

**GAMBARAN OPTIMISME  
MEMAHASISWA UIN ANTASARI YANG RUTIN  
MELAKUKAN SHALAT DHUHA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**NILA ATMASARI**  
**NIM. 1501450982**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2019**

**GAMBARAN OPTIMISME  
MAHASISWA UIN ANTASARI YANG RUTIN  
MELAKUKAN SHALAT DHUHA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Menyelesaikan Program Sarjana Psikologi Islam**

**Oleh:**

**NILA ATMASARI  
NIM. 1501450982**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nila Atmasari  
NIM : 1501450982  
Tempat/Tgl. Lahir : Banjarmasin, 26 Agustus 1997  
Jurusan : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul: "Gambaran Optimisme pada Mahasiswa UIN Antasari yang Rutin Melakukan Shalat Dhuha" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya

Banjarmasin, 11 Juli 2019

Yang Membuat Pernyataan



Nila Atmasari  
NIM.1501450982

**PERSETUJUAN SKRIPSI**  
**GAMBARAN OPTIMISME**  
**MAHASISWA UIN ANTASARI YANG RUTIN**  
**MELAKUKAN SHALAT DHUHA**

Diperscambahkan dan disusun oleh:

**NILA ATMASARI**  
**NIM. 1501450982**

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Mubarak, MA.  
NIP. 19800501 200912 1 004

Pembimbing II



Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog  
NIP. 19840318 201101 2 009

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam



Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog  
NIP. 19840318 201101 2 009

Tanggal 12 Juli 2019

**PENGESAHAN SKRIPSI**  
**GAMBARAN OPTIMISME**  
**MAHASISWA UIN ANTASARI YANG RUTIN**  
**MELAKUKAN SHALAT DHUHA**

Dipersembahkan dan disusun oleh:






**Nila Atmasari**

**NIM. 1501450982**

Telah Diajukan pada Tim Penguji

Pada: Jum'at, Tanggal 19 Juli 2019

**Tim Penguji**

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Mulyani, M.Ag (Ketua)	1. 
2. Imaddudin, M.A (Anggota)	2. 
3. Mubarak, M.A (Anggota)	3. 
4. Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog (Anggota)	4. 
5. Musfichin, M.A (Notulis)	5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin,

Dr. Irfan Noor, M.HUM  
19710414 200312 1005

## ABSTRAK

**Nila Atmasari**, 2019. Gambaran Optimisme pada Mahasiswa UIN Antasari yang Rutin Melakukan Shalat Dhuha. Pembimbing: (I) Mubarak, MA (II) Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog

Kata kunci: Optimisme, Mahasiswa, UIN Antasari, Shalat dhuha.

Shalat dhuha merupakan shalat sunnah yang memiliki banyak keistimewaan, diantara sekian keistimewaannya yaitu dapat memberikan ketenangan hati dan pikiran, serta dapat memberikan kemudahan urusan bagi yang merutinkannya. Hal tersebut dapat membantu mereka yang mengerjakannya memiliki pemikiran yang positif dan mengasah sikap optimis. Di Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari terdapat mahasiswa/i yang mengerjakan shalat dhuha di mesjid kampus pada setiap pagi, khususnya di masa aktif perkuliahan. Melihat akan pentingnya sikap optimis bagi mahasiswa serta untuk menggali faktor pendorong mereka merutinkan shalat dhuha, maka peneliti merasa penting penelitian ini untuk dilakukan.

Penelitian lapangan (*field research*) ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan 3 orang subjek, yakni 1 orang mahasiswa dan 2 orang mahasiswi. Objek penelitian ini adalah optimisme dan shalat dhuha. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu, observasi dan wawancara. Setelah data terkumpul, selanjutnya data diproses dengan analisis melalui proses editing, koding dan deskripsi serta menyimpulkan data.

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa ketiga subjek terdorong untuk merutinkan shalat dhuha karena mereka merasakan langsung manfaat dari merutinkan shalat dhuha sehingga membuat ketiga subjek mendapat pengaruh positif. Terbukti dari cara ketiga subjek dalam menjelaskan setiap peristiwa yang dialami sesuai dengan aspek optimisme dari Seligman, aspek *permanence*, bahwa ketiga subjek menjelaskan keberhasilan yang sudah mereka dapatkan akan membawa mereka dalam pencapaian selanjutnya, sedangkan kegagalan yang dialami tidak berpengaruh terhadap pencapaian di masa depan. Pada aspek *perpassive*, ketiga subjek menjelaskan bahwa keberhasilan yang mereka miliki membawa pengaruh positif bagi aspek kehidupan mereka yang lain, baik perekonomian, pendidikan dan sosial, sedangkan kegagalan tidak memberikan pengaruh terhadap aspek kehidupan lain. Untuk aspek *personalization*, ketiga subjek menganggap bahwa faktor yang menyebabkan keberhasilan berasal dari internal dan eksternal, sedangkan faktor yang menyebabkan kegagalan berasal dari faktor internal, tetapi hal tersebut tidak membuat mereka putus asa dan tetap berpikir positif dalam mewujudkan pencapai di masa depan.

## MOTTO

***“Selalu ada jalan bagi  
mereka yang mau berdoa dan  
berusaha”***

## **KATA PERSEMBAHAN**

Dengan mengharap ridha Allah Swt. karya tulis ini saya persembahkan:

Kepada kedua orang tua tercinta (Sigit Pancarahardjo dan Mastina) yang tak pernah berhenti mendoakan saya dengan penuh kasih sayang, yang dengan tulus mendidik, memberi dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini, untuk seluruh keluarga khususnya (Bude Dewi) yang telah banyak membantu dan mendoakan, untuk adikku satu-satunya (Nur Intan sari) yang telah banyak membantu dan memberikan semangat.

Kepada seluruh guru dan dosen, khususnya dosen pembimbing skripsi (Mubarak, MA. dan Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog ) yang telah mengajarkan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat, mendoakan, dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga Allah selalu memberikan pahala yang berlipat ganda berkat jasa-jasa kalian.

Kepada sahabat-sahabatku tersayang yang telah banyak membantu, memotivasi dan mendoakan dan seluruh teman-teman yang namanya tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga Allah selalu memberikan kemudahan disetiap langkah kita dalam mewujudkan cita-cita.

Aamiin yaa Rabbal'alam



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَ الْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ.

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw. yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Gambaran Optimisme Mahasiswa UIN Antasari yang Rutin Melakukan Shalat Dhuha. Penyusun menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penyusun mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irfan Noor, M.HUM selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin atas persetujuan yang diberikan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
2. Bapak Mubarak, MA. dan Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu dan membimbing dengan sabar dalam proses penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam untuk segala bantuan dan bimbingannya.

4. Bapak Drs. Abdul Sani, M.PD selaku Dosen Penasihat Akademik dan para Dosen Jurusan Psikologi Islam yang turut membantu, dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
5. Para dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang juga turut membantu, dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
6. Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin beserta seluruh karyawan yang telah banyak membantu penulis dalam melengkapi literatur yang diperlukan.
7. Kepada seluruh subjek penelitian ini yang telah bersedia memberikan informasi dalam penelitian ini.
8. Seluruh keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberikan bantuan, doa dan motivasi dan semua pihak yang telah ikut berjasa dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Semoga amal baik yang telah diberikan dapat diterima di sisi Allah Swt, dan mendapat limpahan rahmat dari-Nya, Aamiin.

Banjarmasin, 11 Juli 2019

Penulis,

  
Nila Atmasari  
NIM. 1501450982

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 158/1987 dan 0543 B/U/1987, tanggal 22 Januari 1988, sebagai berikut:

### A. Konsonan Tunggal

HURUF ARAB	NAMA	HURUF LATIN	KETERANGAN
ا	Alif	-	Tidak dilambangkan
ب	ba`	<b>B</b>	Be
ت	ta`	<b>T</b>	Te
ث	sa`	<b>š</b>	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	<b>J</b>	Je
ح	ha`	<b>ḥ</b>	Ha (dengan titik di bawah)
خ	kha`	<b>Kh</b>	Ka dan ha
د	Dal	<b>D</b>	De
ذ	Žal	<b>Ž</b>	Zet (dengan titik di atas)
ر	ra`	<b>R</b>	Er
ز	Zai	<b>Z</b>	Zet
س	Sin	<b>S</b>	Es

ث	Syin	<b>Sy</b>	Es dan ye
ص	Şad	<b>ş</b>	Es (dengan titik di bawah)
ڌ	Dad	<b>ḍ</b>	De (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	<b>ṭ</b>	Te (dengan titik di bawah)
ظ	za'	<b>ẓ</b>	Zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	<b>'</b>	Koma terbalik di atas
ج	Gain	<b>G</b>	Ge
ف	fa'	<b>F</b>	Ef
ق	Qaf	<b>Q</b>	Ki
ك	Kaf	<b>K</b>	Ka
ل	Lam	<b>L</b>	El
م	Mim	<b>M</b>	Em
ن	Nun	<b>N</b>	En
و	Wawu	<b>W</b>	We
ه	ha'	<b>H</b>	Ha
ء	Hamzah	<b>'</b>	Apostrof
ي	ya'	<b>Y</b>	Ya

## B. Konsonan rangkap karena *syaddah* ditulis rangap

متعقدین	Ditulis	<i>Muta' aqqidin</i>
عدة	Ditulis	'iddah

## C. Ta' marbutah

1. Apabila dimatikan ditulis h.

Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi Bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya.

Contoh: هبة ditulis *hibah*

2. Apabila ta' marbutah hidup atau dengan haraka, fathah, kasrah, dan dhammah ditulis t.

Contoh: كرامة الاولياء ditulis *Karāmatul-aulyā'*

## D. Vokal Pendek

ـِ	Kasrah	Ditulis	<i>I</i>
ـَ	Fathah	Ditulis	<i>A</i>
ـُ	Dammah	Ditulis	<i>U</i>

## E. Vokal Panjang

1	Fathah + Alif جاهلية	Ditulis	Ā Jāhiliyyah
2	Fathah + ya'mati يسعى	Ditulis	Ā yas'ā
3	Kasrah + ya'mati	Ditulis	Ī

	كريم		Karīm
4	Dammah + wawu'mati فروض	Ditulis	Ū furūḍ

#### F. Vokal Rangkap

1	Fathah + ya'mati بينكم	Ditulis	Ai <i>Bainakum</i>
---	---------------------------	---------	-----------------------

#### G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof ( ' )

Contoh: أنتم ditulis *a'antum*

#### H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariah ditulis *Al-*

Contoh: القلم ditulis *al-qalamu*

2. Bila diikuti huruf *syamsiyyah*, huruf *al-* diganti huruf *syamsiyyah* yang mengikutinya.

Contoh: الشمس ditulis *al-syamsu* (baca: asy-syamsu)

#### I. Kata dalam Rangkaian Frasa dan Kalimat

1. Ditulis kata perkata, atau
2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.
3. Contoh: في القرآن الكريم ditulis *fi al-Qur'ān al-karīm*.

#### J. Huruf Kapital

Penulisan huruf capital atau besar disesuaikan dengan EYD.

Contoh: وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ ditulis *Wa mā Muhammadun illā rasūlun*.

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan

dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang hilang, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

نَصْرٌ مِنَ اللَّهِ وَفَتْحٌ قَرِيبٌ - *Nasrum minallāhi wa fathun qarīb*

لِلَّهِ الْأَمْرُ جَمِيعًا - *Lillāhi al-amru jamī'an*

وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ - *Wallāhu bikulli syai'in alīmun*

#### **K. Tajwid**

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>KATAPERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>PEDOMAN TRANSLITERSASI</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xv
<b>BAB I           PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Masalah dan Signifikansi Penelitian .....	9
D. Definisi Istilah .....	10
E. Penelitian Terdahulu .....	12
F. Sistematika Penulisan.....	14
<b>BAB II           LANDASAN TEORI</b>	
A. Kerangka Teori .....	1
1. Definisi Optimisme .....	1
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme ....	6
3. Aspek Optimisme.....	7
4. Ciri-ciri Individu yang Optimis .....	12
5. Pengertian Shalat Dhuha .....	13
6. Hukum Shalat Dhuha .....	14
7. Tata Cara Shalat Dhuha.....	16
8. Keutamaan Shalat Dhuha .....	17
B. Kerangka Berpikir.....	20
<b>BAB III          METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	1
B. Lokasi Penelitian.....	1
C. Data dan Sumber Data .....	1
D. Teknik Pengumpulan Data .....	2
E. Teknik Analisis Data.....	3



<b>BAB IV</b>	<b>PAPARAN DAN PEMBAHASAN DATA</b>	
	A. Paparan Data Penelitian .....	1
	1. Sejarah Berdirinya UIN Antasari.....	1
	2. Lokasi UIN Antasari .....	10
	3. Fasilitas UIN Antasari.....	10
	4. Visi Misi UIN Antasari .....	11
	5. Identitas Subjek.....	12
	6. Deskripsi Subjek Penelitian .....	13
	7. Faktor yang Mendorong Mahasiswa Melakukan Shalat Dhuha Secara Rutin .....	15
	8. Gambaran Optimisme Mahasiswa yang Rutin Melakukan Shalat Dhuha.....	26
	B. Pembahasan Data Penelitian.....	46
	1. Faktor yang Mendorong Mahasiswa Melakukan Shalat Dhuha Secara Rutin .....	46
	2. Gambaran Optimisme Mahasiswa yang Rutin Melakukan Shalat Dhuha.....	54
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan.....	1
	B. Saran-Saran.....	3
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>1</b>
	<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	