BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam pandangan ilmu jiwa modern, remaja adalah fase perkembangan alami.[1] Masa remaja adalah suatu periode kehidupan dimana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Hal ini adalah karena selama periode remaja ini, proses pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan.[2]

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batas umurnya tidak dirinci dengan jelas, tetapi secara kasar berkisar antara umur 12 sampai akhir belasan tahun, ketika pertumbuhan jasmani hampir selesai. Dalam masa ini, remaja itu berkembang kearah kematangan seksual, memantapkan identitas sebagai individu yang terpisah dari keluarga dan menghadapi tugas menentukan cara mencari mata pencaharian.[3] Suatu tahap transisi menuju ke status orang dewasa mempunyai beberapa keuntungan. Tahap transisi memberi remaja itu suatu masa yang lebih panjang untuk mengembangkan berbagai ketrampilan serta untuk mempersiapkan masa depan, tetapi masa itu cenderung menimbulkan masa pertentangan (konflik) kebimbangan antara ketergantungan dan kemandirian. Sulit untuk merasakan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[1] Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak Remaja Muslim*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2004), hlm. 75

[2] Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 194

[3] Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, alih bahasa Nurjannah Taufiq dan Rukmini Barhana, *Pengantar Psikologi* edisi kedelapan, jilid 1 (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1983), hlm. 135

sepenuhnya kemampuan memenuhi kebutuhan sendiri jika masih tinggal dirumah atau menerima bantuan keuangan dari orang tua.

Periode remaja adalah pada waktu usia sekolah. Dimana yang usia itu mempunyai karakteristik tersendiri dari periode perkembangan dan pertumbuhan manusia.[4] Dalam rentang masa itu terjadi proses penyempurnaan pertumbuhan fisik dan perkembangan aspek-aspek psikis yang telah dimulai dari periode sebelumnya. Ciri-ciri pokok dimasa ini erat kaitannya dengan pola sikap, pola perasaan, pola pikir, dan pola prilaku.

Pola sikap, pola perasaan, pola pikir dan pola perilaku pada masa remaja cenderung masih labil dan keadaan bathin yang tidak menentu. Dengan keadaan yang seperti itu, remaja tidak akan bisa menghadapi masalah yang sedang dihadapinya dengan baik. Perlu adanya intropeksi diri dan sikap yang optimis.

Di dalam pola pikir, remaja sering kali berdasarkan hal-hal yang kebetulan saja. Sebenarnya alasan-alasan tidak cukup kuat untuk mengambil kesimpulan. Banyak generalisasi (mengambil kesimpulan umum hanya berdasarkan kepada beberapa kenyataan saja) berdasarkan kepada cara berpikir yang terburu-buru itu.

Selanjutnya dapat dibicarakan cara berpikir yang belum sempurna, seperti terdapat pada anak kecil sebelum dapat berbicara. Tingkat berpikir permulaan itu nampak pada waktu anak kecil itu melakukan perbuatan berturut-turut

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[4] Syamsu Yusuf LN., *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja,* (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2001), hlm. 26

dengan hasil yang baik, sedangkan perbuatan itu tidak berdasarkan kepada latihan, akan tetapi dilakukan dengan sendirinya (spontan).[5]

Orang yang menghayati kehidupan dengan konsep duniawi akan cenderung dipengaruhi oleh egoisme negatif, akan mengalami kesedihan, frustasi, penyesalan diri, menyalahkan orang lain, dan atau bereaksi tidak sehat lainnya.[6] Begitu juga dengan apa yang sering terjadi pada usia remaja dimana egoisme lebih didahulukan dari pada berpikir positif (*Positive Thinking*). Menurut Andi Mappiare, pengaruh dari kuatnya perasaan remaja yang "ego-centris" maka dia sering tanpa mempertimbangkan perasaan orang lain, membantah secara terang-terangan dan atau membisu sambil "mengutuk" dalam hati atas ke tidak setujuan terhadap orang lain.[7]

Berpikir positif berarti mempunyai optimisme.[8] Adapun optimisme adalah keadaan yang selalu berpandangan dan berpengharapan baik.[9] Optimisme juga dapat diartikan sebagai suatu sikap pada bagian individu dalam menghadapi kehidupan atau kejadian-kejadian tertentu yang cenderung, kadang-kadang sangat kuat, untuk menduduki sisi yang penuh dengan harapan.[10]

Adapun berpikir positif yang dimaksud dalam skripsi ini adalah kecenderungan seseorang pada hal-hal yang positif dari berbagai masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari sehingga orang tersebut akan lebih

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[5] Bigot; Kohnstan; Palland, *Ilmu Jiwa dan Pendidikan,* (Jemmazs: 1980), hlm.136-137

[6] Kartini Kartono, *Heygien Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung : CV. Mandar Maju, 1989), hlm. 323

[7] Drs. Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, (Surabaya : Usaha Nasional tt), hlm. 56

[8] Wisnubroto Widarso, *Bertindak dan Berpikir Positif,* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002), hlm. 17

[9] Pius A. Partanto dan M Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiyah Populer,* (Surabaya: Arkola, 1994), hlm. 9

[10] James Drever, *Kamus Psikologi,* (Jakarta : Bina Aksara, 1988), hlm. 321

mempunyai rasa aman, tentram, percaya diri dan mempunyai harapan-harapan yang positif di masa depan.

Apabila seseorang memiliki cara berpikir yang positif, maka akan memandang peristiwa yang dialami maupun keadaan dirinya dari sisi yang positif, sedang yang berpikir negatif akan melakukan sebaliknya. Akibatnya orang yang berpikir positif akan terus menghasilkan buah pikir yang positif., sekaligus menerangkan harapan, rasa optimis dan daya cipta. Dengan demikian orang tersebut akan menggerakkan dunia sekitarnya secara positif pula, sehingga besar sekali kemungkinan orang tersebut akan menemui hasil yang positif bagi dirinya. Kehidupan yang aman, tentram, damai dan harmonis tanpa keresahan adalah jenis termudah daripada membiarkan hidup penuh dengan masa perjuangan utama dalam mendapatkan kedamaian mental adalah usaha mengubah cara berpikir yang negatif menjadi sikap positif yang rela menerima kenyataan yang telah ditakdirkan oleh Tuhan.[11]

Memiliki rasa aman, tentram, percaya diri dan mempunyai harapan-harapan yang positif pada masa depan sangat berhubungan dengan ketenangan jiwa pada seseorang. Karena ketenangan jiwa disini adalah hal keadaan yang tenang, kenyamanan hati, batin dan pikiran.[12] Jiwa adalah sebagian dari kerohanian manusia dalam arti kesanggupan merasakan sesuatu, suatu makhluk

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[11] Norman Vincent Peale, *Berpikir Positif* (Jakarta: Binarupa Aksara, 1992), hlm. 18

[12] Purwadarminta W.JS, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 1986), hlm. 965

baru dikatakan berjiwa jika sanggup mengalami, merasa berkemauan dan sebagainya.[13]

Menurut al-Ghazali, qolbu atau jiwa adalah suatu hal yang bersifat ketahanan rohaniah yang ada hubungan dengan jasmani, yaitu hakikat manusia yang menjadi sasaran dari segala perintah dan larangan Tuhan, yang akan di siksa, dicela, dan dituntut segala amal perbuatannya.[14] Bagi penulis ketenangan jiwa adalah keadaan hati yang tenang dan tidak ada kerusuhan-kerusuhan yang membuat dirinya merasa tidak nyaman dalam melakukan aktivitas-aktivitas sehari-hari. Keadaan yang demikian itu, secara tidak langsung akan membuat seseorang tentram, nyaman dan menjalani hidupnya dengan baik dan selalu dalam Ridlo Allah SWT.

Kekuatan perasaan bergantung kepada keadaan dan jiwa, sesuatu pekerjaan yang kemarin menjemukan kita kerjakan sekarang dengan senang hati, sifat pekerjaan sama tetapi sifat keadaan jasmani atau rohaniahnya yang berbeda.

Secara kodrati manusia merupakan wujud yang khas, yang memiliki pribadi (individu) sendiri, atau memiliki eksistensinya sendiri. Ini antara lain bisa ditafsirkan dari Q.S. Al-Qamar, 54: 49 yang artinya: "sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran". Segala sesuatu yang diciptakan Allah itu mempunyai kadar atau ukuran, dalam arti ukuran atau kadar masing-masing maksudnya, selain dalam penciptaan Allah menciptakannya dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[13] Ahmad Khudri Saleh, *Kegelisahan Al Ghazali Sebuah Otobiografi Intelektual* (Bandung : Pustaka Hidayah, 1998), hlm. 55

[14] Al Ghazali, *Keajaiban Hati* (Jakarta : Tinta Mas, 1982), hlm. 9

ukuran yang baik (harmonis), tetapi dengan juga kadar kemampuan masing-masing berbeda-beda.berarti setiap sesuatu sebenarnya memiliki perbedaan dengan yang lain, bersifat khas, atau memiliki, "individual differences". Ini sejalan dengan hadis Nabi yang menyatakan agar berbicara (berkomunikasi) dengan atau memberi pelajaran kepada orang sesuai dengan taraf kemampuan berpikir yang bersangkutan.[15]

Hal ini dapat dikatakan bahwa orang yang mempunyai kecenderungan berpikir positif seharusnya juga semakin tenang keadaan hati atau jiwanya, namun dalam kenyataannya tidak sedikit siswa yang disebabkan hal-hal tertentu, misalnya kegagalan, kemudian mengalami frustasi yang akhirnya menuju pada tindakan negatif. Tindakan-tindakan tersebut misalnya saja berupa perilaku yang menyimpang atau pemakaian obat-obatan terlarang yang kemudian bisa mengarah pada tindakan kriminal atau kejahatan.[16]

Menurut hasil observasi awal penulis pada 12 Desember 2005 kepada salah seorang Guru Madrasah Aliyah Ali Maksum Krapyak Yogyakarta, yang bernama bapak Muhammad Ridwan, beliau menjelaskan bahwa siswa-siswi mempunyai sikap kurang bisa melihat sisi positif dari berbagai masalah dalam kehidupannya, sehingga sering terjadi persaingan yang tidak sehat antar siswa. Seperti halnya saling bersaing dalam masalah materi, teman, dan hal lainnya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[15] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* (Jogjakarta: UII Press, 2001), hlm. 9

[16] Hasan Basri, *Remaja Berkualitas, Problematika Remaja dan Solusinya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), hlm. 120

yang bisa menyebabkan siswa-siswi Madrasah Aliyah Ali Maksum mempunyai keadaan jiwa yang tidak tenang, aman ataupun tentram.[17]

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa sebenarnya berpikir positif dan ketenangan jiwa begitu penting bagi kehidupan siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum, Krapyak, Yogyakarta yang juga berstatus santri. Maka dari itu, optimisme sebagai pola berpikir positif mutlak dibutuhkan remaja dalam menghadapi segala macam problematikanya. Menurut Sayyid Mujtaba, dua unsur yang membantu menciptakan pemikiran yang harmonis adalah optimisme dan pandangan positif terhadap kehidupan.[18] Dari sinilah penulis ingin mengetahui tingkat berpikir positif dan ketenangan jiwa pada siswa serta mengetahui apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan ketenangan jiwa.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat berpikir positif pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum?
2. Bagaimana tingkat ketenangan jiwa pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum?
3. Apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan ketenangan jiwa pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum?

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[17] Hasil Observasi pada tanggal 12 Februari 2006
[18] Sayyid Mujtaba Musavilari, *Psikologi Islam*, (Bandung : Pustaka Hidayat, tt), hlm. 27

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat berpikir positif pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum.
2. Untuk mengetahui tingkat ketenangan jiwa pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum.
3. Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara berpikir positif dengan ketenangan jiwa pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini berguna untuk memperluas pengetahuan tentang berpikir positif terhadap ketenangan jiwa pada jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam fakultas Dakwah.
2. Secara praktis penelitian ini digunakan sebagai masukan dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam dan khususnya bagi siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum yang bermasalah dengan kehidupan, tentang hubungannya berpikir positif dan ketenangan jiwa.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Bertitik tolak dari pokok permasalahan yang diajukan dalam skripsi ini serta didukung oleh data hasil penelitian yang telah diolah dan dianalisis, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat kecenderungan berpikir positif pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum Krapyak Yogyakarta dari 84 responden terdapat tiga kategori sebagai berikut: kategori tinggi sebanyak 14,3% atau 12 responden, kategori sedang sebanyak 76,3% atau 64 responden dan kategori rendah sebanyak 9,5% atau 8 responden, dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan berpikir positif siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum Yogyakarta cukup atau sedang. Hal ini berarti siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum memiliki kecenderungan berpikir positif yang cukup mengenai keadaan dirinya, orang lain dan mempunyai optimisme yang cukup dalam menghadapi berbagai masalah yang ada dalam kehidupan sehari-hari.
2. Tingkat ketenangan jiwa pada siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum tergolong sedang. Hal ini dapat ditunjukkan dengan adanya responden sebanyak 12% atau 10 responden mempunyai tingkat ketenangan jiwa yang tinggi, 71,4% atau 60 responden mempunyai tingkat ketenangan jiwa yang sedang atau 16,6% atau 14 responden mempunyai tingkat ketenangan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

jiwa yang rendah. Hal ini berarti siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum memiliki tingkat ketenangan jiwa yang sedang atau cukup mengenai keadaan hati, batin dan pikiran yang tidak gelisah dan tetap merasakan keadaan yang aman dan tentram sehingga mampu menyesuaikan diri dengan berbagai keadaan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara variabel berpikir positif (x) dengan variabel ketenangan jiwa (y) pada taraf signifikan 0,05%. Adapun makna positif disini diartikan bahwa semakin tinggi kecenderungan berpikir positif, maka semakin tinggi pila tingkat ketenangan jiwa yang dimiliki seseorang, begitu pula sebaliknya. Selain itu berpikir positif juga mempunyai kemampuan mempengaruhi tingkat ketenangan jiwa sebesar 40,9% dengan demikian masih ada faktor lain yang mempengaruhi ketenangan jiwa seseorang.

B. Saran – saran

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1. Untuk lembaga pendidikan, khususnya sekolah Madrasah Aliyah Ali Maksum Krapyak Yogyakarta, hasil penelitian tersebut dapat dijadikan masukan atau bahan pertimbangan dalam menangani masalah siswa, karena seperti yang diketahui kebanyakan siswa mencari kompensasi yang salah dalam menghadapi masalah. Oleh karena itu dengan mengadakan kegiatan-kegiatan sharing bersama setiap tiga kali seminggu, mengadakan rubrik konsultasi diharapkan siswa yang baru bermasalah pada Guru BP

setiap satu minggu sekali sehingga, siswa dapat berpikir secara luas dan positif supaya mempunyai jiwa tenang.

2. Kepada segenap siswa, untuk mengadakan diskusi atau kajian-kajian tentang agama, pengembangan cara berpikir serta problem-problem social selama satu minggu sekali. Sehingga diharapkan dengan kegiatan tersebut dapat menambah wawasan siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum bagaimana bersikap dalam menghadapi berbagai persoalan dengan memiliki hati atau jiwa yang tenang.
3. Peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan mempertimbangkan faktor-faktor berpikir positif yang mempunyai keterkaitan dengan ketenangan jiwa pada siswa. Variabel-variabel lain yang mempengaruhi ketenangan jiwa juga perlu dipertimbangkan, seperti: kondisi keluarga, latar belakang budaya, jenis kelamin, usia dan aktifitas-aktifitas dalam mengisi waktu luang. Dalam pengisian angket juga sebaiknya tidak dibawa pulang, karena hal ini bisa mendapatkan jawaban yang berbeda antara dibawa pulang dan langsung dikerjakan saat itu juga. Hal ini disarankan karena penelitian ini hanya mengupas sebagian kecil dari masalah berpikir positif, masih banyak faktor lain yang belum diteliti dan dibahas yang kemungkinan besar berpengaruh terhadap ketenangan jiwa.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Penutup

Alhamdulillah berkat rahmat dan hidayah Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, penulis menyadari akan kemampuan den keterbatasan pengetahuan penulis.

Penulis menyadari bahwa tulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Sebagai manusia biasa tentu masih banyak kelemahan dan kekurangan-kekurangannya. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sangat penulis harapkan demi usaha-usaha perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap mudah-mudahan penelitian ini dapat dilanjutkan dan semoga tulisan yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi penulis pda khususnya maupun bagi para pembaca pada umumnya. Dan sekaligus merupakan amal ibadah bagi penulis, semoga Allah SWT meridhoinya. Amin.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Adz-Dzaky M. Hamdani Bakran. *Psikoterapi dan Konseling Islam.* Yogyakarta: Pustaka Baru, 2001

Al-Ghazali, *Keajaiban Hati*. Jakarta: Tinta Mas, 1982

Alafsana, Sirsaeba. Kado Ulang Tahun Kekasihku. Yogyakarta: Ar-Ro'I, 2002

Ancok, Jamaludin dan Suroso, Fuad Nasori, *Psikologi Islam; Solusi Atas Problem-Problem Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995

Arif, Zuliana. Hubungan antara Religiusitas dengan Berpikir Positif pada Mahasiswa Fakultas Agama Islam UII Yogyakarta, *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN, 2004

Atkinson, Rita L. Atkinson Richard C. alih bahasa Nurjannah Taufiq dan Rukmini Barhana. *Pengantar Psikologi* edisi kedelapan, jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga, 1983

Azwar, Syaifuddin MA. *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005

Bono Edward de, *Mengajar Berpikir.* Jakarta: Erlangga, 1990

Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahnya.* Jakarta: PT. Intermasa, 1986

Desmita, *Psikologi Perkembangan.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005

Faqih, Aunur Rahim. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam.* Jogjakarta: UII Press, 2001

Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati.* Bandung: Kharisma, 2000

Gymnastiar, Abdullah. *Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qalbu.* Jakarta: Gemma Insani Press, 2002

Hadi, Sutrisno. *Analisis Butir untuk Instrument Angket, Tes dan Skala Nilai dengan Basica.* Yogyakarta: Andi Ofset, 1991

Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research I.* Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1985

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Hasan Basri, *Remaja Berkualitas, Problematika Remaja dan Solusinya.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996

James Drever, *Kamus Psikologi.* Jakarta: Bina Aksara, 1988

Kartono Kartini, *Heygen Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam.* Bandung: CV. Mandar Maju, 1989

Kohnstan L.C.T.; P.H.; Palland B.G. *Ilmu Jiwa dan Pendidikan.* Jemmazs: 1980

Lian, Yeoh. Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kebermaknaan Hidup, *Skripsi* (tidak diterbitkan), Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1996

Makhfudz, Sayaikh M. Jamaluddin. *Psikologi Anak dan Remaja Muslim.* Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2004

Mappiare Andi, *Psikologi Remaja.* Surabaya: Usaha Nasional tt

Najah, M Usman, *Al-Qur'an Ilmu Jiwa,* trj. Ahmad Rofi' Usmani. Bandung: Penerbit Pustaka, 1985

Norman Vincent Peale, *Berpikir Positif.* Jakarta: Binarupa Aksara, 1992

Purwadarminta W.JS, *Kamus Umum Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka, 1986

Said, Hawwa. *Jln Ruhani, terj. Khairul Rafie dan Ibnu Thaha Ali.* Bandung: Mizan 1995

Saleh, Ahmad Khudri. *Kegelisahan Al-Ghazali Sebuah Otobiografi Intelektual.* Bandung: Pustaka Hidayah, 1998

Sanifah F. *Dasar-Dasar dan Teknik Pengumpulan.* Surabaya: Usaha Nasional, 1981

Schult D. *Psikologi Pertumbuhan* (terjemahan). Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1991

Singarimbun, Masri dan Sofian E. *Metode Penelitian Survey.* Jakarta: LP3ES, 1989

Suharsimi, Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1996

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sultani, Gulam Reza. *Hati yang Bersih Kunci Ketenangan Jiwa.* Jakarta: Pustaka Zahra, 2004

Syamsu Yusuf LN., *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2001

Wisnubroto Widarso, *Bertindak dan Berpikir Positif.* Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002

Ya'qub, Hamzah. *Tingkat Ketenangan Jiwa dan Kebahagiaan Mukmin, Tashawuf dan Taqqarrub.* Jakarta: Atisa, 1992

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA