



Pengaruh Tingkat Kecemasan Penyelesaian Skripsi Terhadap Aktivitas Sholat Tahajud Mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen

Novianty Putri Pramita, Mustajab, Atim Rinawati

Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama Kebumen

Email : noviantyputripramita@gmail.com

Abstract

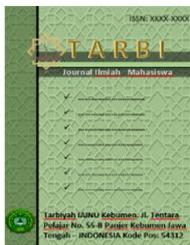
The completion of the thesis on the activities of the tahajjud prayer for the students of the PAI IAINU Kebumen Study Program for the Academic Year 2021-2022. This research uses a quantitative research approach, the design used is Product Moment correlation analysis, the object of this research is the influence of the anxiety level of thesis completion on tahajjud prayer activities in IAINU Kebumen students, data analysis using Product Moment Analysis. With the population in this study as many as 260 students from IAINU Kebumen in the PAI A Study Program Class of 2021-2022. by taking a sample of 72 students, with a systematic random sampling technique (Systematic Random Sampling). Based on the results of the research using the correlation hypothesis test, it shows that there is no influence of anxiety levels on tahajjud prayer activities in PAI students at IAINU Kebumen Academic Year 2021-2022, this result is evidenced by the value of R_{xy} or $R_{count} = -0.0599 < r_{table} 0,0235$, from the correlation between the level of anxiety of completing scripts on tahajjud prayer activities in PAI IAINU Kebumen students, the category is very weak.

Keywords: *Anxiety, Tahajjud Prayer, and Students of IAINU Kebumen*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat kecemasan penyelesaian skripsi terhadap aktivitas sholat tahajud mahasiswa prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022. Penelitian dengan metode pendekatan penelitian kuantitatif, desain digunakan analisis korelasi *Product Moment*, objek penelitian ini yaitu pengaruh tingkat kecemasan penyelesaian skripsi terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa IAINU Kebumen, analisis data menggunakan Analisis *Product Moment*. Populasi ini sebanyak 260 mahasiswa yang IAINU Kebumen pada Prodi PAI A Angkatan 2021-2022. Jumlah sampel sebanyak 72 mahasiswa, dengan teknik sampling random sistematis (*Syistematic Random Salmpling*). Berdasarkan hasil dari penelitian dengan uji hipotesis korelasi menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa Prodi PAI, hasil ini dibuktikan melalui nilai R_{xy} atau $R_{hitung} = -0,0599 < r_{tabel} 0,0235$, dari korelasi antara tingkat kecemasan penyelesaian skripri terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa prodi PAI IAINU Kebumen memiliki kategori yang sangat lemah

Kata kunci: *Kecemasan, Shalat Tahajud, dan Mahasiswa IAINU Kebumen*



PENDAHULUAN

Dalam permasalahan aktivitas yang dialami oleh manusia harus dalam permasalahan hidupnya mahasiswa sering menghadapi masalah ini, yaitu kecemasan baik diluar maupun didalam kehidupannya. Salah satu kunci pemecah masalah melalui berdoa untuk memohon petunjuk dengan melalui shalat tahajud yang memiliki kandungan sebagai meditasi yang cukup besar, menjadikan alat alternatif untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa yang sedang berjuang dalam penyelesaian skripsi. Dan seperti cara mengatasi lainnya dengan cara melakukan healing sejenak, melakukan olahraga dan seperti melakukan makan dan minum yang sehat. Tapi yang dirujuk yaitu melalui shalat tahajud yaitu shalat sunnah yang dikerjakan ketika malam, paling sedikit dua rakaat dan tidak dibatasi. Waktunya yaitu selesainya shalat isya hingga terbit fajar. Shalat tahajud di waktu malam hanya dengan syarat apabila dilakukan setelah bangun dari tidur malamnya, jadi sholat dikerjakan sebelum tidur, maka bukan shalat tahajud, namun shalat sunnah saja seperti witr, Syafi'i berkata *orang yang melaksanakan shalat tahajud disebut mutahajjid*.¹

Manfaat dalam pelaksanaan shalat tahajud disyaratkan pada Nabi Muhammad SAW. Sehabis turun surah *Al-Muzzammil* karena itu, untuk mengetahui hakikat shalat tahajud, tugas pokoknya dengan diperintahkan shalat tahajud ayat pertama dari *Al-Muzzammil* "*Hai orang-orang yang berselimut*" isi kandungannya didalamnya orang yang beruntung dalam masalah, kegelisahan, kecemasan, kekhawatiran atau bahkan kengerian, karena menghadapi banyak sekali kemungkinan yang menimpah dirinya buat bangunlah di separuh malam, kurang lebih jam 24:00. Bahwa apabila hambanya-nya berdoa pada waktunya, doanya akan makbul. Sebagaimana ditimbulkan Rasulullah SAW. dalam sebuah hadis : "*Shalat tahajud bisa menghapus dosa, mendatangkan kenyamanan, serta menghindarkan asal penyakit* (HR. Tirmidzi)." Sabda Rasulullah SAW diatas memberikan sebuah peluang untuk menyelidiki lebih jauh mengenai ibadah mahdah dengan alur logika dan pembuktian sains, dalam pembuktian kenyamanan tahan tubuh *imunologik*, mengurangi resiko terkena penyakit jantung, mempercepat perkembangan sel kanker, dan mempertinggi meditasi.²

Kecemasan Menurut Kamus Istilah Psikolog, (*anxiety*) adalah kondisi kecemasan emosional yang dicirikan dengan ketakutan yang disertai oleh perilaku menakutkan dan

¹) Moh.Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud*, (Jakarta: Hikmah) Hlm.108-109

²) Moh.Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud*, (Jakarta: Hikmah) Hlm 1- 3



gairah psikologis.³ Kecemasan adalah sebuah gambaran perasaan tidak mudah, khawatir, sekaligus takut. Kondisi melibatkan baik emosi maupun sensasi fisik yang mengalami khawatir atau gugup tentang sesuatu memiliki perasaan yang kurang nyaman.⁴ Kecemasan dalam perspektif islam, islam dalam konsep kecemasan perspektif islam. Kata *Tasawuf*, kata *Al-Khauf* dan *Khasyyah* adalah kecemasan pada bentuk ketakutan sehingga dirinya harus mendekatkan diri pada Allah SWT.⁵ Mahasiswa merupakan gambaran yang tidak dapat menyeimbangkan peran dan mengakibatkan kecemasan yang di hadapannya, maka mahasiswa mudah merasa cemas atau takut, sehingga menambah beban pikiran dalam penyusunan karya tulis ilmiah dengan memenuhi standar ilmiah yaitu bersifat objektif, rasional, empiris dan sistematis, Sebagai karya ilmiah harus memenuhi suatu tahap perencanaan.⁶ Kecemasan berhubungan dengan kesehatan mental seseorang. Kesehatan mental merupakan komponen yang penting dalam perkembangan setiap individu yang dapat mendorong seseorang untuk belajar dan menjalani kehidupan secara produktif.⁷

Dari kisah Tri Wulandari yang berputus asa meneruskan studinya untuk jenjang Pendidikan S1 di suatu perguruan tinggi di Jakarta, dengan mengambil jurusan yang tidak sesuai minatnya., hampir setiap kali memiliki rasa takut, cemas, khawatir, gelisah, dan putus asa, karena memikirkan masa depan. Mahasiswa yang memiliki jurusan ilmu komunikasi ini sudah mulai tersenyum dan sudah mulai optimis, tenang dan memiliki semangat yang tinggi untuk sesegera mungkin untuk menyelesaikan skripsinya, dikarenakan mendapatkan pencerahan dari penulis buku, untuk menurunkan shalat tahajud, kekhawatiran sudah mulai berkurang. Minggu pertama, sudah mulai menguasai mata kuliahnya seiringnya berjalan pemikirannya sudah tenang dan tidak lagi rasa takut gelisah, dan putus asa yang sering menghantui, minggu kedua sudah lebih fokus dan mendapatkan nilai yang memuaskan dikarenakan sering melaksanakan shalat tahajut.⁸

³) Tim Panca Aksara, *Kamus Istilah Psikologi*, (Yogyakarta:Penerbit Indomedika), Hlm129

⁴) Joko A.P & Antas, *Mengenal Kecemasan dan Serangan Panik*, (Jagat Jiwa), Hlm. 3

⁵) Ahmad Rusydi, *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*. (Yogyakarta :Istana Publishing) Hlm. 76

⁶) Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Tarbiyah*, (Kebumen:IAINU Kebumen) Hlm.1

⁷) Fatimah & Mahmudah. How E-Learning Affects Students' Mental Health During Covid-19 Pandemic: An Empirical Study. Dwija Cendekia: Jurnal Riset Pedagogik. Vol 4 (1): 114-124.

⁸)Yazid Al-Busthami, *Aktivitas Tahajjud Untuk kecerdasan Akademikmu*, (Yogyakarta: Diva Press) Hlm. 9-11

METODE PENELITIAN

Jenis penelitiannya melalui penelitian kuantitatif. Analisis data yang digunakan Analisis *Korelasi Produk Moment*. Dengan populasi pada penelitian ini merupakan 260 mahasiswa yang IAINU Kebumen pada Prodi PAI A Angkatan 2021-2022. Jumlah sampel penelitian ini mengambil sampel 72 mahasiswa yang akan digunakan dalam penelitian pengaruh shalat tahajud dalam mengatasi kecemasan penyelesaian skripsi mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022. Pengumpulan data ini menggunakan metode wawancara, angket kuesioner, dan dokumentasi. Selanjutnya melalui analisis uji hipotesis dalam *Korelasi Produk Moment*. digunakan untuk menghitung antara dua variabel atau lebih, koefisien *Korelasi Product Moment* dapat digunakan menghitung pengaruh antara dua gejala interval⁹ ada rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

R_{xy} = Koefisien hubungan *pearson*

n = Jumlah sampel/Observasi

x = Variabel bebas/Variable pertama

y = Variabel terikat/Variable kedua

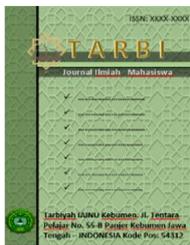
Selanjutnya melalui analisis lanjut dalam peneliti menyajikan pedoman dalam memberikan interpretasi koefisien terhadap angka indeks yang diperoleh penelitian memberikan interpretasi. Pengaruh interpretasi terhadap angka indeks hubungan “ R_{xy} ” itu dilakukan dengan kasar atau dengan cara yang sederhana, pada umumnya pedomanya

Tabel 1 Pedoman untuk interpretasi, terhadap koefisien korelasi

Besarnya nilai r	Interpretasi
Antara 0,800 sampai dengan 1,00	Sangat tinggi
Antara 0,600 sampai dengan 0,800	Kuat atau tinggi
Antara 0,400 sampai dengan 0,600	Cukup atau sedang
Antara 0,200 sampai dengan 0,400	Lemah atau rendah
Antara 0,000 sampai dengan 0,200	Sangat lemah

Selanjutnya melakukan interpretasi menggunakan tabel nilai “r” *Product Moment*.

⁹⁾ Syahrudin dan Salim, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Cita Pustaka Media) Hlm.155



1. Merumuskan Hipotesis (H_a) dan Hipotesis (H_o).

H_o : Tidak terdapat pengaruh tingkat kecemasan penyelesaian skripsi terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa IAINU Kebumen

H_a : Terdapat pengaruh tingkat kecemasan penyelesaian skripsi terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa IAINU Kebumen

2. Menguji kebenaran dari hipotesis yang telah dirumuskan dengan membandingkan besarnya " r " *Product Moment* dengan " t " yang tercantum dalam tabel nilai (t_r), dengan terlebih dahulu mencari derajat bebasnya (df) atau *degree of freedomnya* (df) rumusnya:¹⁰

$$Df = N - nr$$

Keterangan:

Df : *Degrees of Freedom*

N : *Number of Cases*

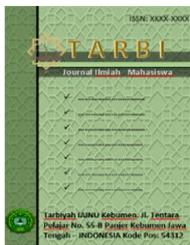
Nr : Banyaknya variabel yang dikorelasikan

Kemudian hasilnya dikorelasikan pada tabel nilai " r " *Product Moment* untuk df taraf signifikan 1% dan taraf signifikan 5%.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis seberapa pengaruhnya antar dua variabel yaitu kecemasan terhadap pelaksanaan tahajud pada mahasiswa dalam penyelesaian skripsi mahasiswa prodi PAI IAINU Kebumen Tahun Akademik 2021-2022. Uji normalitas data penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov*. Uji normalitas terdapat variabel kecemasan didapatkan nilai sebesar 0,960 dengan nilai $p = 0,235$. signifikan yang diperoleh sebesar 0,235 ($p > 0,05$) sehingga meunjukkan bahwa sebaran data kecemasan memiliki distribusi data normal. Uji Normalitas terhadap sholat tahajud didapatkan sebesar (0.980 dengan nilai $p =$

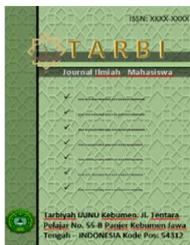
¹⁰⁾ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu) cet. Ke 1 Hlm 157



0,235). Signifikan yang diperoleh sebesar 0,235 ($p > 0,05$) sehingga menunjukkan bahwa sebaran data sholat tahajud memiliki distribusi data normal.

Uji hipotesis dengan korelasi *Product Moment* mendapatkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang rendah antara kecemasan dengan sholat tahajud dengan nilai r_{XY} sebanyak -0.0599 dapat dikatakan variabel X sholat tahajud semakin rendah maka variabel Y kecemasan semakin tinggi, Sedangkan untuk mengetahui sejauh mana antara kedua variabel antara variabel X dan variabel Y sebagai berikut: melalui nilai R_{xy} diperoleh sebanyak -0,0599 dengan tabel interpretasi besarnya 0,000-0,200, berdasarkan pedoman tersebut bahwa korelasi antara variabel terikat dan variabel bebas sangat lemah. selanjutnya dapat dilihat dengan df sebesar 70 diperoleh r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 0,235 ternyata r_{XY} atau r_{hitung} sebesar -0,0599 adalah lebih kecil dari pada r_{tabel} maka H_a ditolak dan H_o diterima, berarti berarti didalam kecemasan tidak terdapat pengaruh dengan sholat tahajud pada mahasiswa Prodi PAI IAINU Kebumen.

Menyadari sebagian besar responden dalam keadaan cemas, peneliti mencoba menggunakan media dalam menurunkan kecemasan dengan sholat tahajud, tetapi hal tersebut dalam mahasiswa tidak menggunakan sholat tahajud sebagai media penurunan tingkat kecemasan, melainkan dengan melakukan aktivitas lainya seperti melakukan healing sejenak, dan hal yang menjadikan rasa tidak cemas. Sebagian menggunakan sholat tahajud sebagai media dalam menurunkan tingkat kecemasan bahwa memiliki suatu pengaruh antara sholat tahajud dengan kecemasan dikarenakan memiliki unsur yang baik untuk terapi mental, hal tersebut diambil dari hasil wawancara dari mahasiswa IAINU Kebumen. Dari hasil wawancara dengan sejumlah mahasiswa didapatkan untuk sebagai informasi pendukung dengan cara mengatasinya melalui suatu kegiatan dimana kita harus mengontrol pemikiran kita untuk lebih tenang dalam menghadapi sebuah permasalahan dan menjadikan ketenangan dalam hati dan pikiran seperti melakukan kegiatan yang bisa untuk mengontrol diri, juga bisa melakukan sholat tahajud atau kegiatan islami seperti melakukan puasa sunnah atau yang lainya, selain dengan melalui keagamaan juga bisa melalui kegiatan seperti minum dan makanan yang sehat sering berolahraga, dibikin santai, jangan mudah terpengaruh tetap selalu semangat dan yakin menghilangkan keluhan kesah sejenak melalui healing sejenak agar lebih melihat alam. Dalam pengaruh gejala kecemasan pada penyelesaian skripsi melalui suatu keadaan seperti terkendalanya skripsian, dari kesibukan dosen pembimbing, di saat melihat



teman sudah mulai sempro atau seminar hasil, bahkan sering melihat postingan di IG, Tiktok, atau sosmed lainnya tentang graduation dan menjadikan hal tersebut tumbuh rasa kecemasan pada penyelesaian mahasiswa skripsi.¹¹

Hasil wawancara lainnya memiliki suatu kendala dan menjadikan kepanikan dan kecemasan secara tiba-tiba dan mengakibatkan sulit berkonsentrasi. Dengan melakukan suatu ketenangan melalui bertahajud dikarenakan tahajudlah memiliki unsur meditasi yang sangat kuat, menjadikan hati tenang dan selalu berfikir positif. Kecemasan dalam terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa menyelesaikannya sudah berusaha semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsinya, cara mengatasinya melalui kegiatan yang positif sholat tahajud dengan rutin, melakukan kegiatan yang mendorong untuk lebih berfikir positif dengan mendengarkan suatu yang bermotivasi.¹²

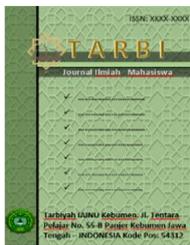
Berdasarkan berbagai keputusan yang ditelusuri terdapat penelitian yang sejalan dengan peneliti tersebut, adapun beberapa peneliti yang dijumpai sebagai berikut: Penelitian Alif Ardiansyah & Endang Sri Indrawati berjudul “Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi pada Santri Asrama MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang”. Untuk mengetahui suatu huungan antara penyesuaian diri terhadap akademik pada santri asrama MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang, hasil uji hipotesis diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} = -0,662$ dengan signifikasi 1% dan 5% menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif maka semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin rendah prokratinasi akademiknya.¹³

Penelitian pendukung lainnya dari Hanny Mentari Putri & Dini Asih Febriyanti berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro”. untuk mengetahui hubungan dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hasil analisis data koefisien korelasi $r_{xy} = -0.175$ dengan hasil ini menunjukkan terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi kerja, semakin

¹¹⁾ Hasil wawancara dengan S.R pada Hari Jum'at, 13 mei 2022

¹²⁾ Hasil wawancara dengan E.A pada hari Senin 16 Mei 2022)

¹³⁾ Alif Ardiansyah & Endang Sri Indrawati. *Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi pada Santri Asrama MTS Pondok Pesantre Pabelan Magelang*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hlm.6-7



tinggi dukungan sosial orang tua, maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja.¹⁴

Diperkuat oleh peneliti dari Rani Rahmah, Alimron & Muhammad Fauzi yang berjudul “Hubungan Motivasi Berprestasi dengan stres pada siswa di SMA Negeri 1 jehawi” dengan menggunakan analisis hasil nilai $r_{xy} = 0,367$ pada taraf $1\% = 0,422$ dan taraf $5\% = 0,467$ maka H_a ditolak dan H_o diterima. Karena taraf 5% r_{xy} atau r_o lebih kecil dari r_t ($0,367 < 0,462$) maka H_a ditolak, selanjutnya pada taraf 1% r_{xy} atau r_o lebih kecil dari r_t ($0,367 < 0,422$) maka H_a ditolak untuk tabel interpretasi memiliki indeks korelasi “r” lemah atau rendah dikatakan tidak da pengaruh yang cukup pada segnifikan¹⁵

KESIMPULAN

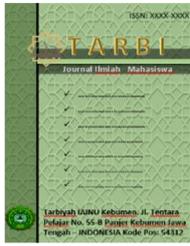
Hasil dari penelitian dengan uji hipotesis korelasi menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh tingkat kecemasan terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa Prodi PAI Mahasiswa IAINU Kebumen Tahun Akdemik 2021-2022, hasil ini dibuktikan r_{XY} sebanyak -0.0599 dapat dikatakan variabel X sholat tahajud semakin rendah maka variabel Y kecemasan semakin tinggi, dengan nilai R_{xy} atau $R_{hitung} = -0,0599 < r_{tabel} 0,0235$, dari korelasi antara tingkat kecemasan penyelesaian skripri terhadap aktivitas sholat tahajud pada mahasiswa prodi PAI IAINU Kebumen memiliki kategori yang sangat lemah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, S.N. (2014). *Hubungan Psychological Well-Being dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Kematian Pada Lasia Di Pantai Werdha Budi Sejahtera*. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat
- Aksara, T. P.(2021). *Kamus Istilah Psikologi*. (Yogyakarta: Penerbit Indomedika)
- Ardiyansyah, A. & Indrawati, E. S. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik padasantri Asrama MTS Pondok Pesantren Pabelang Magelang* Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

¹⁴⁾ Hanny Mentari Putri & Dinni Asih Febriyanti. *Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Empati, Vol.9 No.5 oktober 2020 Halaman 378-385

¹⁵⁾ Rani Rahmah, Alimron & Muhammad fauzi, *Hubungan Motivasi berprestasi di SMA Negeri 1 Jehawi*, *Jurnal intelektual, keislaman, dan sosial* Vol.10 No.2 Hlm. 330-331



- Arikunto.S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta).
- Fatimah & Mahmudah. How E-Learning Affects Students' Mental Health During Covid-19 Pandemic: An Empirical Study. *Dwijia Cendekia: Jurnal Riset Pedagogik*. Vol 4 (1): 114-124.
- Hanny Mentari Putri & Febriyanti, D.A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*” *Jurnal Empati*, Volume 9 No.5.
- Joko A.P & Antas. (2018). *Mengenal Kecemasan dan Serangan Panik*. (Jagat Jiwa)
- Rahmah, R. Alimron & Fauzi, M.(2021). *Hubungan Motivasi Berprestasi dengan stres pada siswa di SMA Negeri 1 jehawi* *Jurnal Intelektual: Keislaman, Sosial, dan Sains* Vol.10 No.2
- Rusydi,A.(2015). *Kecemasan dan Psikoterapi Spiritual Islam*. (Yogyakarta:Istana Publishing)
- Sarwono,J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*”. (Yogyakarta: Graha Ilmu)
- Sholeh, M. (2006). *Terapi Shalat Tahajjud*. (Jakarta: Hikmah)
- Syahrum & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (Bandung: Citapustaka Media)
- Widiani, E. & Indrawan, D. (2014). *Pengaruh sholat tahajud terhadap Depresi pada Santri di Pesantren An-Nur 2 Bululawang Malang* *Jurnal CARE*, Vol.2, No.2,2014
- Widiani,E.& Imdrawan, E. (2004) *Pengaruh Sholat Tahajud Terhadap Depresi pada Santri di Pesantren An- Nur 2 Bululawang Malang*. *Jurnal CARE*, vol.2, No. 2,2014. Prodi Studi Ilmu Keperawatan,Fakultas Ilmu Kesehatan
- Yazid Al-Busthami,(2016. *Aktivitas Tahajjud Untuk kecerdasan Akademikmu*, (Yogyakarta: Diva Press)