi Penelitian.....	30
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Penentuan Sampling.....	30
E. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument.....	32
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data.....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Pelaksanaan Penelitian.....	37
B. Hasil Penelitian.....	40
1. Descriptive Statistics.....	40
2. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	41
3. Uji Normalitas.....	44
4. Uji Multikolinearitas.....	46
5. Uji Heterokedastisitas.....	47
6. Uji Linearitas.....	49
7. Uji Hipotesis.....	50
C. Hasil Wawancara mahasiswa terkait Rasa Syukur dan Sabar dalam Ketenangan Jiwa.....	54
D. Pembahasan.....	73
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>78</b>
<b>BIO DATA PENULIS.....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>85</b>

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2. 1 Skala Likert .....	26
Tabel 4. 1 Jenis Kelamin .....	38
Tabel 4. 2 Tingkat Usia .....	38
Tabel 4. 3 Tingkat Semester .....	39
Tabel 4. 4 Uji Validitas Syukur .....	41
Tabel 4. 5 Uji Validitas Sabar .....	42
Tabel 4. 6 Uji Validitas Ketenangan Jiwa .....	42
Gambar 4. 1 Descriptive Statistics .....	40
Gambar 4. 2 Uji Reliabilitas Syukur .....	43
Gambar 4. 3 Uji Reliabilitas Sabar .....	43
Gambar 4. 4 Uji Reliabilitas Ketenangan Jiwa .....	43
Gambar 4. 5 Uji Normalitas .....	44
Gambar 4. 6 P-P Plot Normalitas .....	45
Gambar 4. 7 Histogram Normalitas .....	46
Gambar 4. 8 Uji Multikolinearitas .....	48
Gambar 4. 9 Uji Scatterplot Heterokedastisitas .....	49
Gambar 4. 10 Uji Glejser Heterokedastisitas .....	49
Gambar 4. 11 Uji Linearitas .....	49
Gambar 4. 11 Uji Korelasi .....	50
Gambar 4. 12 Hasil uji koefisien determinasi .....	51
Gambar 4. 13 Hasil Uji F (fisher's F-test) .....	52
Gambar 4. 14 Hasil Uji T .....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .....	85
Lampiran 2 .....	91
Lampiran 3 .....	95
Lampiran 4 .....	105

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini berdasarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dengan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (A Guide to Arabic Tranliteration), INIS Fellow 1992.

### A. Kosonan

Huruf		
Arab		Latin
ا	=	'
ب	=	b
ت	=	t
ث	=	ts
ج	=	j
ح	=	h
خ	=	kh

Huruf		
Arab		Latin
د	=	d
ط	=	t
ظ	=	z
ع	=	'
غ	=	gh
ف	=	f
ق	=	q

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

د	=	d
ذ	=	dz
ر	=	r
ز	=	z
س	=	s
س	=	sy
س	=	s

ك	=	k
ل	=	l
م	=	m
ن	=	n
هـ	=	h
و	=	w
ي	=	y

## B. Vokal dan panjang

Dalam transliterasi Arab–Latin, bunyi huruf yang berharakat *fathah* dituliskan dengan huruf a, sedangkan harakat *kasrah* direpresentasikan dengan huruf i. Untuk vokal panjang, penulisannya mengikuti aturan khusus sesuai jenisnya. Sementara itu, pada ya’ nisbat, huruf y tetap dipertahankan (ditulis iy) agar keberadaannya pada akhir kata tetap terlihat jelas dan tidak berubah menjadi huruf i saja. Selain itu, apabila terdapat huruf wāw atau yā’ setelah *fathah* sehingga membentuk bunyi diftong, maka ditransliterasikan menjadi aw dan ay.

Contoh sebagai berikut:

1. شَكَرَ

Ditulis: shakara

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Hurus syīn (ش) dengan fathah ditransliterasikan menjadi sha (dengan tand atitik di bawah s
- b. Fathah pada kāf ditulis a, menjadi ka
- c. Fathah pada rā' ditulis a, menjadi ra
- d. Bentukkan merupakan fi'il māḍī, bermakna "telah bersyukur / berterima kasih"

2. يَشْكُرُ

Ditulis: yashkuru

- a. *Fathah* pada yā' ditulis ya
- b. Huruf syīn bertanda sukun setelah yā', tetap ditulis sh
- c. *Ḍammah* pada kāf ditulis ku
- d. *Ḍammah* pada rā' ditulis ru
- e. Bentuk ini merupakan fi'il mudhāri', bermakna "ia sedang/akan bersyukur"

3. شُكْرٌ

Ditulis: shukrun

- a. *Ḍammah* pada syīn ditulis shu
- b. Huruf kāf bersukun tetap ditulis k sehingga menjadi shukr
- c. *Tanwīn ḍammah* di akhir kata ditulis un
- d. Bentuk ini adalah maṣḍar yang bermakna "syukur / rasa terima kasih"

C. *Ta' marbūṭah* ditransliterasikan dengan huruf t apabila berada di tengah kalimat. Namun, jika terletak pada akhir kalimat, penulisannya dialihkan menjadi h. Selain itu, apabila *ta' marbūṭah* muncul dalam susunan *mudhāf-mudhāf ilaih*, maka penulisannya menggunakan huruf t yang disambungkan dengan kata setelahnya, sebagaimana pada frasa السُّنَّةِ اتِّبَاعُ (*ittibā' al-sunnah*).

D. Kata Sandang dan *Lafz al-Jalālah*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kata sandang al- ditulis dengan huruf kecil, kecuali apabila terletak pada awal kalimat. Sementara itu, al- pada lafz *al-Jalālah* yang berada di tengah kalimat dan tersusun dalam bentuk *idhāfah* tidak dituliskan. Ketentuan tersebut dapat dilihat pada contoh-contoh berikut:

1. **الْبُخَارِيُّ** mengatakan ...

*Al-Imām al-Bukhārī* mengatakan ...

2. **يُشْرَحُ كِتَابَهُ مُقَدِّمَةً فِي الْبُخَارِيِّ** ...

*Al-Bukhārī* dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan ...

3. **يَكُنْ لَمْ يَشَأْ لَمْ وَمَا كَانَ اللَّهُ شَاءَ مَا**

*Mā shā'a Allāh kāna wa mā lam yashā' lam yakun*

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Hubungan Rasa Syukur Dan Sabar Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Mahasiswa/i Jurusan Aqidah Dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau”. Sikap syukur dan sabar merupakan nilai-nilai dalam tasawuf akhlaki yang berperan penting dalam membentuk ketenangan jiwa seseorang. Keduanya mencerminkan kualitas keimanan kepada Allah Swt, dan menjadi pedoman dalam menghadapi dinamika kehidupan. Dalam Al-Qur’an, kata syukur disebut sebanyak 75 kali dan kata sabar sebanyak 90 kali. Syukur mengajarkan seorang hamba untuk menyadari dan menghargai setiap yang dianugerahkan oleh Allah Swt, sedangkan sabar membentuk keteguhan dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan syukur dalam membentuk ketenangan jiwa, hubungan sabar dalam ketenangan jiwa, dan hubungan secara simultan antara syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa mahasiswa jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel penelitian berjumlah 61 mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam tahun 2025 semester ganjil, yang dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket (skala likert), dokumentasi dan wawancara. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara syukur dalam membentuk ketenangan jiwa dengan  $r = 0.530$  dengan nilai signifikan  $0.000 < 0.05$ . Dan hubungan positif serta signifikan antara sabar dalam membentuk ketenangan jiwa  $r=0.571$  dengan nilai signifikan  $0.000 < 0.05$ . dan secara simultan, sabar dan syukur memiliki hubungan yang signifikan terhadap ketenangan jiwa dengan  $F_{hitung} = 18,345$  dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi rasa syukur dan sabar yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi ketenangan jiwa yang mereka rasakan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa nilai-nilai akhlak spritual terutama dalam kajian tasawuf, seperti syukur dan sabar memiliki peran penting dalam membentuk ketenangan jiwa mahasiswa.

**Kata kunci:** Hubungan, membentuk, syukur, sabar, ketenangan jiwa

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRACT

[12230121958@students.uin-suska.ac.id](mailto:12230121958@students.uin-suska.ac.id)

This study is entitled “The relationship between gratitude and patience in shaping psychological tranquility among students of the Department of Aqidah and Islamic Philosophy at Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Syarif Kasim Riau.” Gratitude and patience are ethical values within *tasawuf akhlaki* that play an important role in fostering inner tranquility. Both reflect the quality of faith in Allah SWT and serve as guiding principles in dealing with life’s dynamics. In the Qur’an, the term gratitude (syukur) is mentioned 75 times and patience (sabar) 90 times. Gratitude teaches individuals to recognize and appreciate every blessing bestowed by Allah SWT, while patience cultivates steadfastness in facing life’s trials. This study aims to examine: (1) the relationship between gratitude and psychological tranquility, (2) the relationship between patience and psychological tranquility, and (3) the simultaneous relationship between gratitude and patience in shaping psychological tranquility among students of the Department of Aqidah and Islamic Philosophy at UIN Sultan Syarif Kasim Riau. The research employed a quantitative method with a correlational approach. The sample consisted of 61 students enrolled in the odd semester of the 2025 academic year, selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected through questionnaires (Likert scale), documentation, and interviews, and were analyzed using the Pearson product-moment correlation test. The results indicate a positive and significant relationship between gratitude and psychological tranquility ( $r = 0.530, p < 0.05$ ), as well as a positive and significant relationship between patience and psychological tranquility ( $r = 0.571, p < 0.05$ ). Simultaneously, gratitude and patience show a significant relationship with psychological tranquility, as evidenced by an F value of 18.345 with a significance level of  $p < 0.05$ . Thus, it can be concluded that higher levels of gratitude and patience are associated with greater psychological tranquility among students. Overall, the findings confirm that spiritual moral values, particularly within the study of tasawuf, such as gratitude and patience, play an important role in shaping students’ psychological tranquility.

**Keywords:** Relationship, Gratitude, Patience, Psychological Tranquility

UIN SUSKA RIAU

Tanggal, 02-04-2026  
Kepala Pusat Pengembangan Bahasa  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Muhammad Fauzan Ansyari, S.Pd.I., M.Sc., Ph.D.  
NIP. 198106012007101002



### الملخص

[12230121958@students.uin-suska.ac.id](mailto:12230121958@students.uin-suska.ac.id)

يهدف هذا البحث إلى بحث "العلاقة بين الشكر والصبر في تشكيل الطمأنينة النفسية لدى طلاب قسم العقيدة والفلسفة الإسلامية بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رباو". ويُعدّ الشكر والصبر من القيم الأساسية في التصوف الأخلاقي التي تؤدي دورًا مهمًا في تكوين الطمأنينة النفسية لدى الإنسان، إذ يعكسان جودة الإيمان بالله تعالى ويشكلان منهجًا في مواجهة ديناميكيات الحياة. وقد ورد لفظ الشكر في القرآن الكريم خمسًا وسبعين مرة بينما ورد لفظ الصبر تسعين مرة. ويعلم الشكر العبد إدراك النعم التي أنعم الله تعالى بها عليه وتقديرها، في حين يُسهّم الصبر في تعزيز الثبات عند مواجهة مختلف ابتلاءات الحياة. يهدف هذا البحث إلى معرفة العلاقة بين الشكر والطمأنينة النفسية، والعلاقة بين الصبر والطمأنينة النفسية، وكذلك العلاقة المتزامنة بين الشكر والصبر في تشكيل الطمأنينة النفسية لدى طلاب قسم العقيدة والفلسفة الإسلامية بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رباو. اعتمد البحث المنهج الكمي باستخدام المدخل الارتباطي. وبلغت عينة الدراسة ٦١ طالبًا من طلاب قسم العقيدة والفلسفة الإسلامية في الفصل الدراسي لعام ٢٠٢٥، تم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة العشوائية الطبقية التناسبية. وتم جمع البيانات باستخدام الاستبانة (مقياس ليكرت) والتوثيق والمقابلة. تم تحليل البيانات باستخدام اختبار معامل ارتباط بيرسون (*Pearson Product Moment*) وأظهرت نتائج البحث وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الشكر والطمأنينة النفسية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ( $r = 0.530$ ) عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ أقل من ٠,٠٥٠ كما وُجدت علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الصبر والطمأنينة النفسية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ( $r = 0.571$ ) عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ أقل من ٠,٠٥٠ كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشكر والصبر معًا في تشكيل الطمأنينة النفسية، حيث بلغت قيمة ( $F = 18.345$ ) عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ أقل من ٠,٠٥٠. وبذلك يمكن الاستنتاج أن ارتفاع مستوى الشكر والصبر لدى الطلاب يؤدي إلى ارتفاع مستوى الطمأنينة النفسية لديهم. وتؤكد نتائج هذا البحث أن القيم الأخلاقية الروحية، خاصة في إطار الدراسات الصوفية، مثل الشكر والصبر لها دور مهم في تشكيل الطمأنينة النفسية لدى الطلاب.

الكلمات المفتاحية: العلاقة، التشكيل، الشكر، الصبر، الطمأنينة النفسية.

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Syukur dan sabar merupakan dua pilar fundamental dalam ajaran Islam yang memiliki peran vital dalam membentuk karakter dan kesejahteraan spiritual seorang Muslim. Syukur, yang berarti mengakui dan menghargai segala nikmat Allah Swt dengan hati, lisan, dan perbuatan, disebutkan dalam Al-Qur'an surah Ibrahim ayat 7 dengan janji penambahan nikmat bagi mereka yang bersyukur.<sup>1</sup> Sementara itu, sabar merupakan kemampuan menahan diri, tetap teguh dalam menghadapi kesulitan, dan tidak terburu-buru dalam menghadapi cobaan hidup.<sup>2</sup> Al-Qur'an menyebutkan kata sabar dan derivasinya lebih dari 90 kali, yang menunjukkan betapa pentingnya nilai ini dalam kehidupan seorang Muslim.<sup>3</sup>

Dalam perspektif tasawuf syukur dan sabar merupakan dua sisi mata uang yang saling melengkapi (*mutakāmil*), di mana seseorang yang bersyukur akan lebih mudah untuk bersabar, dan sebaliknya, kesabaran yang hakiki akan melahirkan rasa syukur yang mendalam.<sup>4</sup> Kedua nilai spiritual ini bukan hanya merupakan anjuran moral, tetapi juga memiliki dimensi ontologis dan aksiologis yang mendalam dalam membentuk kesehatan mental dan ketenangan jiwa seseorang.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), Vol. 6, hlm. 234.

<sup>2</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj. Ismail Yakub (Singapura: Pustaka Nasional, 2003), Jilid IV, hlm. 87.

<sup>3</sup> Ernadewita dan Rosdialena, "Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental," *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol. 3, No. 1 (2019), hlm. 45-58.  
<https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/ummattanwasathan/article/view/1914>

<sup>4</sup> Abdul Mujib, "Sabar dan Syukur Menurut Ulya Ali Ubaid Dalam Perspektif Tasawuf," *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, Vol. 1, No. 1 (2021), hlm. 67-82.  
<https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/irsyaduna/article/view/904>

<sup>5</sup> Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata, "Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja," *INSAN Jurnal Psikologi*  
<https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3154>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam diskursus filsafat etika, syukur merupakan manifestasi kesadaran akan eksistensi Sang Pemberi nikmat dan pengakuan terhadap ketergantungan makhluk kepada Khalik. Syukur memiliki dimensi epistemologis dalam memahami hakikat kehidupan dan dimensi aksiologis dalam menentukan nilai-nilai yang membimbing tindakan manusia.<sup>6</sup> Para filosof Muslim seperti Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin* menempatkan syukur sebagai maqam spiritual yang tinggi, yang mampu menghadirkan ketenangan dan kedamaian jiwa.<sup>7</sup> Demikian pula dengan sabar, yang dalam filsafat akhlak Islam berkaitan erat dengan konsep keutamaan (*virtue*), pengendalian diri (*self-mastery*), dan keteguhan prinsip (*steadfastness*).<sup>8</sup> Kemampuan untuk bersabar memungkinkan individu untuk tetap stabil dan tenang dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan, bukan dengan sikap pasif atau menyerah pada keadaan, melainkan sebagai kekuatan spiritual yang konstruktif.<sup>9</sup>

Ketenangan jiwa atau *tuma'ninah* dalam perspektif Islam bukan hanya sekedar kondisi yang bebas dari tekanan, melainkan sebuah kondisi spiritual di mana individu merasakan kedamaian, ketentraman, dan keseimbangan dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan.<sup>10</sup> Islam sebagai agama yang sempurna (*kāmil*) dan komprehensif (*syāmil*) menawarkan konsep yang holistik dalam

<sup>6</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj. Ismail Yakub, Jilid IV (Singapura: Pustaka Nasional, 2003) hlm. 102-115.

<sup>7</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj. Ismail Yakub, Jilid IV (Singapura: Pustaka Nasional, 2003) hlm. 102-115.

<sup>8</sup> Ernadewita dan Rosdialena. "Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental." *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol. 3, No. 1 (2019): 45-58. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/ummattanwasathan/article/view/1914>

<sup>9</sup> Santika, "Kontribusi Sikap Sabar bagi Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19: Studi Kasus pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Tingkat Akhir Angkatan 2017," *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, (2022). <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpiu/article/view/13615>

<sup>10</sup> Jalaluddin, "Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzī dalam Tafsīr Mafātih Al-Ghayb," *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 3, No. 1 (2018), hlm. 31-46. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Al-Bayan/article/view/2288>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

membentuk ketenangan jiwa melalui praktik nilai-nilai spiritual seperti syukur dan sabar.<sup>11</sup>

Ketenangan jiwa merupakan kondisi batin yang sangat penting dalam kehidupan manusia, khususnya bagi mahasiswa yang dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik dan sosial. Dalam perspektif Islam dan kajian Aqidah serta Filsafat Islam, ketenangan jiwa tidak dipahami semata-mata sebagai kondisi psikologis, melainkan sebagai keadaan spiritual yang berkaitan erat dengan keimanan seseorang kepada Allah. Al-Qur'an dan ajaran Islam menegaskan bahwa ketenangan jiwa lahir dari kedekatan manusia dengan Tuhan, salah satunya melalui sikap syukur dan sabar dalam menghadapi berbagai realitas kehidupan.<sup>12</sup>

Kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi merupakan fase transisi yang penuh dengan tantangan dan dinamika sosial, serta personal yang tidak jarang menimbulkan tekanan.<sup>13</sup> Fenomena stres, kecemasan, dan ketidaktenangan jiwa menjadi permasalahan yang cukup signifikan di kalangan mahasiswa, termasuk mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Di tengah kompleksitas kehidupan modern yang serba cepat dan kompetitif, ketenangan jiwa menjadi sebuah kebutuhan fundamental bagi kesejahteraan mahasiswa.<sup>14</sup>

Penelitian sebelumnya juga mendukung pentingnya kedua nilai ini dalam menghadapi tekanan hidup. Misalnya, Dilla & Susanti menunjukkan bahwa tingkat sabar berkorelasi positif dengan penurunan stres akademik di kalangan

<sup>11</sup> Asmuni, "Zikir Dan Ketenangan Jiwa Manusia (Kajian Tentang Sufistik-Psikologik)," *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, Vol. 1, No. 1 (2018), hlm. 15-28.

<sup>12</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 2013), hlm. 374-376.

<sup>13</sup> Asmika, A., Harijanto, H., & Handayani, N., "Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia," *Jurnal Citizenship Virtues*, Vol. 1, No. 2 (2021), hlm. 182-190. <https://doi.org/10.37640/jev.v1i2.962>

<sup>14</sup> Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata, "Kontribusi Bersyukur dan Memafaikan dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja". *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, Vol. 2, No. 1(2017) " hlm. 33-43. <https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3154>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mahasiswa UIN Suska Riau.<sup>15</sup> Selanjutnya, studi oleh Safitra dan kawan-kawan dari UIN Sunan Gunung Djati mengungkapkan bahwa syukur dan sabar bersama-sama berperan sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan sosial dan stres tenaga kesehatan selama pandemi.<sup>16</sup> Penelitian lainnya juga menegaskan bahwa kombinasi antara syukur dan sabar berkorelasi dengan *subjective well-being* atau kesejahteraan batin.<sup>17</sup>

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara religiusitas dengan ketenangan jiwa, namun masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi hubungan antara syukur dan sabar sebagai dua variabel yang saling terkait dalam membentuk ketenangan jiwa, khususnya pada populasi mahasiswa ilmu keislaman.<sup>18</sup> Padahal, memahami dinamika hubungan antara kedua nilai spiritual ini sangat penting untuk mengembangkan model kesejahteraan yang berbasis pada nilai-nilai Islam.

Ketenangan jiwa mahasiswa sangat penting untuk dikaji karena berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan mereka, mulai dari prestasi akademik, hubungan sosial, kesehatan fisik, hingga kualitas hidup secara keseluruhan. Mahasiswa yang memiliki ketenangan jiwa cenderung lebih produktif, kreatif, dan mampu mengambil keputusan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai

<sup>15</sup> Intan Fara Dilla & Reni Susanti, "Sabar dan Stres Akademik pada Mahasiswa", *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, Vol. 3, No. 3 (2022), hlm. 55–56. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/17382/8259>

<sup>16</sup> Safitri, A. dkk., "Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan selama Pandemi COVID-19", *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 2021, hlm. 47–48.

<sup>17</sup> Triantoro Safaria, "Perilaku Keimanan, Kesabaran, dan Syukur dalam Memprediksi Subjective Well-being", *Humanitas*, UAD, Vol. 15, No. 2 (2018), hlm. 9. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1456447&val=5536&title=Perilaku%20Keimanan%20Kesabaran%20dan%20Syukur%20dalam%20Memprediksi%20Subjective%20Wellbeing%20Remaja>

<sup>18</sup> Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata, "Kontribusi Bersyukur dan Mengamalkan dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja". *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, Vol. 2, No. 1(2017) " hlm. 33-43. <https://ejournal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3154>

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

situasi.<sup>19</sup> Dalam konteks ini, syukur dan sabar dapat menjadi sumber daya spiritual (*spiritual resources*) yang membantu mahasiswa mencapai ketenangan jiwa di tengah berbagai tuntutan dan tekanan yang mereka hadapi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan kajian ilmiah yang komprehensif tentang hubungan syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian filsafat akhlak dan tasawuf Islam, sekaligus memberikan implikasi praktis bagi pengembangan program bimbingan dan konseling berbasis nilai-nilai spiritual Islam di lingkungan kampus.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat terungkap pola hubungan antara syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa, sehingga dapat menjadi landasan bagi pengembangan yang berbasis pada nilai-nilai Islam untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi bagi institusi pendidikan Islam dalam mengintegrasikan nilai-nilai spiritual tidak hanya pada tataran kognitif, tetapi juga pada dimensi afektif dan psikomotorik dalam proses pendidikan.

## B. Penegasan Istilah

### 1. Syukur

Syukur secara etimologis berasal dari bahasa Arab *syakara* yang berarti berterima kasih, menghargai, atau mengakui kebaikan.<sup>20</sup> Secara terminologis, syukur adalah sikap mengakui dan menghargai segala nikmat Allah Swt dengan hati (*ma'rifatul qalb*), lisan (*iqrarul lisan*), dan perbuatan (*amalul jawarih*).<sup>21</sup>

<sup>19</sup> Asmika, A., et al., "Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia". *Jurnal Citizenship Virtues, 1 Vol. 1, No. 2 (2021)*, hlm. 182-190. <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/citizenshipvirtues/article/view/962/583>

<sup>20</sup> Ahmad Warson Munawwir. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), hlm 762. <https://archive.org/details/kamus-arab-indonesia-al-munawwir-s>

<sup>21</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj. Ismail Yakub (Singapura: Pustaka Nasional, 2003), Jilid IV, hlm. 102.

Dalam penelitian ini, syukur didefinisikan sebagai sikap spiritual yang meliputi tiga dimensi:

- a. Dimensi kognitif seperti, kesadaran dan pengakuan terhadap nikmat Allah Swt
- b. Dimensi afektif seperti, perasaan senang, bahagia, dan puas atas nikmat yang diterima.
- c. Dimensi konatif seperti, penggunaan nikmat sesuai dengan kehendak pemberi nikmat.

Syukur dalam konteks mahasiswa mencakup penghargaan terhadap kesempatan menuntut ilmu, kesehatan, keluarga, dan segala kemudahan yang diperoleh dalam kehidupan akademik dan personal.<sup>22</sup>

## 2. Sabar

Sabar secara etimologis berasal dari bahasa Arab *shabara* yang berarti menahan, bertahan, atau tabah.<sup>23</sup> Secara terminologis, sabar adalah kemampuan menahan diri dari hal-hal yang tidak disukai, tetap istiqomah dalam ketaatan, dan tabah menghadapi musibah atau cobaan hidup.<sup>24</sup>

Dalam penelitian ini, sabar didefinisikan sebagai kekuatan spiritual yang mencakup tiga bentuk:

- a. Sabar dalam ketaatan (*ash-shabru 'alath-thā'ah*) seperti keteguhan dalam melaksanakan perintah Allah.
- b. Sabar dari kemaksiatan (*ash-shabru 'anil-ma'shiyah*) seperti kemampuan menahan diri dari larangan Allah.

<sup>22</sup> Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata, "Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja," *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, Vol. 2, No. 1 (2017), hlm. 35. <https://ejournal.unair.ac.id/JPKM/article/view/3154/3170>

<sup>23</sup> Ahmad Warson Munawwir. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. (Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), hlm 795. <https://archive.org/details/kamus-arab-indonesia-al-munawwir-s>

<sup>24</sup> Ernadewita dan Rosdialena, "Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental," *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol. 3, No. 1 (2019), hlm. 46. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/ummatanwasathan/article/view/1914>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Sabar menghadapi musibah (*ash-shabru 'alal-mushibah*) seperti ketabahan dalam menghadapi ujian dan kesulitan hidup.<sup>25</sup>

Sabar dalam konteks mahasiswa meliputi kemampuan menghadapi tekanan akademik, mengelola emosi negatif, menunda gratifikasi, dan tetap konsisten dalam proses pembelajaran meskipun menghadapi berbagai hambatan.<sup>26</sup>

### 3. Ketenangan jiwa

Ketenangan jiwa atau *tuma'ninah* secara etimologis berasal dari kata *thamana* yang berarti tenang, tentram, dan damai.<sup>27</sup> Secara terminologis, ketenangan jiwa adalah kondisi spiritual di mana seseorang merasakan kedamaian, ketentraman, dan keseimbangan batin yang tidak mudah goyah oleh dinamika kehidupan eksternal.<sup>28</sup>

Dalam penelitian ini, ketenangan jiwa didefinisikan sebagai kondisi yang ditandai oleh:

- a. Ketenangan emosional seperti, kemampuan mengelola emosi dengan baik, tidak mudah cemas atau panik.
- b. Ketenangan kognitif seperti, pikiran yang jernih, fokus, dan tidak dipenuhi kekhawatiran berlebihan.
- c. Ketenangan spiritual seperti, perasaan dekat dengan Allah, ridha, dan pasrah terhadap ketentuan-Nya.

<sup>25</sup> Abdul Mujib, "Sabar dan Syukur Menurut Ulya Ali Ubaid Dalam Perspektif Tasawuf," *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, Vol. 1, No. 1 (2021), hlm. 70-72. <https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/irsyaduna/article/view/904>

<sup>26</sup> M. Mu'tamid Ihsanillah, "Konsep Sabar pada Surah Al-Baqarah dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa," *AL-KARIMA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 8, No. 1 (2024), hlm.105-108. <https://ejurnal.stiqisykarima.ac.id/index.php/AlKarima/article/view/199>

<sup>27</sup> Munawwir, Ahmad Warson. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*.(Surabaya: Pustaka Progressif, 1997), hlm 850. <https://archive.org/details/kamus-arab-indonesia-al-munawwir-s>

<sup>28</sup> Jalaluddin, "Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzī dalam Tafsīr Mafātih Al-Ghayb," *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 3, No. 1 (2018), hlm. 33. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Al-Bayan/article/view/2288>

- d. Ketenangan sosial seperti, kemampuan menjalin hubungan harmonis dengan lingkungan sekitar.<sup>29</sup>

Ketenangan jiwa berbeda dengan kebahagiaan (*sa'adah*) yang bersifat sesaat. Ketenangan jiwa lebih stabil, mendalam, dan tidak bergantung pada kondisi eksternal.<sup>30</sup>

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### C. Permasalahan

#### 1. Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

- a. Mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan syarif kasim riau menghadapi tantangan dan dinamika sosial, serta personal yang tidak jarang menimbulkan tekanan, yang dapat memengaruhi keseimbangan batin serta ketenangan jiwa dalam menjalani proses perkuliahan.
- b. Fenomena stres, kecemasan, dan ketidaktenangan jiwa masih ditemukan di kalangan mahasiswa, termasuk di antara mereka yang memiliki pemahaman teoretis tentang nilai-nilai spiritual Islam seperti syukur dan sabar.
- c. Terdapat kesenjangan antara pemahaman konseptual dan pengamalan praktis nilai-nilai syukur dan sabar, sehingga belum sepenuhnya tercermin dalam perilaku yang menunjukkan ketenangan jiwa.
- d. Nilai-nilai syukur dan sabar memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan spiritual dan ketenangan jiwa, namun penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara kedua variabel tersebut di kalangan mahasiswa ilmu keislaman masih sangat terbatas.

<sup>29</sup> Asmuni, "Zikir Dan Ketenangan Jiwa Manusia (Kajian Tentang Sufistik-Psikologik)," *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, Vol. 1, No. 1 (2018), hlm. 18-20.

<sup>30</sup> Jalaluddin. "Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzī dalam Tafsīr Mafātih Al-Ghayb." *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 3, No. 1 (2018): 31-46. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Al-Bayan/article/view/2288>

- e. Diperlukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa mahasiswa, serta bagaimana kedua nilai tersebut dapat diintegrasikan dalam pengembangan pendidikan spiritual di lingkungan kampus Islam.

## 2. Batasan Masalah

Agar pembahasan tidak meluas maka penulis membatasi tulisan ini hanya berfokus pada mahasiswa Jurusan Aqidah d Filsafat Islam Islam UIN Suska Riau. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini adalah Syukur sebagai variabel independent pertama, sabar sebagai variable indenpenden kedua dan ketenangan jiwa sebagai variabel dependen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data melalui kuesioner. Analisis data dalam penelitian ini hanya mencakup hubungan antara sikap syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa, tanpa membahas faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi ketenangan jiwa. Penelitian ini dilakukan dalam periode waktu tertentu, sehingga tidak membahas perubahan tingkat Syukur dan sabat dalam membentuk ketenangan jiwa dalam jangka panjang.

Dari segi metodologi, penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan pengumpulan data melalui instrumen kuantitatif berupa skala atau kuesioner terstandarisasi. Penelitian tidak meninjau variabel dalam rentang waktu panjang (*longitudinal*). Fokus analisis berada pada tingkat individu mahasiswa, bukan pada aspek kelompok atau institusional. Selain itu, penelitian ini tidak mengkaji konteks situasional tertentu seperti masa ujian atau kondisi krisis, melainkan menggambarkan kondisi normal kehidupan mahasiswa. Terakhir, penelitian ini menggunakan pendekatan tasawuf akhlaki sebagai kerangka teoretis utama, yang memandang syukur dan sabar sebagai sikap batin yang berperan penting dalam membentuk ketenangan jiwa. Dengan batasan tersebut, penelitian diharapkan dapat dilaksanakan secara

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

fokus, mendalam, dan menghasilkan temuan yang valid serta relevan bagi pengembangan kajian filsafat akhlak Islam.

### 3. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan syukur dalam ketenangan jiwa mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Suska Riau?
2. Apakah ada hubungan sabar dalam ketenangan jiwa mahasiswa/I jurusan Aqidah dan Filsafat Islam?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara sikap syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa pada mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Suska Riau?

### D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

#### 1. Tujuan Penelitian

- a. Mengidentifikasi tingkat syukur dalam ketenangan jiwa mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Suska Riau.
- b. Menganalisis tingkat sabar dalam ketenangan jiwa mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Suska Riau..
- c. Menjelaskan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara sikap syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan jiwa pada mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Suska Riau.

#### 2. Manfaat Penelitian

##### a. Manfaat Teoris

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan kajian tentang hubungan antara nilai-nilai spiritual, khususnya *syukur* dan *sabar*, dengan *ketenangan jiwa* dalam perspektif filsafat akhlak dan tasawuf Islam. Selain itu, penelitian ini diharapkan memperkaya khazanah keilmuan di bidang akhlak dan spiritualitas Islam dengan menghadirkan pemahaman yang integratif antara aspek teoritis dan praktik kehidupan spiritual.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**b. Manfaat Praktis**

1. Bagi Individu: Memberikan pemahaman kepada mahasiswa tentang pentingnya mengamalkan sikap *syukur* dan *sabar* sebagai jalan mencapai ketenangan jiwa dan keseimbangan batin dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan.
2. Bagi Institusi Pendidikan: Menjadi acuan bagi lembaga pendidikan, khususnya Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau, dalam merancang program pembinaan karakter dan spiritual berbasis nilai-nilai Islam untuk meningkatkan kesejahteraan rohani mahasiswa.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Menjadi referensi dan landasan bagi penelitian lanjutan yang ingin mengkaji hubungan antara nilai-nilai akhlak Islam dan kesejahteraan jiwa dalam konteks filsafat dan tasawuf.
4. Bagi Praktisi Kesehatan Mental dan Konseling Islam: Memberikan perspektif baru dalam memahami peran nilai-nilai *syukur* dan *sabar* sebagai pendekatan spiritual dalam membantu individu mencapai ketenangan jiwa tanpa bergantung pada pendekatan psikologis sekuler.

**E. Sistematika Penelitian**

Sistematika penulisan ini dibuat agar pembahasan tidak keluar dari ruang lingkup dan fokus inti permasalahan. Oleh karena itu, penulisan ini dibagi ke dalam beberapa bab yang terdiri dari beberapa sub bab, antara lain:

**BAB I:** Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang, penegasan istilah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

**BAB II: Kajian Teoritis**, yang berisikan tentang landasan teori, mencakup konsep rasa Syukur, konsep rasa sabar, konsep ketenangan jiwa, hubungan antara rasa syukur dan sabar dalam membentuk ketenangan

jiwa, kajian penelitian terdahulu yang relevan, konsep operasional, serta hipotesis penelitian.

**BAB III: Metodologi Penelitian**, yang berisi jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, lokasi dan waktu penelitian, populasi dan sampel, teknik pengambilan sampel, teknik pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas, serta teknik analisis data.

**BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan**, yang berisi deskripsi data responden, hasil pengolahan data, serta pembahasan terhadap hasil penelitian yang telah diperoleh.

**BAB V: Penutup**, yang mencakup kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang ditujukan untuk pihak-pihak terkait dan untuk penelitian selanjutnya.

**Daftar Pustaka**, berisi referensi yang digunakan dalam penelitian ini.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II KERANGKA TEORETIS

### A. Landasan Teori

#### 1. Konsep Syukur

##### a. Pengertian syukur

Secara etimologis, istilah *syukur* berasal dari bahasa Arab, yaitu *al-syukur* (الشكور) atau *al-syukru* (الشكر), yang merupakan bentuk *isim mashdar* kata benda dari kata شكورا - شكرا - يشكر - شكر, yang bersumber dari akar kata ش ك ر, yang terdapat 75 kali dalam Al-Qur'an. Akar kata ini mengandung makna "berterima kasih" atau "ungkapan rasa terima kasih", yaitu sebagai pengakuan terhadap nikmat yang kemudian ditampakkan melalui pujian.<sup>31</sup> Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), syukur didefinisikan sebagai, ungkapan rasa terima kasih kepada Allah Swt, dan perasaan lega atau bahagia atas suatu keberuntungan.<sup>32</sup>

Syukur berasal dari akar kata syakara yang bermakna membuka atau menyingkap. Berdasarkan asal kata ini, syukur memiliki makna yang berkebalikan dengan kata kafara (kufur) yang berarti menutup.<sup>33</sup>

Perbedaan mendasar antara keduanya terletak pada sikap terhadap nikmat, syukur mengandung makna membuka dan mengakui keberadaan

<sup>31</sup> M. Abdul Baqi, *mujam al- mufahras li-alfaz al-qur'an al-karim*, (al-qahirah: Dar al-Hadist, 2004 M), hlm 474-475.

<sup>32</sup> Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, diakses 9 Oktober 2025, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/syukur>

<sup>33</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Tafsirnya* Jilid I (Jakarta: Departemen Agama RI, 2005), hlm. 72.

nikmat, sementara kufur justru bermakna menyembunyikan, mengabaikan, atau

bahkan melupakan nikmat yang telah diterima. Dengan demikian, syukur dan kufur merepresentasikan dua sikap yang kontras dalam merespons karunia Ilahi.<sup>34</sup>

Menurut Abu Bakar Al-Warraq, syukur dimaknai sebagai kesadaran atas nikmat Allah Swt serta supaya menjaga kehormatan. Menurut Hamdun Al-Qashshar, memandang syukur sebagai perhatian terhadap diri sendiri meskipun tidak memperoleh pengakuan atau ungaha. Junaid menjelaskan bahwa syukur merupakan sebab yang mendorong seseorang menyadari kelebihan yang diterima sehingga senantiasa menghadap kepada Allah Swt. Sementara itu, Abu Utsman juga menegaskan bahwa hakikat syukur terletak pada kesadaran akan keterbatasan manusia dalam mensyukuri nikmat Allah secara sempurna.<sup>35</sup>

Syukur dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis. Pertama, syukur melalui lisan yaitu mengakui nikmat Allah Swt dengan rendah hati, untuk orang berilmu melalui ucapan. Kedua, syukur melalui badan yaitu selalu patuh dan berbakti kepada Allah Swt, untuk orang beribadah melalui perbuatan. Ketiga, syukur melalui hati yaitu menyendiri di hadapan Allah Swt sambil menjaga keagungan-Nya, untuk ahli ma'rifat melalui segala aspek konsisten.<sup>36</sup>

Sebagaimana firman Allah dalam QS. Ibrahim :7

وَأذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

<sup>34</sup> Desri Ari Enghariano, Syukur dalam Perspektif al-Qur'an, *Jurnal Ilmu Kesyarahan dan Pranata Sosial*, Vol.5 No 21 (2019), hlm 271.

<https://jurnal.uinsyahada.ac.id/index.php/elqanuniy/article/viewFile/2154/1721>.

<sup>35</sup> Abdul Qasim Abdul Karim Hawazin Al-Qusyairi An-Naisaburi, *Risalah Qusyairiyah sumber kajian ilmu tasawuf*, (PUSTAKA AMANI: Jakarta, 2007), hlm 245.

<sup>36</sup> *Ibid.*, hlm 245.

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

“(Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “*Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras.*” (QS. Ibrahim:7).<sup>37</sup>

Rasa syukur membuat hati lapang dan terhindar dari sifat negatif seperti iri dan dengki. Muslim yang bersyukur memandang segala sesuatu secara positif, melihat ujian sebagai kesempatan mendekatkan diri kepada Allah, dan memiliki pandangan hidup seimbang tidak berlebihan dalam suka maupun duka. Penelitian modern membuktikan bersyukur meningkatkan kesehatan mental, yang sejak lama telah diajarkan Islam melalui doa dan dzikir. Dengan mengingat nikmat Allah, kita merasakan ketenangan batin hakiki yang menjadi fondasi kehidupan bahagia, sabar, dan penuh keyakinan.<sup>38</sup>

## 2. Kosep Sabar

Sabar (al-shabru) secara bahasa berasal dari bahasa arab صبر — صبرا berarti menahan diri dari ungkapan keluhan, terdapat 90 kali dalam Al-Qura’an dalam berbagai musytaq.<sup>39</sup> Kata “bersabar” memiliki makna berusaha untuk sabar. Terdapat pula istilah *al-shibru* dengan *shad* yang dikasrah, yang merujuk pada obat berasa pahit, yaitu ekstrak dari pohon-pohon yang rasanya pahit. Menyabarkan seseorang berarti menganjurkannya untuk bersabar. Istilah “bulan sabar” mengacu pada bulan puasa Ramadhan.<sup>40</sup>

<sup>37</sup> *Ibid.*, hlm 243.

<sup>38</sup> Badan Amil Zakat Nasional (BAZNAS), “9 Hikmah Bersyukur: Menambah Nikmat dan Keberkahan,” diakses 13 November 2025, <https://baznas.go.id/artikel-show/9-Hikmah-Bersyukur:-Menambah-Nikmat-dan-Keberkahan/1948>.

<sup>39</sup> M. Abdul Baqi, *mujam al- mufahras li-alfaz al-qur’an al-karim*, (al-qahirah: Dar al-Hadist, 2001-M), hlm 491-492.

<sup>40</sup> Amin Husni, “Relevansi konsep Imam Al-Gazâlî tentang sabar dalam kitab Ihya Ulumuddin dengan tujuan pendidikan Islam”, (Skripsi Sarjana, IAIN Walisongo, 2011), hlm 1. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/1962/>.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Secara harfiah, sabar berarti tabah hati. Di kalangan para sufi, sabar memiliki makna yang lebih luas, yaitu sabar dalam menjalankan perintah-perintah Allah, dalam menjauhi segala larangan-Nya, dalam menerima segala cobaan yang ditimpakan-Nya, sabar dalam menunggu datangnya pertolongan Tuhan, serta sabar dalam menjalani cobaan tanpa bergantung pada datangnya pertolongan tersebut.<sup>41</sup>

Sabar merupakan salah satu elemen internal yang terdapat dalam setiap individu. Walaupun demikian, konsep ini masih menjadi perdebatan di kalangan para cendekiawan mengenai kedudukannya dalam diri manusia. Sebagian akademisi berpendapat bahwa sabar adalah perilaku yang dimiliki oleh setiap individu, sementara kelompok lain cenderung meyakini bahwa sabar merupakan karakteristik yang melekat pada kepribadian seseorang.

Lebih jauh lagi, konsep ini juga diperdebatkan terkait keberadaannya dalam diri manusia. Beberapa kalangan berpandangan bahwa setiap individu secara alamiah memiliki elemen tersebut, sedangkan pihak lain berargumen bahwa elemen ini bersifat dinamis atau kadang muncul dan kadang tidak dalam diri seseorang.<sup>42</sup>

Sabar merupakan salah satu kedudukan penting dalam hierarki spiritual dan termasuk dalam tingkatan-tingkatan (*maqamat*) yang harus dilalui oleh mereka yang menempuh perjalanan menuju Allah Swt. Allah Swt berfirman Q. S An-Nahl: 127

وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ

“Bersabarlah (Nabi Muhammad) dan kesabaranmu itu semata-mata dengan (pertolongan) Allah, janganlah bersedih terhadap (kekufuran)

<sup>41</sup> Abuddin Nata, "Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia". Ed. Rev, cet. 14, (Jakarta : Rajawali Pers, 2015), hlm 173-174.

<sup>42</sup> M. Yusuf, Dona Kahfi, MA. Ibala dan Moh. Toriqul Chaer, Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat, *AL-MURABBI jurnal studi Pendidikan dan keislaman Volume 4, Nomor 2, januari 2018*, hlm 234-235. <https://doi.org/10.53627/jam.v4i2.3225>

*mereka, dan jangan (pula) bersempit dada terhadap tipu daya yang mereka rencanakan”.*<sup>43</sup>

Menurut Ali bin Abu Thalib, sabar adalah bagian dari iman, seperti kepala yang merupakan bagian dari tubuh. Menurut Abul Qasim, firman Allah SWT “*sabarlah engkau (ya Muhammad)*” merujuk pada pondasi ibadah, sedangkan firman “*tiada kesabaranmu kecuali dengan pertolongan Allah SWT*” (QS. An-Nahl: 127) merujuk pada ubudiyah (penghambaan sebagai ibadah). Barang siapa yang naik dari satu derajat ke derajat lain berkat pertolongan-Mu, ia berpindah dari derajat kaidah ke derajat ubudiyah. Rasulullah SAW bersabda:

أَمُوتُ وَبِكَ أَحْيَا بِكَ

“*hanya berkat bantuan-Mu aku bisa hidup dan mati*”<sup>44</sup>

Seluruh kedudukan spiritual dalam agama pada dasarnya tersusun dari tiga komponen utama, yaitu pengetahuan (*ma'rifah*), keadaan spiritual (*hal-ihwal*), dan pelaksanaan amal perbuatan. Pengetahuan (*ma'rifah*) merupakan fondasi utama yang melahirkan keadaan spiritual (*hal-ihwal*), dan keadaan spiritual ini kemudian mendorong terwujudnya amal perbuatan. Hubungan ketiga komponen ini dapat diibaratkan seperti pohon, *ma'rifah* adalah akar pohon, *hal-ihwal* adalah batang dan ranting, sedangkan amal perbuatan adalah buah yang dihasilkan. Dengan demikian, hakikat sabar pada dasarnya merupakan manifestasi dari *ma'rifah*, sementara amal perbuatan adalah hasil yang muncul darinya.

Pemahaman ini hanya dapat dicapai melalui pengetahuan tentang perbedaan susunan dan karakteristik antara malaikat, manusia, dan binatang. Sabar merupakan karakteristik khas yang dimiliki manusia dan tidak dapat

<sup>43</sup> Al-Qur'an, Sūra al-Nahl (16):127. <https://quran.nu.or.id/an-nahl/127>

<sup>44</sup> Abdul Qasim Abdul Karim Hawazin Al-Qusyairi An-Naisaburi, *Risalah Qusyairiyah sumber kajian ilmu tasawuf*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2007), hlm 258-259.

ditemukan pada makhluk lain. Binatang tidak memiliki sifat sabar karena keterbatasan kemampuannya, sedangkan malaikat tidak memerlukan sabar karena kesempurnaan yang telah mereka miliki.<sup>45</sup>

### 3. Konsep Ketenangan Jiwa

Istilah “ketenangan” merupakan dari kata dasar “tenang” dengan penambahan awalan “ke” dan akhiran “an”. Dari segi makna etimologis, ketenangan merujuk pada keadaan batin yang stabil dan tidak mengalami gangguan, sehingga individu tersebut terbatas dari perasaan resah atau tergesa-gesa. Ketenangan dapat dipahami sebagai kondisi yang mencakup sikap diam, mantap, bebas dari kegelisahan, kecemasan, maupun kekhawatiran. Seseorang yang tenang mampu mempertahankan ketenangan jiwanya bahkan ketika menghadapi situasi yang mendesak atau berbahaya, serta tidak bertindak secara terburu-buru atau impulsif.<sup>46</sup>

Dalam bahasa Arab, ketenangan disebut dengan istilah *mut'mainnah* yang bermakna ketenangan hati, kemantapan hati, ketetapan, serta ketentraman hati yang bebas dari keresahan, kegelisahan, dan kegoncangan.<sup>47</sup>

Adapun istilah *nafs* (jiwa) adalah seluruh dimensi internal manusia yang merupakan unsur vital kehidupan, berupa potensi rohaniah yang tak terlihat, bertugas menggerakkan manusia, dan menyimbolkan kelengkapan manusia (yang meliputi hati nurani, rasa, nalar, dan angan-angan).<sup>48</sup>

Disisi lain, istilah *nafs* (jiwa) digunakan dalam beberapa makna. Pertama, *nafs* dapat merujuk kepada jiwa sebagai entitas yang memiliki

<sup>45</sup> Al-Ghazali. “*Sabar dan Syukur*”, (Jakarta: Republika Penerbit, 2013), hlm 9.

<sup>46</sup> Ema Nurlaila, Nabilla Kartika Sari. Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi, *Mutiara : Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia, Vol. 2 No 4 (2024), hlm 281.

<sup>47</sup> Ari Kurniawan Rizqi, “*Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab*”, (Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negri (LAIN), 2022), hlm 15.

<sup>48</sup> Humaira, “*Upayah Memperoleh Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an*” (Skripsi, Universitas Islam Negro Ar-raniry Darussalam-Banda Aceh, 2019), hlm 11. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/7751/1/Humaira.pdf>

eksistensi dan hakikat, yang mencakup tubuh dan ruh sekaligus. Penggunaan makna ini tampak dalam QS. Al-Mā'idah ayat 45. Kedua, *nafs* juga dipahami sebagai nyawa, yaitu unsur yang menjadi sumber kehidupan, ketika nyawa terlepas dari diri seseorang, maka kematian pun terjadi. Pemaknaan ini terlihat dalam QS. At-Taubah ayat 45. Ketiga, *nafs* dapat dimaknai sebagai diri, yakni tempat bersemayamnya kesadaran dan hati nurani manusia. Dalam konteks ini, istilah *nafs* sering dinisbatkan baik kepada Allah maupun kepada manusia, sebagaimana ditemukan dalam QS. Ali 'Imrān ayat 28.<sup>49</sup>

ketenangan jiwa memiliki kedudukan penting dalam Islam. Ketenangan jiwa merujuk pada rasa tenang, tenteram, dan damai yang berasal dari dalam diri, mencakup aspek emosional, spiritual, maupun mental.<sup>50</sup> Al-Quran menguraikan tentang ketenangan jiwa dalam surat Al-Baqarah ayat 248 :

وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ آيَةَ مُلْكِهِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ التَّابُوتُ فِيهِ سَكِينَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَبَقِيَّةٌ مِّمَّا

تَرَكَ آلُ مُوسَىٰ وَآلُ هَارُونَ تَحْمِلُهُ الْمَلَائِكَةُ ۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّكُم إِن كُنتُمْ مُّؤْمِنِينَ ﴿٢٤٨﴾

“Nabi mereka berkata kepada mereka, “Sesungguhnya tanda kerajaannya ialah datangnya Tabut kepadamu yang di dalamnya terdapat ketenangan dari Tuhanmu dan sisa dari apa yang ditinggalkan oleh keluarga Musa dan keluarga Harun yang dibawa oleh para malaikat. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagimu jika kamu orang-orang mukmin.”<sup>51</sup>

<sup>49</sup> Muhammad Izzuddin Taufiq, “At-Ta’shil al-islami lil Dirasaat an-Nafsiyah”, terj. Sri Nandiatid kk. (Depok: Gema Insani Press, 2006), hal 70-71.

<sup>50</sup> SMA Amanah, "Mencapai Ketenangan Jiwa Melalui Petunjuk Al-Quran," diakses 13 November 2025, <https://www.smaamanah.sch.id/read/78/mencapai-ketenangan-jiwa-melalui-petunjuk-al-quran>.

<sup>51</sup> NU Online Quran, "QS. Al-Baqarah (2): 248," diakses 13 November 2025, <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/248>.

Di tengah berbagai masalah dan tekanan sehari-hari, ketenangan menjadi kunci menjalani kehidupan yang seimbang dan berkualitas. Ketenangan jiwa ibarat danau tenang tanpa gelombang dalam kondisi ini kita mampu berpikir jernih dan merasakan kedamaian. Saat tertekan, ketenangan jiwa membantu menghindari reaksi impulsif dan emosional yang dapat mempersulit penyelesaian masalah.<sup>52</sup>

Orang yang memiliki ketenangan jiwa cenderung memiliki fokus yang lebih baik, produktivitas yang meningkat, dan kemampuan menyelesaikan masalah dengan lebih optimal.<sup>53</sup>

#### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

#### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### 4. Hubungan Syukur Dan Sabar Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa

Syukur dan sabar adalah dua nilai utama yang menjadi pondasi kehidupan Muslim. Keduanya bukan sekadar ajaran moral, tetapi jalan spiritual menuju ketenangan batin dan kebahagiaan sejati. Islam mengajarkan agar seorang hamba menjaga keseimbangan antara bersyukur saat diberi nikmat dan bersabar saat diuji. Kedua sikap ini ibarat dua sayap yang menuntun manusia menuju keridhaan Allah. Tanpa salah satunya, hidup akan pincang dan mudah tergelincir ke dalam keluh kesah atau kesombongan.<sup>54</sup>

Dalam kehidupan, kita dihadapkan banyak tantangan yang memerlukan kesabaran dan nikmat yang memerlukan Syukur, dan dasar penting untuk mencapai kebahagiaan.<sup>55</sup> Keduanya bukan sikap pasif, tetapi

<sup>52</sup> Liputan6.com, "10 Gambar Ketenangan Jiwa, Pahami Ciri-ciri Orang yang Batinnya Tenang," diakses 13 November 2025, <https://www.liputan6.com/hot/read/5580449/10-gambar-ketenangan-jiwa-pahami-ciri-ciri-orang-yang-batinnya-tenang>.

<sup>53</sup> Radio Republik Indonesia (RRI). "Ketenangan Jiwa Kunci Kesuksesan dalam Hidup." Diakses 13 November 2025. <https://rri.co.id/kesehatan/1313604/ketenangan-jiwa-kunci-kesuksesan-dalam-hidup>

<sup>54</sup> Laju Peduli, "Syukur dan Sabar: Dua Sayap Kehidupan Muslim yang Mengantarkan pada Kedamaian Hati", 23 Oktober 2025, Laju Peduli. Diskes 17 November 2025 <https://lajupeduli.org/syukur-dan-sabar-dua-sayap-kehidupan-muslim/>

<sup>55</sup> Rumah Zakat, "Sabar dan Syukur! Mengapa Keduanya Harus Seimbang", 1 November 2024. Diakses 17 November 2025 <https://www.rumahzakat.org/sabar-dan-syukur/>

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

aktif dan solutif dalam menghadapi persoalan hidup. Al-Qur'an dan hadis menyebutnya sebagai kunci kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat.<sup>56</sup>

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda:

سَرَاءُ أَصَابَتْهُ إِنْ لِلْمُؤْمِنِ إِلَّا لِأَحَدٍ ذَلِكَ وَلَيْسَ خَيْرٌ كُلُّهُ أَمْرُهُ إِنَّ الْمُؤْمِنَ لِأَمْرِ عَجَبًا

لَهُ خَيْرًا فَكَانَ صَبَرَ ضَرَاءُ أَصَابَتْهُ وَإِنْ لَهُ خَيْرًا فَكَانَ شَكَرًا

“Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin. Sesungguhnya seluruh urusannya itu baik, dan hal itu tidak dimiliki kecuali oleh seorang mukmin. Apabila dia mendapatkan nikmat dia bersyukur dan itu baik baginya. Dan apabila dia mendapatkan musibah dia sabar dan itu baik baginya” (HR. Muslim).

Hadits ini menegaskan bahwa seorang mukmin akan selalu mendapat kebaikan dalam kondisi apapun melalui dua sikap yaitu, bersyukur atas nikmat dan bersabar atas musibah. Syukur membantu menemukan kebahagiaan dalam setiap nikmat besar maupun kecil, sementara sabar membawa ketenangan dalam menghadapi kesulitan. Keduanya mengantarkan pada ketenangan jiwa dan kedamaian.<sup>57</sup>

Keseimbangan antara kesabaran dan rasa syukur memiliki peran yang sangat vital. Saat berhadapan dengan cobaan hidup, kesabaran menolong kita untuk tidak larut dalam perasaan negatif dan emosi yang berlebihan. Akan tetapi, bila tidak diimbangi dengan rasa syukur, kita bisa saja melupakan segala berkah yang sudah kita terima.

Di sisi lain, rasa syukur membimbing kita untuk tetap merasakan kebahagiaan bahkan dalam situasi yang sulit. Dengan bersyukur, kita akan

<sup>56</sup> Bahron ansor, “Sabar dan Syukur Sebagai Terapi Jiwa”, 19 April 2025. Diakses 17 November 2025.

<sup>57</sup> Anugrah, “Self Love Dalam Islam; Syukur dan Sabar”, 12 Januari 2025. Diakses 17 November 2025. [https://markazinayah.com/self-love-dalam-islam-syukur-dan-sabar/?doing\\_wp\\_cron=1762708278.6389520168304443359375](https://markazinayah.com/self-love-dalam-islam-syukur-dan-sabar/?doing_wp_cron=1762708278.6389520168304443359375)

memperoleh ketenangan jiwa dan kedamaian hati. Jadi, kesabaran memberikan ketahanan bagi kita, sedangkan rasa syukur membuka kesadaran kita akan berbagai nikmat yang telah ada di sekeliling kita.<sup>58</sup>

## B. Kajian yang relevan

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengetahui hubungan Syukur dan Kesehatan mental, sebagai berikut :

1. Triantoro Safaria dan rekan (2018) dalam jurnal *Humanitas* Universitas Ahmad Dahlan dengan judul “*Perilaku Keimanan, Kesabaran, dan Syukur dalam Memprediksi Subjective Wellbeing Remaja*” menemukan bahwa sikap sabar dan syukur secara signifikan memengaruhi kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis seseorang.<sup>59</sup> Hasil penelitian ini mendukung pandangan bahwa kedua nilai spiritual tersebut memiliki peran penting dalam pembentukan ketenangan jiwa.

Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji peran syukur dan sabar, adapun perbedaannya adalah penelitian tersebut berbasis psikologi positif barat dan subjeknya remaja umum, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa ilmu keislaman dengan perspektif spiritual Islam.

Ahmad Rusdi (2022) dalam penelitian jurnal berjudul “*Syukur dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya*” menjelaskan bahwa syukur merupakan bentuk kesadaran spiritual yang memiliki dampak positif terhadap kestabilan emosi dan kesejahteraan batin individu. Penelitian ini menunjukkan

<sup>58</sup> Sabar dan Syukur dalam Islam, Mengapa Harus Seimbang? Rumah Zakat. Diakses 23 November 2025 <https://www.rumahzakat.org/sabar-dan-syukur/>

<sup>59</sup> Triantoro Safaria, dkk., “*Perilaku Keimanan, Kesabaran, dan Syukur dalam Memprediksi Subjective Wellbeing Remaja*,” *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, Universitas Ahmad Dahlan, Vol. 15 No. 1, 2018, hlm. 41–54. [https://www.researchgate.net/publication/330108353\\_Perilaku\\_Keimanan\\_Kesabaran\\_dan\\_Syukur\\_dalam\\_Memprediksi\\_Subjective\\_Wellbeing\\_Remaja/link/66a0f0b527b00e0ca43e1339/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn1](https://www.researchgate.net/publication/330108353_Perilaku_Keimanan_Kesabaran_dan_Syukur_dalam_Memprediksi_Subjective_Wellbeing_Remaja/link/66a0f0b527b00e0ca43e1339/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn1)

bahwa individu yang memiliki tingkat syukur tinggi cenderung lebih tenang dan mampu menghadapi tekanan hidup dengan lapang dada.<sup>60</sup>

Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti nilai Syukur dan dampak terhadap kondisi batin, Adapun perbedaannya Adalah penelitian tersebut fokus pada konstruksi alat ukur psikologi, sementara penelitian ini menekankan syukur dan sabar dalam bentuk ketenangan jiwa melalui pendekatan filsafat akhlak dan tasawuf Islam.

Farra Anisa Rahmania dan Fuad Nashori (2022) dalam jurnal *Psikologi Islam dan Budaya* UIN Sunan Gunung Djati Bandung berjudul “*Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19*” menunjukkan bahwa syukur dan sabar berperan sebagai mediator dalam mengurangi stres dan meningkatkan keseimbangan emosional individu.<sup>61</sup>

Persamaan dengan penelitian ini adalah keduanya melihat syukur dan sabar berperan dalam mengurangi stress dan meningkatkan keseimbangan jiwa, adapun perbedaannya adalah penelitian tersebut meneliti tenaga Kesehatan, sementara penelitian ini meneliti mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam dan menempatkan konsepnya dalam filsafat akhlak dan tasawuf.

Wa Ode Annisa Maharani, Vivik Shofiah, dan Khairunnas Rajab (2023) dalam penelitian jurnal berjudul “*Model Psikoterapi Sabar dalam Perspektif Psikologi Islam*” menguraikan bahwa sikap sabar berfungsi sebagai mekanisme spiritual dalam mengatasi stres dan kecemasan.<sup>62</sup> Nilai sabar

<sup>60</sup> Ahmad Rusdi. Syukur dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya, *Jurnal ilmiah Penelitian Psikologi*, universitas Muhammadiyah Prof.Dr.HAMKA, Vol. 2 No. 2 (2016), hlm 115-128. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/jipp/article/view/9210/3014>

<sup>61</sup> Farra Anisa Rahmania & Fuad Nashori, “*Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19*,” *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Vol. 5 No. 1, 2022, hlm. 22–35. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpib/article/view/13382/0>

<sup>62</sup> Wa Ode Annisa Maharani, Vivik Shofiah, & Khairunnas Rajab, “*Model Psikoterapi Sabar dalam Perspektif Psikologi Islam*,” *Al-Zayn: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, dan Sosial*

membantu individu menerima ujian hidup dengan penuh kesadaran dan keikhlasan sehingga menghasilkan ketenangan batin.

Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menyoroti sabar sebagai faktor penenang jiwa, sedangkan perbedaannya Adalah penelitian tersebut menekeankan terapi sabar secara psikologi, sementara penelitian ini menganalisis hubungan sabar dan syukur sebagai nilai akhlak pembentuk ketenangan jiwa.

Salam Nur Zakina (2023) dalam skripsinya di IAIN Parepare yang berjudul “*Efektivitas Gratitude Journal terhadap Tingkat Ketenangan Jiwa Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Institusi Agama Islam Negeri Parepare*” menemukan bahwa praktik syukur secara konsisten dapat meningkatkan ketenangan batin mahasiswa dan memperkuat hubungan spiritual mereka dengan Allah Swt.<sup>63</sup>

Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji hubungan syukur dnegan ketenangan jiwa, Adapun perbedaannya Adalah penelitian tersebut menggunakan intervensi berupa *gratitude jurnal*, sedangkan penelitian ini bersifat korelasional dan menambahkan variable sabar dalam kerangka spiritual Islam.

Dari beberapa penelitian terdahulu tersebut, tampak bahwa nilai *syukur* dan *sabar* secara umum terbukti berpengaruh terhadap kesejahteraan dan spiritual seseorang. Namun, penelitian-penelitian sebelumnya masih banyak dilakukan dalam konteks psikologi umum atau populasi non-keislaman. Penelitian ini memiliki keunikan karena mengkaji *syukur* dan *sabar* secara bersamaan dalam kerangka filsafat akhlak dan tasawuf Islam, serta menempatkannya dalam konteks mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam yang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kemasyarakatan, Vol. 2 No. 1, 2023, hlm. 60–73.

<https://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/AlZayn/article/view/959>

<sup>63</sup> Salam Nur Zakina, “*Efektivitas Gratitude Journal terhadap Tingkat Ketenangan Jiwa Mahasiswa*,” Skripsi, IAIN Parepare, 2023, hlm. 45–58.

<https://repository.iainpare.ac.id/id/eprint/6447/1/19.3200.069.pdf>

memahami nilai-nilai spiritual secara konseptual dan praktis. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam pengembangan kajian tentang kesejahteraan spiritual berbasis nilai-nilai akhlak Islam.

### C. Konsep Operasional

Konsep operasional merupakan pedoman yang menjelaskan cara pengukuran suatu variabel agar memudahkan pelaksanaan penelitian di lapangan. Oleh karena itu setiap konsep perlu dioperasionalkan menjadi indikator-indikator yang mampu menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati, diukur, serta diuji kebenarannya.

Dalam penelitian ini digunakan 3 variabel, yaitu:

#### 1. Rasa syukur (Variabel $X_1$ )

Indikator rasa Syukur( $X_1$ ) yang meliputi:

- Perasaan cukup dan puas terhadap apa yang dimiliki tanpa berlebihan mengeluh atau iri terhadap orang lain.
- Menghargai hal-hal kecil sebagai bentuk kesadaran bahwa setiap nikmat sekecil apa pun berasal dari Allah Swt.
- Mengingat kebaikan orang lain sebagai wujud pengakuan atas perantara nikmat yang Allah berikan melalui sesama manusia.
- Ekspresi syukur kepada Tuhan dan sesama melalui ucapan pujian, doa, dan tindakan positif.

Indikator rasa sabar( $X_2$ ) yang meliputi:

- Keteguhan dalam ketaatan, yaitu tetap istiqamah menjalankan perintah Allah meskipun menghadapi kesulitan atau rasa malas.
- Kemampuan menahan diri dari kemaksiatan, yakni mampu mengandalikan hawa nafsu dan tidak tergoda melakukan hal yang dilarang.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Ketabahan dalam menghadapi ujian atau musibah, yaitu menerima cobaan hidup dengan Ikhlas tanpa berputus asa atau berlebihan dalam keluh kesah.
- d. Ketenangan menghadapi tekanan, yaitu tetap berpikir jernih dan tidak mudah marah, gelisah, ataupun cemas.
- e. Keikhlasan dan tawakal kepada Allah, yaitu menyerahkan hasil dari setiap usaha kepada Allah Swt dengan hati yang lapang dan Ridha terhadap segala ketetapan-Nya.

Ketenangan Jiwa (Variabel Y)

Ketenangan jiwa didefinisikan sebagai kondisi batin seseorang yang damai, tenteram, dan seimbang secara emosional, spiritual, serta sosial, yang tercermin melalui kemampuan dalam menerima takdir, mengendalikan emosi, dan menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran serta kedekatan kepada Allah Swt. Individu yang memiliki ketenangan jiwa mampu merespons tekanan hidup dengan sabar, berpikir positif, dan tetap produktif dalam aktivitas sehari-hari.

Indicator ketenangan jiwa meliputi :

- a. kemampuan mengelolah emosi dan tekanan dengan tenang ( *sukun an-nafs*)
- b. Hubungan social yang harmonis dan penuh empati.
- c. pandangan positif terhadap diri sendiri san kehidupan sebagai bagian dari ketetapan Allah.
- d. keikhlasan dan kedekatan spritual kepada Allah Swt (*tuma'nīnah*).
- e. kemampuan menjalani aktivitas akademik dan kehidupan sehari hari dengan damai dan penuh makna.

Variabel ini diukur menggunakan skala Likert 1–5 berikut:

Tabel 2. 1 Skala Likert

No	Pilihan jawaban	Singkatan	skor
1	Sangat Setuju	SS	5

2	Setuju	S	4
3	Netral	N	3
4	Tidak setuju	TS	2
5	Sangat Tidak Setuju	STS	1

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**D. Hipotesis**

$H_{a1}$ : Terdapat korelasi yang signifikan antara rasa syukur dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

$H_{01}$ : Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara rasa syukur dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

$H_{a2}$ : Terdapat korelasi yang signifikan antara kesabaran dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

$H_{02}$ : Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara kesabaran dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

$H_{a3}$ : Terdapat korelasi yang signifikan secara simultan antara rasa syukur dan sabar dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

$H_{03}$ : Tidak terdapat korelasi yang signifikan secara simultan antara rasa syukur dan sabar dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau.<sup>64</sup>

<sup>64</sup> Hartono, *statistic untuk penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar berkerja sama dengan Zanafa Publishing, 2012), hlm 75.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi (*correlation*). Jenis penelitian korelasi dalam statistik digunakan karena merujuk pada keterkaitan atau hubungan yang terjadi di antara dua atau lebih variabel. Variabel pertama berfungsi sebagai variabel independen atau variabel bebas. Sementara itu, variabel kedua berperan sebagai variabel dependen atau variabel terikat.<sup>65</sup>

Pendekatan kuantitatif dipilih karena data yang diperoleh berupa data numerika yang dianalisis secara statistik. Tujuan pendekatan ini adalah untuk mengetahui secara objektif hubungan antar variabel melalui pengolahan data numerik. Jenis penelitian korelasional digunakan karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara rasa Syukur dan sabar (variabel X) dengan ketenangan jiwa (variabel Y) pada mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam di UIN Sulstn Syarif Kasim Riau. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian lapangan, karena data diperoleh langsung dari responden melalui penyebaran kuesioner.<sup>66</sup>

<sup>65</sup> Hartono, *statistic untuk penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar berkerja sama dengan Zanafa Publishing, 2012), hlm 75.

<sup>66</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 234.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari segi metodologi, penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu tanpa meninjau perubahan variabel dalam jangka panjang (*longitudinal*).<sup>67</sup> Desain ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin melihat hubungan antara *syukur*, *sabar*, dan *ketenangan jiwa* mahasiswa pada kondisi aktual saat ini.<sup>68</sup>

Data dikumpulkan menggunakan instrumen kuantitatif berupa skala atau kuesioner terstandarisasi, yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel.<sup>69</sup> Sementara itu, wawancara digunakan sebagai data dukungan untuk memperkuat dan memperdalam pemahaman terhadap hasil penelitian yang diperoleh dari analisis kuantitatif.

### B. Subjek dan Objek Penelitian

#### 1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang masih aktif terdaftar pada tahun akademik 2025. Pemilihan subjek ini didasarkan pada pertimbangan bahwa mahasiswa jurusan tersebut memiliki pemahaman konseptual terhadap nilai-nilai spiritual Islam seperti *syukur* dan *sabar*, sehingga relevan untuk dikaji dalam konteks pembentukan *ketenangan jiwa*. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak berdasarkan tingkat semester agar setiap kelompok mahasiswa memiliki peluang yang sama untuk terwakili.<sup>70</sup>

#### 2. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah tiga variabel utama, yaitu:

<sup>67</sup> Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), hlm. 8–9.

<sup>68</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 14.

<sup>69</sup> Rakhmat Jalaluddin, *Metodologi Penelitian Komunikasi*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2018), hlm. 63.

<sup>70</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 174.

- a. Rasa syukur (X1)
- b. Rasa sabar (X2)
- c. Ketenangan jiwa sebagai variabel dependen (Y)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat rasa syukur dan sabar yang dimiliki mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam dengan ketenangan jiwa mereka.

### C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UIN Sultan Syarif Kasim Riau, khususnya pada mahasiswa/i jurusan Aqidah dan Filsafat Islam fakultas Ushuluddin. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa jurusan Aqidah dan Filsafat Islam memiliki karakteristik akademik yang menekankan pemikiran kritis, sehingga dapat menjadi latar yang relevan untuk meneliti hubungan antara rasa syukur dan sabar dalam ketenangan jiwa.

### D. Populasi, Sampel, dan Teknik Penentuan Sampling

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa/i Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau semester ganjil yaitu I, III, V, dan VII yang masih aktif terdaftar pada tahun akademik 2025 yang berjumlah 156 orang.

Populasi tersebut dipilih karena mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam memiliki kekhasan dalam pemahaman nilai-nilai spiritual Islam seperti syukur dan sabar, yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Mereka mempelajari berbagai konsep tentang akhlak, filsafat, dan tasawuf yang secara teoretis sangat berkaitan dengan pembentukan ketenangan jiwa.

Selain itu, mahasiswa dalam tahap perkuliahan sering menghadapi berbagai tantangan dan dinamika sosial, serta personal yang tidak jarang menimbulkan tekanan. Hal ini menjadikan kelompok mahasiswa sebagai

populasi yang relevan untuk mengkaji bagaimana syukur dan sabar berperan dalam menjaga keseimbangan psikologis dan spiritual mereka.

## 2. Sampel Penelitian

Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin.<sup>71</sup> Rumus Slovin digunakan untuk menentukan jumlah sampel minimum yang dibutuhkan agar hasil penelitian dapat mewakili populasi.

Rumus Slovin dinyatakan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + (N \times e^2)}$$

Keterangan:

$n$  = jumlah sampel

$N$  = jumlah populasi

$e$  = Tingkat kesalahan (*error tolerance* (10%).<sup>72</sup>

Pada penelitian ini menggunakan tingkat kesalahan () 10%.

Namun apabila jumlah sampel masih terlalu besar, dapat digunakan margin kesalahan (*margin of error*) berkisar antara 15% hingga 20% atau 55%, bahkan lebih tinggi.<sup>73</sup> Selanjutnya, sampel tersebut didistribusikan secara acak pada mahasiswa jurusan Aqidah dan filsafat islam. Dalam penelitian ini penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Solvin, yaitu :

<sup>71</sup> Riduwan, *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 49.

<sup>72</sup> Nur Fadilah Amin, Sabarddin Garancang, dan Kamaluddin Abunawas, “Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian”, *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, Vol. 14, No. 01 Tahun 2023, hlm 25. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/pilar/article/view/10624/5947>

<sup>73</sup> Yuliana Mardani, “Hubungan Motivasi Belajar Dan Kreativitas Belajar Peserta Didik Terhadap Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam(PAI) di MTS An Nur 1 Bulawang”, *Skripsi SI*, (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hlm 44. <http://etheses.uin-malang.ac.id/58046/>

$$n = \frac{156}{1+1,56} = n = \frac{156}{2,56} = n = 60,93 \approx 61$$

Jadi sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 61 mahasiswa, dimana penyebarannya adalah mahasiswa semester I sebanyak 11 orang, semester III sebanyak 14 orang, semester V sebanyak 18 orang, dan semester VII sebanyak 18 orang.

### 3. Teknik Penentuan Sampling

Teknik penentuan sampling dalam penelitian ini menggunakan *proportionate stratified random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak dengan mempertimbangkan proporsi jumlah anggota dalam setiap strata atau kelompok pada populasi.<sup>74</sup>

Teknik ini digunakan karena populasi penelitian terdiri dari mahasiswa/i Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam yang terbagi ke dalam beberapa tingkatan semester (strata) seperti semester I, III, V, dan VII. Dengan demikian, setiap strata memiliki peluang yang sama untuk terwakili secara proporsional dalam sampel penelitian

Pemilihan teknik ini juga didasarkan pada pertimbangan bahwa mahasiswa di setiap tingkat semester mungkin memiliki perbedaan pengalaman, tingkat kematangan spiritual, serta tekanan yang dapat memengaruhi tingkat syukur, sabar, dan ketenangan jiwa. Oleh karena itu, penggunaan teknik *stratified random sampling* dianggap paling tepat untuk menjamin representativitas seluruh kelompok mahasiswa.

## E. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

### 1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui kemampuan setiap butir instrumen dalam mengukur variabel yang diteliti. Pada penelitian ini,

<sup>74</sup> Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, (Bandung: ALFABET, 2013), hlm 82.

dilakukan menggunakan menggunakan teknik *Korelasi Product Moment Person* dengan bantuan SPSS versi 25. Teknik ini digunakan apabila data bersifat kuantitatif, memiliki skala pengukuran interval atau rasio, berdistribusi homogen, serta menunjukkan hubungan linear.<sup>75</sup>

Instrumen yang digunakan terdiri dari tiga variabel, yaitu:

- a. Rasa Syukur ( $X_1$ )
- b. Rasa Sabar ( $X_2$ )
- c. Ketenangan Jiwa ( $Y$ )

Kuesioner diuji cobakan kepada responden uji coba ke 30 orang mahasiswa/i di luar sampel penelitian utama. Hasil jawaban responden kemudian diolah menggunakan rumus korelasi Pearson. Kriteria validitas ditentukan berdasarkan nilai *r hitung* dibandingkan dengan *r tabel* pada taraf signifikansi 5%. Jika *r hitung* > *r tabel*, maka butir tersebut dianggap valid, dan jika sebaliknya, maka dianggap tidak valid.

## 2. Realibilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menilai konsistensi instrumen penelitian ketika digunakan pada waktu atau kondisi yang berbeda. Pengujian ini dilakukan pada butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25 dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari 0,60.

<sup>76</sup>

<sup>75</sup> Hartono, *statistic untuk penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar berkerja sama dengan Zana Publishing, 2012), hlm 77.

<sup>76</sup> Zainuddin Iba dan Aditya Wardhana, "*Riset Manajemen Menggunakan SPSS dan SMART-PLS: Implementasi Pada Manajemen SDM, Pemasaran, Keuangan, Pendidikan, Kesehatan, Pemerintahan, & Kewirausahaan*", (Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2024), hlm 55.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## F. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Sumber Data

#### a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari responden melalui, yaitu :

##### 1) Observasi

Merupakan kegiatan yang digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat rasa syukur, rasa sabar dan ketenangan jiwa mahasiswa/i. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden, serta dilengkapi oleh wawancara terbatas kepada beberapa mahasiswa dan pihak terkait sebagai sumber data pendukung yang relevan dengan penelitian.

##### 2) kuesioner (angket)

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner tertutup yang disusun dengan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan pandangan responden terhadap suatu fenomena sosial.<sup>77</sup> kepada mahasiswa/i Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Data ini mencakup hasil pengisian pernyataan yang mengukur tiga variabel utama, yaitu:

- a) Syukur ( $X_1$ ), meliputi perasaan cukup dan puas, menghargai hal-hal kecil, mengingat kebaikan orang lain, serta ekspresi syukur kepada Tuhan dan sesama
- b) Sabar ( $X_2$ ), mencakup kesabaran dalam ketaatan, menjauhi kemaksiatan, menghadapi musibah, dan keteguhan hati.
- c) Ketenangan Jiwa (Y), meliputi ketenangan emosional, kognitif, spiritual, dan sosial.

<sup>77</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm 93.

Kuesioner ini diberikan secara langsung kepada responden, pengisian dilakukan secara mandiri di bawah pengawasan peneliti untuk memastikan keakuratan dan kejujuran data.

Sebelum disebarakan kepada responden, kuesioner terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya agar dapat dipastikan bahwa setiap butir pernyataan benar-benar mengukur variabel yang dimaksud.

### 3) Wawancara

Teknik ini dilakukan untuk untuk memperoleh data pendukung yang berkaitan dengan penelitian baik pada tahap studi pendahuluan maupun sebagai penguat hasil penelitian. Wawancara dilakukan secara terbatas kepada beberapa mahasiswa sebagai responden untuk mengetahui gambaran umum terkait rasa syukur, rasa sabar dan ketenangan jiwa yang dialami alam kehidupan sehari-hari.

### 4) Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data yang bersifat pendukung dalam penelitian ini. Data dokumentasi meliputi daftar mahasiswa Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam. Selain itu, dokumentasi juga digunakan untuk mengumpulkan bukti berupa foto-foto kegiatan.

#### **b. Data Sekunder**

Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber pendukung seperti, Buku-buku literatur yang relevan dengan konsep syukur, sabar, dan ketenangan jiwa, jurnal ilmiah, artikel penelitian, dan skripsi terdahulu yang memiliki topik serupa, dokumen rekap data mahasiswa jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang berkaitan dengan data jumlah mahasiswa atau profil program studi.

Data sekunder ini berfungsi untuk memperkuat landasan teoritis, mendukung pembahasan hasil penelitian, dan memberikan konteks akademik yang lebih luas terhadap temuan yang diperoleh dari data primer.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan pendekatan statistik oleh peneliti. Penggunaan metode statistik dipilih karena data yang diperoleh berupa data numerik, sehingga memungkinkan analisis dilakukan secara objektif, sistematis, dan dapat diukur secara kuantitatif. Proses analisis data akan dibantu dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 25, yang memiliki kemampuan untuk mengolah data secara cepat dan akurat, serta menghasilkan output statistik yang memudahkan interpretasi hasil penelitian.

Penelitian ini menerapkan teknik analisis statistik berupa uji korelasi Pearson Product Moment, yaitu suatu metode analisis statistik parametrik yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana hubungan linear antara dua variabel yang berdistribusi normal. Teknik ini digunakan karena ketiga variabel penelitian, yakni rasa syukur, sabar dan ketenangan jiwa, diukur dalam skala interval dan diasumsikan memiliki hubungan linear. Hasil uji korelasi ini akan memberikan nilai koefisien yang menunjukkan arah dan kekuatan hubungan antara ketiga variabel, serta nilai signifikansi untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan.<sup>78</sup>

---

<sup>78</sup> Meli Fatmawati, "Hubungan Rasa Syukur Dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikotrapi Angkatan 2017 UIN Walisongo Semarang", Fakultas ushuluddin dan humaniora universitas islam negeri walisongo semarang, 2021, hlm 59.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara syukur dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Nilai korelasi sebesar  $r = 0,530$  menunjukkan bahwa semakin tinggi sikap syukur yang dimiliki mahasiswa, maka semakin baik pula tingkat ketenangan jiwanya.
2. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara sabar dengan ketenangan jiwa pada mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Nilai korelasi sebesar  $r = 0,571$  menunjukkan bahwa kesabaran yang kuat turut berperan dalam menjaga stabilitas batin dan ketenteraman hati mahasiswa.
3. Secara simultan, di peroleh nilai  $f$  hitungan sebesar 18,345 dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0.005$ . hal ini menunjukkan bahwa model regresi yang dibangun dalam penelitian ini signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel syukur dan sabar secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan ketenangan jiwa.
4. Hasil wawancara memperkuat temuan kuantitatif, dengan menunjukkan bahwa rasa syukur dimaknai sebagai sikap menerima keadaan hidup dengan perasaan cukup (qana'ah), kesadaran atas nikmat Allah Swt, serta pengakuan terhadap peran orang lain sebagai perantara nikmat. Sikap sabar dipahami sebagai kemampuan untuk tetap istiqamah dalam ketaatan, mengendalikan diri, serta menghadapi ujian hidup dengan ikhlas dan tawakal.
5. Secara konseptual dan berdasarkan hasil penelitian ini, syukur dan sabar merupakan dua nilai spiritual dalam ajaran Islam yang saling melengkapi dan

berperan sebagai sumber daya psikologis dan spiritual bagi mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial. Kedua nilai ini membantu mahasiswa untuk tetap tenang, optimis, dan berprasangka baik kepada Allah Swt.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa penanaman nilai-nilai spiritual Islam seperti syukur dan sabar dapat menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan ketenangan jiwa mahasiswa, khususnya di lingkungan akademik yang memiliki dinamika dan tekanan yang cukup tinggi.

### **B. Saran**

Diharapkan peneliti berikutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperluas populasi sampel di fakultas atau universitas lain, serta menambahkan variabel lain seperti seperti konsep taqwa dan tawakal, atau dukungan sosial untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif terkait faktor-faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa.

#### **Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

### BUKU

- Al-Ghazali, A.H. (2003) *Ihya Ulumuddin*. Jilid IV. Translated by I. Yakub. Singapura: Pustaka Nasional.
- \_\_\_\_\_. (2013) *Sabar dan Syukur*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Al-Qusyairi An-Naisaburi, A.Q.A.K.H. (2007) *Risalah Qusyairiyah Sumber Kajian Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Arikunto, S. (2010) *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_.(2013) *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2017) *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baqi, M.A. (2001) *Mujam al-Mufahras li-Alfaz al-Qur'an al-Karim*. Al-Qahirah: Dar al-Hadist.
- Departemen Agama Republik Indonesia (2005) *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid I*. Jakarta: Departemen Agama RI.
- Hartono (2012) *Statistik untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar bekerjasama dengan Zanafa Publishing.
- Jalaluddin, R. (2018) *Metodologi Penelitian Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Munawwir, A.W. (1997) *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Surabaya: Pustaka Progressif.
- Nata, A. (2015) *Akhlaq Tasawuf dan Karakter Mulia*. Ed. Rev, cet. 14. Jakarta: Rajawali Pers.
- Prasetya, D.A. (2024) *Cepat Kuasai SPSS: Cara Praktis Belajar Mengoperasikan SPSS Dalam Penelitian, Meski Kamu Baru Sekali Mencoba*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia.
- Riduwan (2012) *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Shihab, M.Q. (2002) *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 6. Jakarta: Lentera Hati.
- \_\_\_\_\_. (2013) *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Sugiyono (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2019) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taufiq, M.I. (2006) *At-Ta'shil al-Islami lil Dirasaat an-Nafsiyah*. Translated by S. Narulita et al. Depok: Gema Insani Press.

JURNAL

- Amin, N.F., Garancang, S. and Abunawas, K. (2023) 'Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian', *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(01). <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/pilar/article/view/10624/5947>
- Anuraga, G., Indrasetianingsi, A. and Athoillah, M. (2021) 'Pelatihan Pengujian Hipotesis Statistik Dasar Dengan Software R', *Jurnal BUDIMAS*, 3(02), pp. 328.
- Asmika, A., Harijanto, H. and Handayani, N. (2021) 'Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia', *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2). doi: 10.37640/jcv.v1i2.962
- Asmuni (2018) 'Zikir Dan Ketenangan Jiwa Manusia (Kajian Tentang Sufistik-Psikologik)', *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 1(1).
- Azhari, E., Saleh, L.M. and Marantika, M. (2023) 'Analisis Faktor Penyebab Keterlambatan Proyek Pembangunan Gedung Laboratorium Terpadu Dan Perpustakaan Man 1 Maluku Tengah', *Jurnal Agregate*, 3(02).
- Aziz, R., Wahyuni, E.N. and Wargadinata, W. (2017) 'Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja', *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1). <https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3154>
- Dilla, I.F. and Susanti, R. (2022) 'Sabar dan Stres Akademik pada Mahasiswa', *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3). <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/17382/8259>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Effrialdi, Paeribu, John Paul Karolus, Syarif, Eddy, Kadar, Melani, Gunardi, Nababan, Ronald, Hati, Selfi Kumara, dan Apsari, Vira. "Penerapan Uji Multikolinieritas dalam Penelitian Manajemen Sumber Daya Manusia." JUMANAGE (Jurnal Ilmiah Manajemen dan Kewirausahaan). 1(2) Universitas Dinamika Bangsa Jambi. <https://ejournal.unama.ac.id/index.php/jumanage/article/download/89/65>
- Engghariano, D.A. (2019) 'Syukur dalam Perspektif al-Qur'an', *Jurnal Ilmu Kesyariahan dan Pranata Sosial*, 5(2). <https://jurnal.uinsyahada.ac.id/index.php/elqanuniy/article/viewFile/2154/172>
- Emadewita and Rosdialena (2019) 'Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental', *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, 3(1). <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/ummatanwasathan/article/view/1914>
- Ihsanillah, M.M. (2024) 'Konsep Sabar pada Surah Al-Baqarah dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa', *AL-KARIMA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 8(1). <https://ejournal.stiqisykarima.ac.id/index.php/AlKarima/article/view/199>
- Jalaluddin (2018) 'Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzī dalam Tafsīr Mafātih Al-Ghayb', *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, 3(1). <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Al-Bayan/article/view/2288>
- Kumayas, F., Kumenang, A. G., & Siwa, H. F. D (2024). 'Pengaruh Jumlah Penduduk, Tingkat Pendidikan dan Tingkat Pengangguran terhadap Kemiskinan di Kabupaten Minahasa', *Jurnal Berkala Efisiensi Ilmiah*, 24(4). <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jbie/article/view/57324>
- Lestari, S.P. and Permatasari, R.I. (2023) 'Pengaruh Pengalaman Kerja dan Disiplin Kerja Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Divisi Operasional PT. Pegadaian Galeri 24, Jakarta Pusat', *Jurnal Ilmiah M-PROGRESS*, 13(01).
- Maharani, W.O.A., Shofiah, V. and Rajab, K. (2023) 'Model Psikoterapi Sabar dalam Perspektif Psikologi Islam', *Al-Zayn: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, dan Sosial Kemasyarakatan*, 2(1). <https://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/AlZayn/article/view/959>
- Mujib, A. (2021) 'Sabar dan Syukur Menurut Ulya Ali Ubaid Dalam Perspektif Tasawuf', *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 1(1). <https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/irsyaduna/article/view/904>
- Nurhalila, E. and Sari, N.K. (2024) 'Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi', *Mutiara: Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 2(4).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Rahmania, F.A. and Nashori, F. (2022) 'Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19', *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 5(1). <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpib/article/view/13382/0>
- Rahmania, F.A. et al. (2019) 'Hubungan Syukur dan Sabar Terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja', *Psikologi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2).
- Rusdi, A. (2016) 'Syukur dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya', *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 2(2). <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/jipp/article/view/9210/3014>
- Safaria, T. (2018) 'Perilaku Keimanan, Kesabaran, dan Syukur dalam Memprediksi Subjective Well-being', *Humanitas*, 15(2). <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1456447&val=5536>
- Safaria, T. et al. (2018) 'Perilaku Keimanan, Kesabaran, dan Syukur dalam Memprediksi Subjective Wellbeing Remaja', *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 15(1). <https://www.researchgate.net/publication/330108353>
- Safitri, A. et al. (2021) 'Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan selama Pandemi COVID 19', *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*.
- Salsabila, Y.L., Alkaf, I. and Handiki, Y.R.P. 'Konsep Syukur Perspektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulumuddin Sebagai Upaya Mengatasi Insecure', *ATLAS: Jurnal Of Research and Islamic Thought Studies*.
- Sanjika (2022) 'Kontribusi Sikap Sabar bagi Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19: Studi Kasus pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Tingkat Akhir Angkatan 2017', *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*. Available at: <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpiu/article/view/13615>
- Yusuf, M. et al. (2018) 'Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat', *AL-MURABBI Jurnal Studi Pendidikan dan Keislaman*, 4(2), doi: 10.53627/jam.v4i2.3225

## SKRIPSI

- Fatmawati, M. (2021) *Hubungan Rasa Syukur Dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Angkatan 2017 UIN Walisongo Semarang*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Haib (2025) *Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas



## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Islam Negeri Datokarama Palu.  
[http://repository.uindatokarama.ac.id/id/eprint/5212/1/PROPOSAL%20HABI  
 BI\(1\)-1.pdf](http://repository.uindatokarama.ac.id/id/eprint/5212/1/PROPOSAL%20HABI%20BI(1)-1.pdf)

Humaira (2019) *Upaya Memperoleh Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh.  
<https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/7751/1/Humaira.pdf>

Husni, A. (2011) *Relevansi Konsep Imam Al-Gazâlî tentang Sabar dalam Kitab Ihya Ulumuddin dengan Tujuan Pendidikan Islam*. Skripsi. IAIN Walisongo. Available at: <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/1962/>

Mardani, Y. (2023) *Hubungan Motivasi Belajar Dan Kreativitas Belajar Peserta Didik Terhadap Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) di MTS An Nur 1 Bululawang*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Available at: <http://etheses.uin-malang.ac.id/58046/>

Rizqi, A.K. (2022) *Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraish Shihab (Studi Tafsir Al-Mishbah)*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN).  
<https://etheses.iainponorogo.ac.id/18410/1/ARIARI.pdf>

Zakina, S.N. (2023) *Efektivitas Gratitude Journal terhadap Tingkat Ketenangan Jiwa Mahasiswa*. Skripsi. IAIN Parepare.  
<https://repository.iainpare.ac.id/id/eprint/6447/1/19.3200.069.pdf>

## WEBSITE

Anugrah (2025) *Self Love Dalam Islam; Syukur dan Sabar*. 12 Januari.  
<https://markazinayah.com/self-love-dalam-islam-syukur-dan-sabar/>  
 (Accessed: 17 November 2025).

Ansor, B. (2025) *Sabar dan Syukur Sebagai Terapi Jiwa*. 19 April. (Accessed: 17 November 2025). <https://minanews.net/sabar-dan-syukur-sebagai-terapi-jiwa/>

Badan Amil Zakat Nasional (BAZNAS) (2025) *9 Hikmah Bersyukur: Menambah Nikmat dan Keberkahan*. <https://baznas.go.id/artikel-show/9-Hikmah-Bersyukur:-Menambah-Nikmat-dan-Keberkahan/1948> (Accessed: 13 November 2025).

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia  
*Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*.  
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/syukur> (Accessed: 9 Oktober 2025).

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

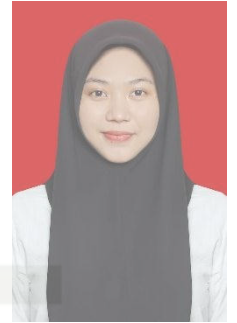
- Laju Peduli (2025) *Syukur dan Sabar: Dua Sayap Kehidupan Muslim yang Mengantarkan pada Kedamaian Hati*. 23 Oktober. <https://lajupeduli.org/syukur-dan-sabar-dua-sayap-kehidupan-muslim/> (Accessed: 17 November 2025).
- Liputan6.com (2025) *10 Gambar Ketenangan Jiwa, Pahami Ciri-ciri Orang yang Batinnya Tenang*. <https://www.liputan6.com/hot/read/5580449/10-gambar-ketenangan-jiwa-pahami-ciri-ciri-orang-yang-batinnya-tenang> (Accessed: 13 November 2025).
- NU Online Quran *QS. Al-Baqarah (2): 248*. <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/248> (Accessed: 13 November 2025).
- NU Online Quran *Sūra al-Nahl (16):127*. <https://quran.nu.or.id/an-nahl/127>
- Radio Republik Indonesia (RRI) (2025) *Ketenangan Jiwa Kunci Kesuksesan dalam Hidup*. <https://rri.co.id/kesehatan/1313604/ketenangan-jiwa-kunci-kesuksesan-dalam-hidup> (Accessed: 13 November 2025).
- Rumah Zakat (2024) *Sabar dan Syukur! Mengapa Keduanya Harus Seimbang*. 1 November. <https://www.rumahzakat.org/sabar-dan-syukur/> (Accessed: 17 November 2025).
- SMA Amanah (2025) *Mencapai Ketenangan Jiwa Melalui Petunjuk Al-Quran*. <https://www.smaamanah.sch.id/read/78/mencapai-ketenangan-jiwa-melalui-petunjuk-al-quran> (Accessed: 13 November 2025).
- Wikipedia Contributors (2025) *Normal Probability Plot*. [https://en.wikipedia.org/wiki/Normal\\_probability\\_plot](https://en.wikipedia.org/wiki/Normal_probability_plot) (Accessed: 20 Desember 2025).



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**BIODATA PENULIS**



**Nama** : Sabilatul Hanifah  
**Tempat/Tgl Lahir** : Sungai Betung, 31 Januari 2004  
**Pekerjaan** : Pelajar  
**Alamat Rumah** : Dusun Sungai Betung, RT 004/RW 002, Desa Pulau Jambu, Kecamatan Kuok, Kabupaten Kampar  
**No. Telp/HP** : 082287066336  
**Nama Orang Tua/Wali** :  
**Ayah** : Abdizar  
**Ibu** : Rosyida Hayati

**RIWAYAT PENDIDIKAN**

**SD** : SDN 016 PULAU JAMBU Lulus Tahun 2016  
**SLTP** : SMPN 02 KUOK Lulus Tahun 2019  
**SLTA** : Madrasah Aliyah Negeri 1 Kampar Lulus Tahun 2022

**PENGALAMAN ORGANISASI**

Anggota HMPS AFI tahun 2022-2023  
 Anggota HMPS AFI tahun 2023-2024

**KARYA ILMIAH**

-

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### ANGKET

**Judul Penelitian: Hubungan Rasa Syukur dan Sabar dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Mahasiswa/i Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau**

#### Pendahuluan:

Terima kasih atas partisipasi anda dalam penelitian ini. Perkenalkan saya Sabilatul Hanifah, mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, memohon kesedian anda untuk mengisi daftar Kuesioner yang diberikan. Kuesioner ini bertujuan untuk mengumpulkan data mengenai tingkat rasa syukur, sabar, dan ketenangan jiwa mahasiswa Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Jawaban Anda akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian. Isilah dengan jujur sesuai pengalaman pribadi Anda. Waktu pengisian sekitar 10-15 menit.

#### Instruksi Pengisian:

Pilih salah satu opsi pada skala Likert:

STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

N = Netral

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

Tidak ada jawaban benar atau salah; jawab berdasarkan kondisi Anda saat ini.

#### Data Responden

1. Jenis Kelamin:

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Laki-laki
- Perempuan

Usia:

- 18-20 tahun
- 21-23 tahun
- 24-26 tahun
- 26 tahun

3. Semester:  I  III  V  VII

4. Latar Belakang Agama:

- Islam
- Lainnya (sebutkan: \_\_\_\_\_)

**Pernyataan Variabel**

**Variabel Rasa Syukur (X1)**

Rasa syukur diukur sebagai ungkapan terima kasih atas nikmat Allah (QS. Ibrahim:

7). Berikan skor untuk pernyataan berikut:

NO	Pertanyaan	STS	TS	N	S	SS
Diemsi kognitif (kesadaran dan pengakuan terhadap nikmat Allah)						
1	Saya selalu merasa bersyukur atas nikmat kesehatan yang saya miliki.					
2	Saya menyadari bahwa nikmat yang					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3	saya terima berasal dari Allah SWT dan hal itu membuat jiwa saya lebih tenang.					
4	Saya sering mengingat nikmat kecil maupun besar dalam hidup sehingga pikiran saya lebih damai.					
4	Ketika saya berada dalam masalah saya menyadari bahwa Allah selalu memberi saya jalan keluar dan membuat pikiran saya lebih tenang.					
Dimensi afektif (senang, Bahagia, dan puas atas nikmat yang diterima)						
5	Perasaan cukup dan menerima keadaan membuat saya terhindar dari stres berlebihan.					
6	Saya merasa merasa bersyukur dan bahagia ketika mengingat nikmat-nikmat yang Allah berikan					
7	Saya merasa bersyukur atas kesehatan, keluarga, dan rezeki yang saya miliki.					
8	Ketika saya bersyukur, pikiran negatif seperti kecemasan berkurang, dan saya menjadi lebih tenteram.					
9	Saya merasa bahagia dan puas ketika menerima nikmat dari Allah, seperti rezeki atau kesehatan.					

**Variabel Sabar (X2)**

Sabar diukur sebagai ketabahan menghadapi cobaan (QS. Al-Asr: 3). Berikan skor untuk pernyataan berikut:

NO	Pertanyaan	STS	TS	N	S	SS
<i>Ash-shabru 'alath-thā'ah</i> ( keteguhan dalam melaksanakan perintah Allah)						
1	Keteguhan saya dalam beribadah membuat jiwa saya lebih stabil dan tidak mudah gelisah.					
<i>Ash-shabru 'anil-ma'shiyah</i> (kemampuan dalam menahan diri dari larangan Allah)						
2	Saya merasa damai ketika berhasil menghindari hal-hal yang dilarang Allah.					
<i>Ash-ashabru 'alal-mushibah</i> (ketabahan dalam menghadapi ujian dalam menghadapi ujian dan kesusulitan hidup)						
3	Ketika menghadapi sakit atau penyakit, saya tetap sabar dan percaya bahwa itu ujian dari Allah.					
4	Dalam kesulitan finansial, saya sabar mencari jalan keluar sambil berserah diri kepada Allah.					
5	Saya sabar menghadapi perubahan jadwal kuliah yang mendadak.					
6	Saya tetap tenang dan sabar saat menghadapi kegagalan dalam					

pekerjaan atau pendidikan.					
----------------------------	--	--	--	--	--

**Variabel Ketenangan Jiwa (Y)**

Ketenangan jiwa diukur sebagai kedamaian batin (QS. Al-Baqarah: 208). Berikan skor untuk pernyataan berikut:

NO	Pertanyaan	STS	TS	N	S	SS
Ketenangan spiritual (perasaan dekat dengan Allah, ridha, dan pasrah terhadap ketentuan-Nya)						
1	Saya merasa dekat dengan Allah SWT dalam setiap keadaan.					
2	Saya merasa damai batin setelah beribadah.					
3	Saya ridha (menerima dengan ikhlas) terhadap ketentuan Allah					
4	Saya berusaha tetap tenang ketika mendapat masalah karena saya percaya bahwa Allah akan memberi jalan					
Ketenangan kognitif (pikiran yang jernih, fokus, dan tidak dipenuhi kekhawatiran berlebihan)						
5	Saya tetap tenang dan tidak mudah panik, ketika menghadapi stres					

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
1. Dilarang mengutip atau seluruh atau sebagian dari karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ketika menghadapi masalah hidup saya sabar dalam mencari solusinya					
Ketenangan social (kemampuan menjalin hubungan harmonis dengan lingkungan sekitar)					
Saya merasa bahagia dan tenang setelah berbagi dengan keluarga.					
Ketika saya berbagi kebaikan dnegan sesama, saya merasa bersyukur atas kesempatan yang diberikan					
Ketenangan emosional (kemampuan mengelola emosi dengan baik, tidak mudah cemas atau panik)					
Ketika menghadapi cobaan, saya dapat menenangkan diri dengan mengingat hikmah di baliknya.					
Saya tidak mudah gelisah ketika ada perubahan rencana					

Lampiran 2

DATA UJI COBA JAWABAN MAHASISWA

HUBUNGAN RASA SYUKUR DAN SABAR DALAM MEMBENTUK  
KETAHANAN JIWA MAHASISWA/I JURUSAN AQIDAH DAN FILSAFAT  
ISLAM UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Variabel X1 SYUKUR

TABULASI variabel X1

	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	total
1	4	4	3	4	4	4	3	4	5	35
2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	42
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	40
6	3	5	4	5	3	4	5	4	5	38
7	5	5	5	5	4	5	5	5	5	44
8	5	5	5	5	4	5	5	5	5	44
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
10	4	5	5	5	4	5	4	5	5	42
11	5	5	5	5	4	4	4	4	4	40
12	5	4	4	5	4	4	4	4	4	38
13	3	4	4	3	3	4	4	4	4	33
14	5	5	4	5	3	5	5	5	5	42
15	4	5	5	5	3	5	5	5	5	42
16	4	4	4	5	5	4	4	4	4	38
17	5	5	4	5	4	5	4	4	5	41
18	5	3	4	5	5	5	5	5	4	41
19	5	5	4	5	4	5	5	5	5	43
20	5	4	4	4	4	4	4	5	4	38
21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
22	5	5	5	5	4	3	4	3	5	39
23	5	5	5	5	4	4	5	5	5	43
24	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
25	5	4	4	5	4	5	4	4	5	40
26	5	5	4	5	4	4	5	4	5	41

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya tulisan ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang menjiplak dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

27	5	4	4	3	5	5	4	4	39
28	5	5	5	4	5	5	4	5	43
29	5	3	5	4	4	5	4	5	40
30	5	5	5	5	5	5	5	5	45
0.614824	0.581779	0.653399	0.711115	0.483472	0.625756	0.669612	0.660307	0.590595	

TABULASI Variabel X2

	SB1	SB2	SB3	SB4	SB5	SB6	Total
1	4	3	4	4	2	4	21
2	5	5	4	4	3	3	24
3	5	5	5	5	5	5	30
4	4	4	4	4	3	4	23
5	4	3	5	4	4	4	24
6	4	5	3	3	2	3	20
7	5	4	4	4	4	4	25
8	5	4	4	4	3	4	24
9	5	5	5	5	3	3	26
10	4	5	5	4	3	3	24
11	4	5	4	4	3	3	23
12	4	5	4	4	3	3	23
13	4	4	3	3	2	3	19
14	5	5	4	5	1	3	23
15	5	5	4	5	3	3	25
16	4	4	3	4	3	4	22
17	5	5	5	4	3	4	26
18	5	5	5	5	4	3	27
19	5	5	4	4	2	4	24
20	5	5	4	4	4	3	25
21	5	4	4	3	2	3	21
22	3	5	4	5	4	4	25
23	5	3	4	4	3	4	23
24	5	5	5	5	3	5	28
25	4	4	4	5	3	3	23
26	5	5	4	4	4	4	26
27	5	4	3	4	3	5	24
28	5	5	5	5	3	4	27
29	5	5	4	4	3	4	25

30	5	5	5	5	4	4	28
	0.485683	0.475312	0.74056	0.731282	0.696596	0.467097	

TABULASI Variabel Y

	KJ1	KJ2	KJ3	KJ4	KJ5	KJ6	KJ7
1	4	4	4	4	4	4	5
2	4	5	4	3	3	3	5
3	3	5	5	5	5	5	5
4	5	5	4	4	4	4	5
5	3	5	5	5	4	5	5
6	4	4	3	3	3	3	5
7	5	5	5	4	4	4	5
8	5	5	4	3	2	3	5
9	5	4	5	5	5	5	5
10	4	5	5	5	4	4	5
11	3	5	4	4	3	3	5
12	3	5	4	4	3	3	5
13	4	4	4	3	3	3	4
14	5	5	5	5	3	3	5
15	5	5	5	5	3	4	5
16	2	3	4	4	3	4	5
17	5	4	5	4	5	5	4
18	4	4	4	4	4	4	3
19	5	5	5	5	2	3	5
20	4	4	5	4	4	3	5
21	5	4	4	4	3	4	5
22	5	5	5	5	3	4	5
23	5	5	5	4	4	3	5
24	5	5	5	5	3	4	5
25	3	4	3	4	3	4	4
26	5	5	5	5	4	4	5
27	4	5	4	4	3	3	3
28	5	5	5	5	5	4	5
29	5	5	4	4	3	3	5
30	5	5	5	5	4	5	5
	0.366033	0.401406	0.779227	0.754647	0.649875	0.676574	0.365215



© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KJ8	KJ9	KJ10	total
5	4	2	40
4	5	3	39
5	5	5	48
5	4	4	44
5	4	4	45
4	3	2	34
4	4	4	44
5	4	2	38
5	5	5	49
5	4	3	44
5	4	4	40
5	4	4	40
4	3	3	35
3	4	1	39
4	4	2	42
5	5	3	38
4	5	4	45
4	4	4	39
5	4	3	42
4	4	4	41
4	3	3	39
5	5	5	47
4	4	4	43
5	5	3	45
4	4	4	37
5	5	4	47
5	3	3	37
5	4	5	48
4	4	5	42
5	5	4	48
0.433199	0.662026	0.623788	







© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

28	4	2	4	5	5	5	5
26	4	4	4	4	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4
27	4	4	4	4	4	4	4
26	4	3	5	4	4	4	4
24	4	2	4	5	4	4	4
23	3	2	4	4	4	4	4
12	4	1	3	5	4	4	4
26	4	4	4	4	4	4	4
20	4	2	3	4	4	4	3
30	5	5	5	5	5	5	5
92	4	3	5	4	5	5	5
23	3	2	4	4	4	4	4
12	4	1	3	5	4	4	4
22	4	1	3	4	4	4	4
21	2	1	5	4	4	4	4
42	5	1	5	4	4	4	4
21	2	1	5	4	4	4	4
23	3	3	4	4	4	4	4
24	4	1	5	4	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4
30	5	5	5	5	5	5	5
24	3	3	5	4	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4
26	5	4	5	4	4	4	4
20	3	1	3	4	4	4	4
27	4	3	5	4	4	4	5



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KETENANGAN JIWA

KJ1	KJ2	KJ3	KJ4	KJ5	KJ6	KJ7	KJ8	KJ9	KJ10	TOTAL
4	5	5	4	2	3	5	5	4	2	39
3	5	5	4	4	4	4	5	4	3	41
4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	34
4	5	4	4	3	4	5	4	4	3	40
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	48
3	5	5	4	4	4	5	4	4	4	42
3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	37
5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	44
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	46
4	5	5	5	4	4	4	4	4	3	42
4	5	5	4	4	5	4	5	4	2	42
5	5	4	4	3	3	5	4	3	3	39
5	5	4	4	3	3	4	5	4	3	40
5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	42
4	4	3	3	2	3	5	4	3	2	33
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	47
5	5	4	4	3	3	5	4	3	3	39
5	5	4	4	4	4	5	5	4	3	43
5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	49
5	5	5	5	5	4	4	4	3	1	41
5	5	5	5	5	4	4	4	3	1	41

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





### JUMLAH DARI HASIL ANGKET X1, X2, DAN Y

X1	X2	Y
40	24	39
43	25	41
36	23	34
37	20	40
45	30	50
41	29	48
38	27	42
45	28	37
44	26	44
40	24	50
42	27	46
43	26	42
40	24	42
41	23	39
36	21	40
43	26	42
39	20	33
45	30	50
45	26	47
41	23	39
36	21	43
45	27	49
42	21	41
42	24	41
36	21	43
37	23	39
45	24	48
36	24	40
45	30	49
42	24	43
38	24	39
41	26	45
44	20	45
42	27	47
45	27	45

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

45	30	49
41	21	44
45	28	50
34	20	38
44	24	39
45	27	43
42	21	41
41	24	50
42	27	41
45	27	49
41	25	46
44	24	47
42	26	44
45	27	50
45	27	43
44	25	44
45	27	50
42	29	43
41	27	45
32	24	41
41	26	43
35	24	40
41	27	45
38	26	49
41	27	46
39	24	40

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 4

HASIL UJI STATISTIK

VALIDITAS DAN RELIABILITAS X1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.796	9

Correlations

		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	TOTAL
S1	Pearson Correlation	1	.277	.212	.470**	.415*	.232	.267	.265	.244	.615**
	Sig. (2-tailed)		.138	.261	.009	.023	.217	.154	.156	.194	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S2	Pearson Correlation	.277	1	.437*	.391*	-.131	.147	.407*	.184	.677**	.582**
	Sig. (2-tailed)	.138		.016	.033	.489	.438	.026	.330	<.001	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S3	Pearson Correlation	.212	.437*	1	.409*	.270	.296	.352	.379*	.225	.653**
	Sig. (2-tailed)	.261	.016		.025	.149	.113	.056	.039	.233	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S4	Pearson Correlation	.470**	.391*	.409*	1	.378*	.274	.426*	.224	.489**	.711**
	Sig. (2-tailed)	.009	.033	.025		.039	.143	.019	.233	.006	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S5	Pearson Correlation	.415*	-.131	.270	.378*	1	.182	.082	.289	.069	.483**
	Sig. (2-tailed)	.023	.489	.149	.039		.335	.666	.121	.716	.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S6	Pearson Correlation	.232	.147	.296	.274	.182	1	.524**	.585**	.233	.626**
	Sig. (2-tailed)	.217	.438	.113	.143	.335		.003	<.001	.215	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S7	Pearson Correlation	.267	.407*	.352	.426*	.082	.524**	1	.432*	.273	.670**
	Sig. (2-tailed)	.154	.026	.056	.019	.666	.003		.017	.144	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S8	Pearson Correlation	.265	.184	.379*	.224	.289	.585**	.432*	1	.285	.660**
	Sig. (2-tailed)	.156	.330	.039	.233	.121	<.001	.017		.127	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
S9	Pearson Correlation	.244	.677**	.225	.489**	.069	.233	.273	.285	1	.591**
	Sig. (2-tailed)	.194	<.001	.233	.006	.716	.215	.144	.127		<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.615**	.582**	.653**	.711**	.483**	.626**	.670**	.660**	.591**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	.007	<.001	<.001	<.001	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

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

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

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS X2

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.644	6

### Correlations

		SB1	SB2	SB3	SB4	SB5	SB6	TOTAL
SB1	Pearson Correlation	1	.216	.284	.176	.059	.185	.486**
	Sig. (2-tailed)		.252	.129	.352	.756	.327	.007
	N	30	30	30	30	30	30	30
SB2	Pearson Correlation	.216	1	.260	.345	.118	-.204	.475**
	Sig. (2-tailed)	.252		.165	.062	.534	.279	.008
	N	30	30	30	30	30	30	30
SB3	Pearson Correlation	.284	.260	1	.581**	.429*	.134	.741**
	Sig. (2-tailed)	.129	.165		<.001	.018	.479	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30
SB4	Pearson Correlation	.176	.345	.581**	1	.368*	.194	.731**
	Sig. (2-tailed)	.352	.062	<.001		.045	.303	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30
SB5	Pearson Correlation	.059	.118	.429*	.368*	1	.357	.697**
	Sig. (2-tailed)	.756	.534	.018	.045		.053	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30
SB6	Pearson Correlation	.185	-.204	.134	.194	.357	1	.467**
	Sig. (2-tailed)	.327	.279	.479	.303	.053		.009
	N	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.486**	.475**	.741**	.731**	.697**	.467**	1
	Sig. (2-tailed)	.007	.008	<.001	<.001	<.001	.009	
	N	30	30	30	30	30	30	30

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

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

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.763	10

### Correlations

		KJ1	KJ2	KJ3	KJ4	KJ5	KJ6	KJ7	KJ8	KJ9	KJ10	TOTAL
KJ1	Pearson Correlation	1	.375*	.425*	.205	.058	.005	.145	-.193	.030	-.030	.366*
	Sig. (2-tailed)		.041	.019	.278	.762	.977	.444	.308	.873	.874	.047
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ2	Pearson Correlation	.375*	1	.408*	.353	-.086	-.133	.266	.203	.080	.111	.401*
	Sig. (2-tailed)	.041		.025	.056	.652	.482	.156	.283	.675	.559	.028
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ3	Pearson Correlation	.425*	.408*	1	.735**	.437*	.397*	.315	.147	.480**	.239	.779**
	Sig. (2-tailed)	.019	.025		.000	.016	.030	.090	.438	.007	.204	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ4	Pearson Correlation	.205	.353	.735**	1	.349	.539**	.252	.326	.436*	.274	.755**
	Sig. (2-tailed)	.278	.056	.000		.059	.002	.180	.079	.016	.142	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ5	Pearson Correlation	.058	-.086	.437*	.349	1	.678**	-.020	.108	.347	.544**	.650**
	Sig. (2-tailed)	.762	.652	.016	.059		.000	.918	.570	.061	.002	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ6	Pearson Correlation	.005	-.133	.397*	.539**	.678**	1	.031	.310	.524**	.397*	.677**
	Sig. (2-tailed)	.977	.482	.030	.002	.000		.873	.096	.003	.030	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ7	Pearson Correlation	.145	.266	.315	.252	-.020	.031	1	.184	.297	-.016	.365*
	Sig. (2-tailed)	.444	.156	.090	.180	.918	.873		.330	.111	.935	.047
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ8	Pearson Correlation	-.193	.203	.147	.326	.108	.310	.184	1	.311	.317	.433*
	Sig. (2-tailed)	.308	.283	.438	.079	.570	.096	.330		.095	.088	.017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ9	Pearson Correlation	.030	.080	.480**	.436*	.347	.524**	.297	.311	1	.375*	.662**
	Sig. (2-tailed)	.873	.675	.007	.016	.061	.003	.111	.095		.041	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
KJ10	Pearson Correlation	-.030	.111	.239	.274	.544**	.397*	-.016	.317	.375*	1	.624**
	Sig. (2-tailed)	.874	.559	.204	.142	.002	.030	.935	.088	.041		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.366*	.401*	.779**	.755**	.650**	.677**	.365*	.433*	.662**	.624**	1
	Sig. (2-tailed)	.047	.028	.000	.000	.000	.000	.047	.017	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

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

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

### Analisis deskriptif

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Syukur	61	32.00	45.00	41.3115	3.31934
Sabar	61	20.00	30.00	25.0656	2.70721
Ketenangan Jiwa	61	33.00	50.00	43.6393	4.19934
Valid N (listwise)	61				

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

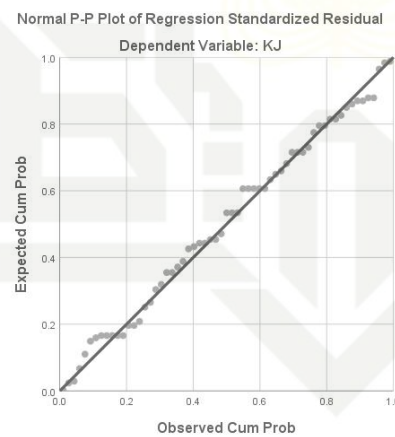
## Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

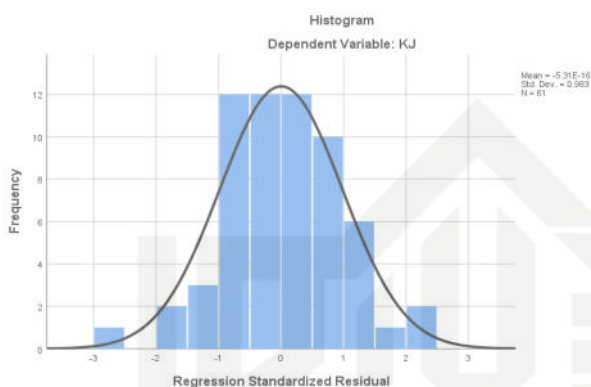
		Unstandardized Residual
N		61
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.28657876
Most Extreme Differences	Absolute	.068
	Positive	.068
	Negative	-.067
Test Statistic		.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

## Uji P-P Plot Normalitas



## Uji Histogram Normalitas



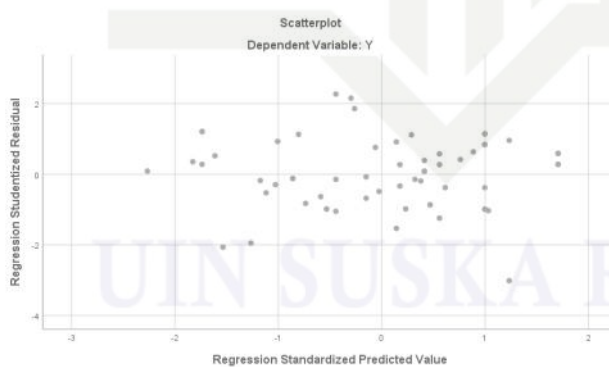
## uji multikolinearitas

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	X1	.674	1.483
	X2	.674	1.483

a. Dependent Variable: Y

## Uji heterokedastisitas



### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Uji lineritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Syukur * Ketenangan Jiwa	Between Groups	(Combined)	327.637	15	21.842	2.948	.003
		Linearity	185.356	1	185.356	25.015	.000
	Deviation from Linearity		142.281	14	10.163	1.372	.207
	Within Groups		333.445	45	7.410		
Total		661.082	60				
Sabar * Ketenangan Jiwa	Between Groups	(Combined)	208.064	15	13.871	2.694	.005
		Linearity	143.342	1	143.342	27.843	.000
	Deviation from Linearity		64.722	14	4.623	.898	.567
	Within Groups		231.674	45	5.148		
Total		439.738	60				

### Uji korelasi

Correlations

		Syukur	Sabar	Ketenangan Jiwa
Syukur	Pearson Correlation	1	.571**	.530**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	61	61	61
Sabar	Pearson Correlation	.571**	1	.571**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	61	61	61
Ketenangan Jiwa	Pearson Correlation	.530**	.571**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	61	61	61

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

### Hasil koefisien Determinasi secara bersamaan

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.622 <sup>a</sup>	.387	.366	3.34276

a. Predictors: (Constant), Sabar, Syukur

### Uji F

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	409.970	2	204.985	18.345	.000 <sup>b</sup>
	Residual	648.096	58	11.174		
Total		1058.066	60			

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

b. Predictors: (Constant), Sabar, Syukur

### Uji T

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	12.359	5.506		2.245	.029
	Syukur	.382	.158	.302	2.413	.019
	Sabar	.618	.194	.399	3.184	.002

a. Dependent Variable: Ketenangan Jiwa

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DOKUMENTASI



© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





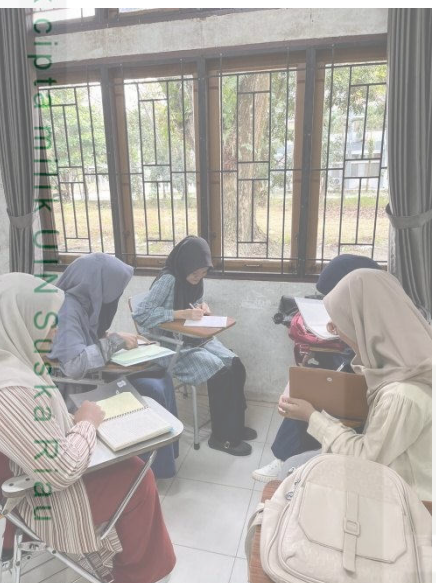
© Hak cipta milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.