

---

# Resiliensi Remaja Yatim Piatu yang Melaksanakan Salat Tahajud

Andi Sulfahmi  
Andi Ahmad Ridha

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar  
Magister Profesi Psikologi, Universitas Airlangga  
Email: [ridho.abdillah92@gmail.com](mailto:ridho.abdillah92@gmail.com)

## ABSTRACT

*Resilience is the capacity or the ability of an individual to be able to survive in difficult and stressful situations, and can rise from its problems. Salat tahajud is a form of practice of worship in private, which is one aspect of religiosity, where religiosity may affect resilience. This study aims to determine the relationship between the quality of prayer tahajud with resilience in adolescents orphaned at Al-fityan Foundation Branch Gowa. Subjects in this study amounted to 34 teenage orphan. The research instrument is the quality scale tahajud prayer with the reliability value  $\alpha = 0.840$  and resilience scale with reliability value  $\alpha = 0.878$ . The results of this study indicate that there is a positive correlation between the quality of prayer tahajud with resilience teen orphan (the correlation test was used Spearman = 0.715,  $p = 0.000$ ). The higher the quality, the higher the prayers tahajud resiliency teenage orphans at Al-Fityan Foundation Branch Gowa. Salat tahajud are carried out routinely and can improve the quality of resilience in adolescents orphaned at Al-Fityan Foundation Branch Gowa.*

**Keywords:** *resilience, quality of tahajud prayer, teen orphans*

## INTISARI

Resiliensi adalah sebuah kapasitas atau kemampuan individu untuk dapat bertahan dalam situasi sulit dan penuh tekanan, dan dapat bangkit dari masalah yang dihadapinya. Salat tahajud adalah bentuk praktik beribadah secara pribadi, yang merupakan salah satu aspek dari religiositas, dimana religiositas dapat memengaruhi resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas salat tahajud dengan resiliensi pada remaja yatim piatu di Yayasan Al-fityan Cabang Gowa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 34 remaja yatim piatu. Instrumen penelitian berupa skala kualitas salat tahajud dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0,840$  dan skala resiliensi dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0,878$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kualitas salat tahajud dengan resiliensi remaja yatim piatu (nilai korelasi dengan menggunakan uji spearman = 0,715,  $p = 0,000$ ). Semakin tinggi kualitas salat tahajud maka semakin tinggi resiliensi remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa. Salat tahajud yang dilaksanakan secara rutin dan berkualitas dapat meningkatkan resiliensi pada remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa.

**Kata kunci:** resiliensi, kualitas salat tahajud, remaja yatim piatu

Individu dalam menjalani hidup tentu mengharapkan kehidupan berjalan dengan baik, namun terkadang realitas hidup tidak selamanya berjalan sesuai dengan keinginan. Kesenjangan antara harapan dan kenyataan tersebut seringkali dianggap sebagai masalah. Di dalam kehidupan banyak hal atau kondisi yang terjadi diluar kontrol atau kemampuan individu sebagai manusia biasa. Hidup adalah perpindahan dari satu masalah ke masalah yang lain. Oleh karena itu masalah adalah hal yang wajar terjadi di dalam kehidupan. Setiap individu pasti pernah

menghadapi masalah, namun sikap individu dalam menghadapi masalah berbeda-beda, ada yang dapat melaluinya dengan baik sehingga masalah justru menjadi ujian untuk menambah kapasitas dan kemampuannya, namun terkadang masalah justru menjadikan individu terpuruk dan tidak efektif dalam menjalani kehidupannya.

Salah satu fase dalam rentang kehidupan manusia yang dianggap penuh dengan dinamika adalah pada fase remaja (Suseno, 2013). Sebagaimana dikemukakan oleh Hall (Santrock, 2007) bahwa remaja

merupakan fase *storm* dan *stres* atau masa yang bergejolak dan penuh tekanan, karena pada fase tersebut individu dihadapkan dengan berbagai permasalahan, konflik, dan perubahan suasana hati (*mood*). Santrock (2007) menjelaskan bahwa remaja (*adolescence*) adalah periode atau transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Perubahan-perubahan tersebut berdampak pada keadaan emosional yang mudah tersinggung, bergejolak, dan mudah goyah. Tugas pokok remaja adalah mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Santrock (2007) mengemukakan bahwa fase remaja berada diantara usia 10 atau 13 tahun dan berakhir di usia 18 hingga 22 tahun.

Pada masa remaja, pendampingan oleh orangtua sangat dibutuhkan untuk membantu remaja dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Kehilangan orangtua atau kondisi yatim piatu di usia remaja akan menjadi masalah tersendiri bagi remaja. Napitupulu (2009) mengemukakan bahwa remaja yang tidak memiliki orangtua (yatim piatu) akan mengalami tekanan-tekanan yang semakin banyak, karena tidak adanya orangtua sebagai sumber kasih sayang, perlindungan, dan dukungan. Ketiadaan orangtua merupakan kondisi yang sangat kompleks bagi remaja. Suseno (2013) mengungkapkan bahwa remaja yang berstatus yatim piatu dapat menghambat perkembangan pribadinya dengan menampilkan sikap menutup diri, bertindak agresif, atau sebaliknya menampakkan kebimbangan dan keragu-raguan. Emosi remaja yatim piatu selalu bergejolak di satu pihak karena kondisi dirinya yang berbeda dengan teman, orang lain dan pihak lain karena pengaruh dari luar yang diterimanya. Permasalahan yang akan dihadapi oleh remaja yatim antara lain adalah perasaan berbeda dengan orang lain, ada sesuatu yang kurang dengan dirinya, dan adanya perlakuan yang berbeda dari lingkungan. Kondisi ini dapat memicu terjadinya tekanan emosi pada anak yatim piatu.

Kondisi yatim piatu yang dihadapi remaja dapat menjadi masalah yang

menekan atau menjadikan individu terpuruk. Oleh karena itu, Brooks dan Goldstein (Tatyagita & Handayani, 2014) mengemukakan bahwa individu membutuhkan suatu kemampuan psikologis untuk bertahan dari masalah dan bangkit kembali, sehingga dapat menjalani hidup secara efektif yang disebut dengan resiliensi. Amelia, Asni, dan Chairilisyah (2014) mengemukakan bahwa setiap individu berbeda dalam menanggapi permasalahan. Adakalanya individu merasa bersemangat dan adakalanya individu merasa rendah diri. Hal tersebut dipengaruhi oleh kekuatan untuk bangkit dari penderitaan yang disebut dengan resiliensi.

Mulia, Elita, dan Woferst (2014) menambahkan bahwa perkembangan resiliensi penting untuk dicapai, karena pada fase remaja terjadi banyak perubahan fisik, psikis dan sosial. Perubahan-perubahan ini menuntut remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungannya. Desmita (2014) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dibutuhkan oleh individu dalam menghadapi kondisi-kondisi kehidupan yang penuh dengan perubahan-perubahan yang sangat cepat, seperti menghadapi kondisi stres, trauma, dan risiko dalam kehidupan. Reivich dan Shatte (Jackson & Watkin, 2004) mengemukakan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. Resnick (Aisha, 2014) mengemukakan bahwa individu yang resilien mampu pulih kembali (*bounce back*) setelah mengalami kondisi yang sulit, individu akan mengalami peningkatan kualitas dan kemampuan diri. Individu yang resilien akan mampu beradaptasi secara positif dari tekanan yang dialaminya. Oleh karena itu resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar untuk membangun karakter positif, kekuatan emosional, dan psikologikal individu.

Reivich dan Shatte (Jackson & Watkin, 2004) mengemukakan bahwa resiliensi

terdiri atas tujuh aspek, yaitu (a) regulasi emosi, yakni mampu mengelola emosi agar tetap tenang di bawah kondisi yang menekan; (b) kontrol impuls yaitu mampu mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri; (c) optimisme, mampu melihat masa depan secara positif dan cemerlang; (d) efikasi diri yakni kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya; (e) kemampuan analisis sebab akibat yaitu mampu mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang dihadapi; (f) empati, yakni mampu membaca tanda-tanda kondisi emosi dan psikologis orang lain; dan (g) *reaching out* (pemakaian hidup), mampu mengambil makna positif dari pengalaman setelah berhasil bangkit dari keterpurukan dan kemalangan yang menimpanya. Keseluruhan aspek tersebut membentuk dasar yang kuat dalam pembentukan resiliensi individu.

Razak (2012) menambahkan bahwa untuk membangun resiliensi, maka individu harus meningkatkan aspek religiositas yang dimilikinya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Razak (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiositas dengan resiliensi remaja narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas satu Makassar. Senada dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Suryaman, Stanislaus, dan Mabruri (2014) menunjukkan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara religiositas terhadap resiliensi pada pasien rehabilitasi narkoba Yayasan Rumah Damai, Semarang.

Suryaman, Stanislaus, dan Mabruri (2014) mengemukakan bahwa religiositas merupakan suatu aspek yang berada dalam lubuk hati yang mendorong individu untuk bersikap dan bertindak laku sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya. Salah satu aspek dari religiositas adalah praktik beragama secara pribadi. Haryati (2013) menambahkan bahwa religiositas merupakan penghayatan keagamaan atau kedalaman kepercayaan yang diekspresikan dengan melakukan ibadah sehari-hari, berdoa dan membaca kitab suci. Religiositas diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupan berupa aktivitas yang tampak dan dapat

dilihat oleh mata, serta aktivitas yang tidak tampak yang terjadi dalam hati seseorang.

Salat tahajud merupakan suatu praktik keagamaan atau ibadah yang memiliki kedudukan cukup penting. Sebagaimana Abu Hurairah r.a meriwayatkan bahwa Rasulullah SAW. Bersabda:

*“Salat yang paling utama setelah salat wajib adalah salat pada waktu tengah malam....”*. HR Muslim (Shalih, 2013).

Salat tahajud juga memiliki banyak keutamaan, selain keutamaan dari sisi ibadah dan kesehatan fisik, salat tahajud juga memiliki manfaat secara psikologis bagi pelakunya. Sebagaimana yang disebutkan di dalam Al-Quran yang artinya:

*“Sesungguhnya, bangun malam itu lebih kuat (mengisi jiwa) dan (bacaan pada waktu itu) lebih berkesan”*. (QS. Al-Muzammil: 6).

Atsary (2014) mengemukakan bahwa salat tahajud adalah salat sunah yang paling utama dikerjakan setelah salat wajib dan sebagai ibadah tambahan dalam menyempurnakan ibadah wajib. Sebagaimana perintah Allah SWT di dalam Al-Quran yang artinya:

*“Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang terpuji”* (QS. Al-Isra': 79).

Farbi (2015) menambahkan bahwa salat tahajud adalah salat sunah yang dikerjakan setelah bangun tidur di malam hari, dan salat tahajud tergolong sulit dilaksanakan bagi individu yang tidak terbiasa bangun tengah malam. Atsary (2014) mengemukakan bahwa salat tahajud merupakan salat sunah yang memiliki manfaat yang luar biasa. Individu diharapkan melatih diri agar dapat bangun tengah malam dan melaksanakan salat tahajud dengan khusyuk. Kemudian, hasil penelitian Puspitasari (2014) menunjukkan bahwa individu dengan pengamalan salat

tahajud yang tinggi memiliki kepercayaan yang tinggi dalam upaya dan usaha yang semaksimal mungkin, untuk menghadapi persoalan-persoalan dalam kehidupan. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka tampak bahwa terdapat banyak keutamaan pada salat tahajud.

Abta, Sabila, Syahputra, dan Iktafa (2013) mengemukakan bahwa salat tahajud adalah salat yang dilakukan secara sendirian, sedikitnya dua rakaat dan sebanyak-banyaknya tidak terbatas. Waktunya sesudah salat isya sampai terbit fajar. Salat di waktu malam hanya dinamakan tahajud dengan syarat dilakukan sesudah bangun tidur di malam hari, sekalipun tidur itu sebentar. Salat tahajud lebih utama dilakukan pada saat sepertiga malam. Purnamasari (2014) menambahkan bahwa efektivitas salat tahajud dapat diukur dengan memperhatikan beberapa aspek terkait intensitas salat tahajud, yang meliputi frekuensi pelaksanaan, jumlah rakaat, dan dampak salat tahajud pada diri individu. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kualitas salat tahajud adalah tingkat salat sunah tahajud yang berkualitas baik secara *zahir* (fisik), maupun secara batin, yang dilaksanakan sesuai dengan aturan, syarat, dan keutamaan berdasarkan Al-Qur'an dan Hadis.

Kualitas salat tahajud dapat terlihat dari aspek-aspek kualitas salat yang dikemukakan oleh Ghazali (2010) bahwa kualitas salat memiliki dua aspek, yaitu makna *zahir* dan makna batin. Adapun makna *zahir* terdiri atas: (a) persiapan fisik sebelum salat, seperti menyempurnakan wudhu dan bersuci dari kotoran dan najis pada tubuh, pakaian, dan tempat salat, serta menutup aurat; (b) intensitas (frekuensi) salat dan konsistensi salat pada setiap kondisi; dan (c) melaksanakan sunah-sunah salat. Saat salat, sunah berupa perbuatan dan bacaan. Setelah salat, sunah berupa bacaan zikir dan doa setelah salat yang sesuai dengan sunah Rasulullah SAW. Sementara itu, makna batin terdiri atas: (a) *hudhurul-qalb* (kehadiran hati), kosongnya hati dari segala sesuatu yang tidak ada hubungannya dengan ucapan atau perbuatan yang sedang dilakukan; (b) *tafahhum* (pemahaman bacaan salat), upaya

pemahaman secara mendalam mengenai makna yang terkandung dalam suatu ucapan; (c) *ta'zhim* (penghormatan), sebuah pengagungan dan penghormatan; (d) *haibah* (rasa takut), rasa takut yang disertai dengan pengagungan bersumber; (e) *raja'* (pengharapan), pengharapan hamba atas salat yang dilakukan, sebagaimana hamba tersebut takut akan hukuman yang disebabkan kelalaian terhadap-Nya; dan (f) *haya'* (rasa malu), rasa malu yang bersumber dari perasaan hati akan kelalaian serta menyadari diri telah melakukan dosa.

Penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2014) menunjukkan hasil bahwa siswa pesantren yang melaksanakan salat tahajud secara rutin memiliki tingkat stres menghadapi ujian yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa SMA yang tidak melaksanakan salat tahajud. Selain itu, penelitian Sholeh (2012) menunjukkan bahwa individu yang rutin salat tahajud dapat meningkatkan motivasi positif, yaitu menghadirkan sikap optimis dalam menjalani kehidupan atau menghadapi masalah, karena yakin bahwa Allah SWT senantiasa akan mendampinginya.

Hasil pengambilan data awal pada hari Senin, 15 Februari 2016 yang diperoleh melalui angket terhadap 30 orang remaja yatim piatu pada Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa yang terdaftar untuk mengikuti program salat tahajud menunjukkan bahwa, sebesar 66% remaja dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan baik meskipun berada dalam kondisi yang tidak menyenangkan, seperti dalam kondisi tidak memiliki orangtua dan keadaan yang serba kekurangan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa dalam menjalani kehidupan sehari-hari dengan kondisi sebagai remaja yatim piatu, 66% remaja menyatakan akan memotivasi diri sendiri, menghadapi masalah dan optimis, yakin akan kemampuan diri sendiri, dan mencari solusi atas permasalahan yang dihadapinya. Selain itu, hasil wawancara dengan pihak Yayasan, diketahui bahwa remaja yatim piatu diberikan wadah untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya dengan diberikan fasilitas seperti disekolahkan di Yayasan, ditempatkan di asrama Yayasan dan diikuti dalam program-program yang

telah dirancang oleh pihak Yayasan. Salah satunya adalah program salat tahajud dengan tujuan agar remaja tersebut memiliki keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat, dan agar perilaku remaja tersebut senantiasa berlandaskan pada nilai-nilai Islam, sehingga diharapkan akan terbentuk karakter dengan aqidah yang bersih, ibadah yang benar, berakhlaq mulia, dan memiliki fisik yang sehat dan kuat.

Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan kaitan antara kualitas salat dengan variabel psikologis lainnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Anbiya (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas salat dhuha dengan etos kerja Islami, semakin tinggi kualitas salat dhuha maka semakin tinggi pula etos kerja islami pada karyawan Kalla Group di Makassar. Anbiya (2014) menjelaskan bahwa kualitas salat dhuha adalah tingkat salat sunnah duha yang berkualitas baik secara zahir (fisik) maupun secara batin yang dilaksanakan sesuai dengan syarat dan aturan di dalam Al-Qur'an dan Hadis.

Selain itu, hasil penelitian Jafar (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas salat dengan kemampuan individu dalam merasakan pengalaman secara positif (*savoring*). Semakin tinggi kualitas salat maka semakin tinggi pula kemampuan *savoring* pada siswa Sekolah Menengah Atas dan Madrasah Aliyah di Kota Makassar. Penelitian yang dilakukan oleh Syarifaini (2007) menunjukkan korelasi positif yang sangat signifikan antara intensitas salat tahajud dan kestabilan emosi pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara intensitas salat tahajud dengan kestabilan emosi pada remaja. Syarifaini (2007) menjelaskan bahwa kestabilan emosi adalah keadaan dimana individu dapat menampilkan reaksi yang tidak berlebihan atas rangsangan yang diterima, terutama dalam menghadapi masalah-masalah. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2014) menunjukkan bahwa intensitas salat tahajud mempunyai hubungan dan pengaruh yang positif terhadap perilaku sosial santri di Pondok Pesantren Al-Hikmah Tugurejo Semarang.

Sholeh (2012) menambahkan bahwa selain merutinkan salat tahajud, maka untuk mencapai manfaat dari salat tahajud dapat dilakukan dengan meningkatkan kekhusyukan dalam salat, sehingga individu akan jauh dari keluh kesah atau gelisah. Individu akan selalu berada dalam kesenangan, ketenteraman, dan kegembiraan. Jika memperoleh nikmat dan karunia dari Allah SWT, individu akan bersyukur dan jika mendapat cobaan, akan sabar dan menghadapinya.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa salat tahajud dapat membawa perubahan positif dalam hidup individu dan meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi masalah. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai kualitas salat tahajud dengan resiliensi. Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara kualitas salat tahajud dan resiliensi remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa. Semakin tinggi kualitas salat tahajud, maka semakin tinggi resiliensi remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa.

### Metode Penelitian

#### Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 34 orang remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa. Peneliti memilih lokasi penelitian dengan pertimbangan bahwa lokasi tersebut mengindikasikan adanya fenomena yang menjadi masalah dalam penelitian ini dengan karakteristik: (a) remaja yatim piatu yang berusia 11-18 tahun; (b) tinggal di asrama Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa; dan (b) terdaftar sebagai peserta yang mengikuti program salat tahajud.

#### Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala resiliensi untuk mengukur resiliensi dan skala kualitas salat tahajud untuk mengukur kualitas salat tahajud. Skala resiliensi disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Reivich dan Shatte (Jackson & Watkin, 2004), yaitu regulasi emosi, kontrol

impuls, optimism, efikasi diri, kemampuan memahami hubungan sebab akibat, empati, dan pemaknaan hidup (*reaching out*). Skala resiliensi sudah melalui proses validasi oleh ahli dan menunjukkan reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,840

Skala kualitas salat tahajud disusun berdasarkan dua aspek yaitu (a) makna secara zahir meliputi persiapan fisik sebelum salat, intensitas dan konsistensi salat, serta melaksanakan sunnah-sunnah salat; (b) dan makna batiniah meliputi *Hudhurul-qalb* (kehadiran hati), *Tafahhum* (pemahaman bacaan salat), *Ta'zhim* (penghormatan), *Haibah* (rasa takut), *Raja'* (pengharapan), dan *Haya'* (rasa malu). Skala kualitas salat tahajud sudah melalui proses validasi oleh ahli dan menunjukkan reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,878

**Teknik Analisis Data**

Penelitian ini tidak melalui proses *random* karena seluruh jumlah populasi sebesar 34 orang, dijadikan sebagai sampel sehingga dalam penelitian ini digunakan teknik analisis korelasi *spearman*. Teknik korelasi *spearman* merupakan teknik korelasi yang bertujuan untuk menguji hubungan antara dua variabel dalam suatu penelitian. Korelasi *spearman* lebih tepat digunakan jika sampel tergolong kecil dan tidak melalui proses *random*. Kaidah yang digunakan adalah jika nilai signifikansi < 0,05 maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

**Hasil Penelitian**

Tabel 1 Deskripsi data penelitian

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Resiliensi	34	72,62	7,118	53	87
Kualitas Salat Tahajud	34	90,71	9,581	72	106

Skala resiliensi berjumlah 22 aitem, data hasil penelitian menunjukkan bahwa skor terendah adalah 53 dan yang tertinggi adalah 87, dengan jumlah nilai rerata empirik adalah 72,62. Skala kualitas salat

**Gambaran Deskriptif**

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yatim piatu yang bersekolah di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa dan tinggal di asrama serta mengikuti program salat tahajud yang dilaksanakan oleh pihak yayasan. Keseluruhan subjek dalam penelitian ini berjumlah 34 orang remaja. Subjek dari kelas VII berjumlah sembilan orang, kelas VIII berjumlah dua orang, kelas IX berjumlah tiga orang. Subjek dari kelas X berjumlah delapan orang, kelas XI berjumlah empat orang, dan kelas XII berjumlah delapan orang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa, diketahui bahwa remaja yatim piatu mengalami kondisi yatim piatu yang bervariasi. Kondisi yatim piatu dialami antara dua tahun yang lalu hingga 17 tahun yang lalu. Satu orang mengalami kondisi sebagai yatim piatu sejak tahun 1999, tiga orang sejak tahun 2001, satu orang sejak tahun 2002, satu orang sejak tahun 2004, satu orang sejak tahun 2005, tujuh orang sejak tahun 2006, tujuh orang sejak tahun 2008, dua orang sejak tahun 2009, dua orang sejak tahun 2010, satu orang sejak tahun 2011, dua orang sejak tahun 2012, satu orang sejak tahun 2013, dan empat orang sejak tahun 2014.

Adapun deskripsi data penelitian untuk variabel resiliensi dan kualitas salat tahajud dapat dilihat pada Tabel 1, Tabel 2, dan Tabel 3.

tahajud berjumlah 28 aitem, data hasil penelitian menunjukkan bahwa skor terendah adalah 72 dan yang tertinggi adalah 106, dengan jumlah nilai rerata empirik adalah 90,71.

Tabel 2 Kategorisasi resiliensi

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$66 \leq X$	26	76,47 %	Tinggi
$44 \leq X < 66$	8	23,52 %	Sedang
$X < 44$	0	0 %	Rendah

Jumlah	34	100 %
--------	----	-------

Data pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat 26 remaja (76,47%) yang memiliki resiliensi tinggi, terdapat 8 remaja

(23,52%) yang memiliki resiliensi sedang, dan tidak terdapat remaja yang memiliki resiliensi rendah.

Tabel 3 *Kategorisasi kualitas salat tahajud*

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$84 \leq X$	23	67,64 %	Tinggi
$56 \leq X < 84$	11	32,35 %	Sedang
$X < 56$	0	0 %	Rendah
Jumlah	34	100 %	

Data pada tabel 3, menunjukkan bahwa terdapat 23 remaja (67,64%) yang memiliki kualitas salat tahajud tinggi, terdapat 11 remaja (32,35%) yang memiliki

kualitas salat tahajud sedang, dan tidak terdapat remaja yang memiliki kualitas salat tahajud rendah.

### Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan korelasi *spearman* dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics 21*. Hasil analisis data menunjukkan nilai korelasi = 0,715,  $p = 0,000$ , ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kualitas salat tahajud dan resiliensi pada remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan. Semakin tinggi kualitas salat tahajud semakin tinggi pula resiliensi pada remaja yatim piatu. Koefisien korelasi menunjukkan tingkat kekuatan korelasi variabel kualitas salat tahajud dan resiliensi yaitu sebesar 0,715. Koefisien korelasi tersebut menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel kualitas salat tahajud dan resiliensi.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat diketahui hubungan antar variabel kualitas salat tahajud dengan resiliensi, ditunjukkan dengan nilai  $r = 0,715$ . Hal tersebut menunjukkan hubungan antara kedua variabel tersebut tergolong kuat. Hal ini didukung oleh *mean* resiliensi yang menunjukkan nilai sebesar 72,62 yang tergolong dalam kategori tinggi, dan *mean* kualitas salat tahajud menunjukkan nilai sebesar 90,71 yang tergolong dalam kategori tinggi. Sementara itu, hasil kategorisasi resiliensi menunjukkan persentase sebesar 76,47% remaja memiliki resiliensi yang tinggi dan 23,52% remaja memiliki resiliensi yang sedang, sedangkan hasil kategorisasi kualitas salat tahajud menunjukkan persentase sebesar 67,64% remaja memiliki kualitas salat tahajud yang tinggi, dan 32,35% remaja memiliki kualitas salat tahajud yang sedang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa remaja yatim piatu memiliki kualitas salat tahajud dan resiliensi yang cenderung tinggi. Semakin tinggi kualitas salat tahajud maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki.

### Pembahasan

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kualitas salat tahajud dengan resiliensi remaja yatim piatu. Hal tersebut bisa dilihat dari hasil analisis data ( $p = 0,000$ ,  $p < 0,05$ ) yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kualitas salat tahajud dengan resiliensi remaja yatim piatu. Remaja yang memiliki tingkat kualitas salat tahajud yang tinggi cenderung memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Begitu pula sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat kualitas salat tahajud yang rendah maka cenderung memiliki tingkat resiliensi yang rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Riza dan Herdiana (2012) yang menunjukkan bahwa spiritualitas atau religiositas yang tinggi menyebabkan individu memiliki resiliensi tinggi. Individu memiliki sikap optimis dan kepercayaan akan adanya jalan keluar atas setiap permasalahan sehingga berdampak

pada pribadinya yang menjadi lebih resilien. Reza (2013) menjelaskan bahwa religiositas dapat memengaruhi setiap aspek dalam kehidupan individu, baik psikis maupun fisik. Individu dengan religiositas tinggi akan melaksanakan ibadah secara rutin dan ikhlas, tidak hanya ibadah wajib tetapi juga ibadah sunnah, salah satunya dengan melaksanakan salat tahajud secara rutin.

Penelitian yang dilakukan oleh Sholeh (2012) dengan pendekatan psikoneuroimologi salat tahajud menjelaskan bahwa individu yang melaksanakan salat tahajud dengan penuh kesungguhan, khusyuk, tepat, ikhlas, dan kontinu, atau salat tahajud yang berkualitas, dapat menumbuhkan persepsi dan motivasi positif, mengefektifkan *coping*, dan respon emosi positif (*positive thinking*). Sholeh (2000) menjelaskan bahwa shalat tahajud dapat menjadikan individu hidup lebih realistis, selalu optimis dalam kesiapan menghadapi berbagai problem hidup yang dihadapi sehingga individu tetap bersikap konstruktif. Sementara itu, Reivich dan Shatte (Jackson & Watkin, 2004) menjelaskan bahwa salah satu aspek dari resiliensi adalah optimisme, sehingga individu yang memiliki optimisme yang tinggi akan lebih resilien, yaitu mampu bertahan dalam menghadapi situasi sulit, dan penuh tekanan, serta dapat bangkit dari masalah yang dihadapinya.

Sholeh (2012) menjelaskan bahwa motivasi positif dan optimisme yang timbul akibat pelaksanaan salat tahajud disebabkan karena individu merasa dekat dan berharap kepada Allah SWT. Hal tersebut sesuai dengan sabda Rasulullah SAW (Ghazali & Salim, 2013):

*“Sedekat-dekatnya Rabb dengan hamba adalah waktu pertengahan malam yang akhir. Jika kamu sanggup berzikir pada waktu itu, lakukanlah”*(HR. Tirmidzi, Abu Dawud, & Nasa’i).

Ghazali & Salim (2013) menjelaskan bahwa salat tahajud berarti bangun dari tidur pada malam hari. Syarat dan waktu pelaksanaan tersebut menjadikan salat tahajud memiliki keutamaan tersendiri dibandingkan dengan

perintah salat pada umumnya. Kondisi pikiran setelah tidur lebih segar. Tidur adalah istirahat yang sangat baik. Dengan tidur terlebih dahulu, berarti telah terjadi proses pemulihan sel tubuh, penambahan kekuatan, dan otak pun dapat kembali berfungsi dengan sangat baik suasana tengah atau sepertiga malam yang hening dan tenang dapat menunjang konsentrasi seseorang. Sebagaimana firman Allah SWT yang artinya:

*“Sesungguhnya bangun di waktu malam adalah lebih tepat (untuk khusyu’) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan. Sesungguhnya kamu pada siang hari mempunyai urusan yang panjang (banyak)”*. (Qs. Al-Muzzammil: 6-7).

Ghazali & Salim (2013) menjelaskan bahwa tahajud adalah satu-satunya salat sunnah yang dicantumkan di dalam Al-Quran. Terdapat beberapa ayat di dalam Al-Quran yang bermakna perintah untuk melaksanakan salat tahajud, diantaranya yang artinya:

*“Hai orang-orang berselimut (Muhammad), bangunlah (untuk salat) di malam hari.”*(Qs. Al-Muzzammil : 1-2).

Ghazali dan Salim (2013) menjelaskan bahwa kata “berselimut” (Al-Muzzammil) dalam ayat ini secara kontekstual dapat diartikan orang yang sedang dirundung masalah, kegelisahan, kecemasan, kekhawatiran, atau ketakutan dalam menghadapi berbagai kemungkinan yang menyimpannya. Sebab, surah ini turun setelah Rasulullah SAW menghadapi masalah berat, penghinaan, caci maki, ancaman, dan percobaan pembunuhan dan kaum Quraisy. Oleh Karena itu, salat tahajud diperlukan untuk menguatkan diri dalam menghadapi masalah kehidupan.

Yatim piatu merupakan salah satu contoh masalah kehidupan yang menjadi pembahasan pada penelitian ini. Di dalam islam, yatim piatu diberikan perhatian khusus. Bahkan individu yang tidak memerhatikan anak yatim, disebut sebagai

pendusta agama. Sebagaimana yang dijelaskan di dalam Al-Quran yang artinya:

*“Tahukah kamu (orang) yang mendustakan agama? Itulah orang yang menghardik anak yatim, dan tidak menganjurkan memberi makan orang miskin” (Qs. Al-Maa’uun: 1-3).*

Yayasan atau panti asuhan merupakan suatu wadah yang bertujuan untuk memberikan bantuan dan perlindungan kepada anak yatim piatu agar dapat menjalani hidup dengan baik. Seperti yang dilakukan oleh Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa terhadap 34 remaja yatim piatu di yayasan tersebut. Pihak yayasan selain memberikan fasilitas asrama, beasiswa, dan biaya hidup, juga membuat program salat tahajud yang rutin dilaksanakan oleh remaja yatim piatu. Hal ini menjadi sarana bagi remaja untuk dapat mengatur waktu dalam melaksanakan dan meningkatkan kualitas pengamalan salat tahajud.

Selain masalah pengasuhan dan finansial, masalah lain yang dihadapi oleh remaja yatim piatu menurut Suseno (2013) adalah masalah psikologis, yaitu perkembangan pribadi menjadi terhambat, seperti menampilkan sikap menutup diri, bertindak agresif, atau sebaliknya menampakkan kebimbangan dan keraguan-keraguan. Namun dengan program salat tahajud yang dilaksanakan oleh pihak yayasan, remaja yatim piatu dapat merasakan berbagai manfaat dari pelaksanaan salat tahajud dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut senada dengan hasil penelitian yang dijelaskan oleh Wafiroh (2007) yang mengemukakan bahwa salat tahajud mempunyai implikasi terhadap terciptanya tingkah laku sosial keseharian individu. Individu menjadi terbiasa hidup mandiri, bergaul bertegur sapa, saling menasihati tentang kesabaran dan kebenaran. Pada akhirnya individu akan terbiasa hidup bermasyarakat serta dapat beradaptasi dengan lingkungan dan situasi yang berbeda. Selain itu, salat tahajud juga dapat meningkatkan kecerdasan akademik (Busthomi, 2015).

Kumaeroh (2009) menjelaskan bahwa dengan melakukan salat tahajud secara rutin maka individu mendapatkan

banyak hikmah dari salat tahajud, diantaranya dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT, mendidik hidup disiplin dan bertanggung jawab, serta dapat menjadikan hati dan pikiran tenang, senang dan tenteram. Salat tahajud juga dapat meningkatkan kharisma seperti pikiran jernih dan wajah yang bercahaya, serta kemudahan dalam menghadapi masalah (Atsary, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Handayu (2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas melaksanakan salat tahajud dengan ketenangan jiwa. Semakin tinggi intensitas dalam melaksanakan salat tahajud maka semakin tinggi ketenangan jiwa yang dimiliki oleh individu. Farbi (2015) mengemukakan bahwa di dalam kehidupan, individu seringkali berhadapan dengan berbagai masalah yang sangat berat untuk diatasi. Oleh karena itu, ketenangan dan kedamaian jiwa sangat diperlukan dalam hidup yang terasa kian berat dihadapi. Allah SWT berfirman yang artinya:

*“yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram” (QS. Ar-rad: 28).*

Hal ini menegaskan bahwa betapapun masalah yang dihadapi individu, maka solusinya adalah dengan mengingat Allah SWT agar hati menjadi tenteram. Hal ini telah dilakukan oleh para remaja yatim piatu di Yayasan Al-fityan cabang Gowa, remaja dengan kondisi yatim piatu rutin mengadakan masalah yang dihadapinya dalam salat tahajud, sehingga remaja yatim piatu dapat menghadapi masalahnya dan menjadi pribadi yang resilien berkat salat tahajud yang dilakukannya. Farbi (2015) menambahkan bahwa individu yang istiqamah dalam menjalankan salat akan memiliki kualitas hidup yang baik. Kualitas yang dicapai itu mencakup cara hidup dan hasil dari aktivitas kehidupannya tersebut. Individu yang rajin salat tahajud akan tertanam dalam dirinya nilai-nilai kepribadian positif seperti berbudi pekerti dan berakhlak mulia.

Selain itu, dari hasil analisis data, dapat terlihat bahwa remaja memiliki kualitas salat tahajud dan resiliensi dengan kategori tinggi, serta tidak terdapat remaja yang memiliki kualitas salat tahajud dan resiliensi dengan kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas salat tahajud yang baik mendukung perubahan positif dalam kehidupan individu, sesuai dengan hasil penelitian ini bahwa semakin tinggi kualitas salat tahajud maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu. Hal ini merupakan dampak positif yang diperoleh remaja yatim piatu yang melaksanakan salat tahajud secara rutin sehingga ia memperoleh manfaat dari salat tahajud yang membawa ia menjadi pribadi yang lebih baik.

### Simpulan dan Saran

#### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kualitas salat tahajud dengan resiliensi remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa. Semakin tinggi kualitas salat tahajud maka semakin tinggi resiliensi remaja yatim piatu di Yayasan Al-Fityan Cabang Gowa.

#### Saran

Remaja yatim piatu, disarankan dapat menambah pemahaman dan upaya dalam mengaplikasikan salat tahajud yang lebih berkualitas untuk meningkatkan resiliensi. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti hal yang sama, diharapkan mampu melakukan penelitian di tempat berbeda, memperluas populasi dan memperbanyak responden, agar ruang lingkup dan generalisasi penelitian menjadi lebih luas serta meningkatkan kualitas penelitian. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif sehingga dapat mengungkap atribut psikologi responden secara lebih mendalam sehingga hasil yang diperoleh lebih komprehensif.

### Daftar Pustaka

Abta, A., Sabila, A., Syahputra, M. A., & Iktafa, U. (2013). *Berjuta berkah tahajud,*

*dhuha, dan sedekah.* Yogyakarta: Semesta Hikmah.

Aisha, D. L. (2014). Hubungan antara religiusitas dengan resiliensi pada remaja di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta. *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah.

Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014). Gambaran ketangguhan diri (resiliensi) pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jurnal FK*, 1(2), 1-9.

Anbiya, A. I. N. (2014). Hubungan antara kualitas salat duha dengan etos kerja islami pada karyawan Kalla Group di Makassar. *Skripsi*, Makassar, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.

Atsary, F. (2014). *Kedahsyatan salat tahajud, subuh, dan dhuha.* Jakarta: Pustaka Makmur.

Azizah, L. (2014). Pengaruh intensitas sholat tahajud terhadap perilaku sosial santri di Pondok Pesantren Al-Hikmah Tugurejo Semarang tahun 2014. *Skripsi*, Semarang, Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Walisongo.

Busthomi, Y. (2015). *Dahsyatnya energi tahajud: Untuk kecerdasan akademis, prestasi, dan keberuntungan.* Yogyakarta: Diva Press.

Desmita. (2014). *Psikologi perkembangan peserta didik* (5th ed). Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Farbi, M. (2015). *Keajaiban tahajud, dhuha, dan istikharah: Cara dahsyat mengatasi semua masalah.* (1st ed). Yogyakarta: Lafal.

Ghazali. (2010). *Rahasia-rahasia salat* (Muhammad Al-Baqir, Terjemah). Bandung: Karisma.

- Ghazali, Y.A., & Salim, I. (2013). *Keutamaan salat malam, panduan lengkap tahajud dan witr*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Handayu, A. F. (2012). Hubungan antara intensitas melaksanakan salat tahajud dengan ketenangan jiwa mahasiswa pengurus Lembaga Dakwah Kampus STAIN Salatiga. *Skripsi*, Salatiga, Jurusan Tarbiyah Program Studi Pendidikan Agama Islam, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri.
- Haryati, T. D. (2013). Kematangan emosi, religiusitas dan perilaku prososial perawat di rumah sakit. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 162-172.
- Jackson, R., & Watkin, C. (2004). The resilience inventory: seven essential skills for overcoming life's obstacles and determining happiness. *Selection & Development Review*, 20(6), 13-17.
- Jafar, E. S. (2013). Kualitas Salat dan kemampuan savoring pada siswa sekolah menengah atas dan madrasah aliyah di kota makassar. *Skripsi*, Makassar, Fakultas Psikologi Universitas Negeri.
- Kumaeroh, S. (2009). Korelasi antara intensitas pelaksanaan salat tahajud dengan perilaku keagamaan santri putri Al-Hikmah Tugurejo Semarang (analisis fungsi bimbingan islam). *Skripsi*, Semarang, Fakultas Dakwah IAIN Walisongo.
- Mulia, L. O., Elita, V., & Woferst, R. (2014). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan. *Jom Psik*, 1(2), 1-9.
- Napitupulu, C, A. (2009). Resiliensi remaja yatim piatu di Panti Asuhan Mardi Siwi Kalasan Yogyakarta. *Skripsi*, Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Purnamasari, A. D. (2014). Perbedaan tingkat stress menghadapi ujian akhir semester antara siswa sekolah menengah atas dengan pesantren ditinjau dari pelaksanaan salat tahajud. *Skripsi*, Makassar, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Puspitasari, M. A. (2014). Hubungan antara pengamalan salat tahajud dengan kepercayaan diri menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII MA Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta tahun pelajaran 2013/2014. *Skripsi*, Yogyakarta, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Razak, I. (2012). Religiusitas dan resiliensi pada remaja narapidana. *Skripsi*, Tidak Diterbitkan, Makassar, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Reza, I. F. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan moralitas pada remaja di Madrasah Aliyah (MA). *Humanitas*, 10(2), 45-58.
- Riza, M., & Herdiana, I. (2012). Resiliensi pada narapidana laki-laki di Lapas Kelas 1 Medaeng. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1(3), 142-147.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi pendidikan* (2nd ed) (Tri Wibowo B. S., Terjemah). Jakarta: Kencana.
- Shalih, A. A. M. I. (2013). *Mudahnya salat malam 111 cara agar mudah salat malam*. (Dewi Ariyanti, Terjemah). Bandung: Mizania.
- Sholeh, M. (2000). Pengaruh salat tahajud terhadap peningkatan perubahan respons ketahanan tubuh imunologik: Suatu pendekatan psiko-neuroimunologi. *Disertasi*, Surabaya, Fakultas Kedokteran Jurusan Psikoneuroimunologi, Universitas Airlangga.

Sholeh, M. (2012). *Terapi salat tahajud menyembuhkan berbagai penyakit*. Jakarta: Noura Books.

Suryaman, M.A., Stanislaus, S., Mabruri, M.I. (2014). Pengaruh religiusitas terhadap resiliensi pada pasien rehabilitas narkoba yayasan rumah damai Semarang. *Intuisi (Jurnal Ilmiah Psikologi)*, 6(2), 135-142.

Suseno, M.N. (2013). Efektivitas pembentukan karakter spiritual untuk meningkatkan optimisme terhadap masa depan anak yatim piatu. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(1), 1-24.

Syarifaini, R. (2007). Hubungan antara intensitas sholat tahajud dengan kestabilan emosi pada remaja. *Skripsi*, Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan.

Tatyagita, R. R. S., & Handayani. M. M. (2014). Resiliensi pada remaja korban bullying. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 3(1), 15-22.

Wafiroh, N. (2007). Pengaruh motivasi pelaksanaan salat tahajud terhadap ketenangan jiwa santri (studi kasus di Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Tugurejo Tugu Semarang. *Skripsi*, Semarang, Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo.