

THE EFFECT OF DZIKIR THERAPY TO REDUCE STUDENT HEART DISEASE THROUGH GROUP GUIDANCE IN VOCATIONAL HIGH SCHOOL MUHAMMADIYAH 1 PEKANBARU

Nurul Azmaliza¹, Tri Umari², Rosmawati³

E-mail: nurulazmalizajamal@yahoo.com, triumari2@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Phone Number: 082389717951

*Guidance and Counseling Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Riau University*

Abstract: *This study aims to examine the effect of dzikir therapy to reduce students' liver disease through group guidance services at SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru. This type of research is quantitative research with experimental methods using the One-Group Pretest-Posttest Design research design. The measuring instrument used in this study was a measurement scale for liver disease students consisting of 52 items before validation, and after validation obtained a valid item number of 35 items with a validity value of 0.507 and reliability of 0.835. The subjects of this study were 7 students who were identified as having high levels of liver disease. The data analysis technique used is non-parametric statistical techniques using the Rank Spearman test. The results of the study proved the research hypothesis was accepted. For that from the Spearman Rank test results obtained Sig (2-tailed) of 0.017, $r = 0,714$ while the correlation coefficient r^2 is 0,509. Thus there is the effect of dzikir therapy on students' liver disease by 51% in SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru. From the Wilcoxon test results obtained (Asymp.Sig) 0.018 < 0.05 it can be concluded that there are differences in the scores of liver disease students before and after being given dzikir therapy.*

Key Words: *Dzikir Therapy, Liver Disease, Group Guidance.*

PENGARUH TERAPI DZIKIR UNTUK MENGURANGI PENYAKIT HATI SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI SMK MUHAMMADIYAH 1 PEKANBARU

Nurul Azmaliza¹, Tri Umari², Rosmawati³

E-mail: nurulazmalizajamal@yahoo.com, triumari2@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Nomor Telepon: 082389717951

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh terapi dzikir untuk mengurangi penyakit hati siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMK Muhammadiyah 1 pekanbaru. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan desain penelitian *One-Group Pretest-Posttest Design*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala pengukuran penyakit hati siswa yang terdiri dari 52 item sebelum validasi, dan setelah validasi diperoleh item valid sejumlah 35 item dengan nilai validitasnya sebesar 0,507 dan reliabilitasnya sebesar 0,835. Adapun subjek penelitian ini sebanyak 7 orang siswa yang teridentifikasi memiliki tingkat penyakit hati yang tinggi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik non parametrik memakai uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian terbukti hipotesis penelitian diterima. Untuk itu dari hasil uji *Rank Spearman* diperoleh Sig (2-tailed) sebesar 0,017, $r = 0,714$ sedangkan koefisien korelasi r^2 adalah 0,509. Dengan demikian terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap penyakit hati siswa sebesar 51% di SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Dari hasil uji Wilcoxon diperoleh (*Asymp.Sig*) $0,018 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skor penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir.

Kata Kunci: Terapi Dzikir, Penyakit Hati, Bimbingan Kelompok.

PENDAHULUAN

Pada saat ini arus informasi berjalan dengan cepat dan bebas lewat media digital seperti televisi dan internet. kasus kriminalitas, kenakalan remaja, berita hoax, kesenjangan sosial dan imoralitas merajalela. Jika dibiarkan, realita ini akan mengakibatkan kemerosotan moral yang sangat tajam. Manusia akan terus mengabaikan nilai dan norma, membiarkan hatinya gelap tanpa petunjuk mana yang baik dan buruk, mana yang membawa kepada kehancuran dan mana yang membawanya kepada kesuksesan dan kebahagiaan lahir dan bathin.

Menurut Muhammad Arifin Ilham (2014) hati menjadi tempat mangkalnya berbagai perasaan serta tumbuh kembang kebaikan dan keburukan. Hati menjadi sumber ilham dan permasalahan, tempat lahirnya cinta dan kebencian muara bagi keimanan dan kekufuran. Dalam konteks inilah penguasaan hati sebagai penguasa tunggal manusia harus diprioritaskan, Jika hati manusia disinari dengan nilai-nilai ketuhanan dan kemanusiaan yang baik, perilaku manusia akan mengarah kepada kebaikan dan kebenaran. Namun, jika hati manusia dikuasai oleh nafsu dan kecintaan yang tinggi kepada dunia, sikap dan perilaku akan menampakkan kebencian terhadap orang lain dan ketamakan yang berlebihan kepada harta dan kekuasaan. sabda Nabi Muhammad SAW.,

“Ingatlah, sesungguhnya di dalam diri manusia ada segumpal daging, jika ia baik maka seluruh badan manusia menjadi baik, dan jika ia rusak maka seluruh badan manusia rusak. Ingatlah, segumpal daging itu adalah hati.” (HR. Bukhari-Muslim).

Hati manusia adalah sumber segala kegiatan manusia tidak lepas dari penyakit yang selalu menggerogotinya. Menurut Zainuddin (2015) Penyakit hati atau (*psychoses*) adalah kelainan kepribadian yang ditandai oleh mental dalam (*profound-mental*), dan gangguan emosional yang mengubah individu normal menjadi tidak mampu mengatur dirinya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hati yang berpenyakit adalah hati yang keluar dari konsistensi fitrah dan melenceng dari jalan yang lurus. Fitrah manusia adalah mengesakan Allah secara murni (Yaniyullah.2005).

Berdasarkan hasil diskusi dengan guru BK di SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru, diperoleh informasi bahwa siswa kelas X jurusan Tata Boga dan kelas X jurusan APh (Akomodasi Perhotelan) merupakan kelas yang mayoritas siswanya adalah perempuan. Menurut Guru BK di sekolah tersebut, siswa perempuan memiliki perasaan yang lebih sensitif dari siswa laki-laki. Pendapat ini juga didukung oleh hasil observasi ketika peneliti melaksanakan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di sekolah tersebut. Klien terbanyak yang datang ke ruang BK untuk melaksanakan konseling individu adalah siswa perempuan jurusan Tata Boga dan APh dan masalah tersebut berkaitan dengan adanya prasangka buruk antar siswa sehingga saling mencurigai, mengintimidasi dan menimbulkan bullying. Penyakit marah menyebabkan pertikaian, sehingga menimbulkan hubungan sosial yang kurang baik antar siswa. Penyakit hati yang diteliti dalam penelitian ini adalah penyakit hati Berburuk sangka, Ujub, Sombong, Marah dan Was-was.

Salah satu terapi yang dianjurkan di dalam Al-Qur'an adalah Dzikir. Menurut Yazid bin Abdul Qadir Jawas (2002), dzikir itu penyembuh serta obat bagi penyakit hati. Hati yang sakit hanya bisa disembuhkan dengan dzikir kepada Allah, Dzikir adalah makanan

hati dan ruh. Sejalan dengan penelitian Penelitian oleh Tarwalis (2017) menyatakan, dampak yang terlihat ketika selesai berdzikir adalah dapat menimbulkan rasa ketenangan di dalam jiwa, menghilangkan stres, meringankan badan, lebih tawaduk rendah hati, memperbaiki akhlak hingga apabila ada musibah atau ujian yang datang dari Allah maka akan timbul kesabaran dan selalu berserah diri kepada Allah SWT. Diperkuat dengan penelitian oleh Ayu Efita Sari (2015) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dzikir terhadap ketenangan jiwa di majlisul dzakirin Kamulan. Dzikir yang digunakan dalam terapi ini adalah Dzikir Istighfar, Dzikir Tasbih Tahmid Tahlil Takbir, Dzikir surah Al-ikhlas dan surah Al-Muawwidzatain.

Salah satu cara untuk mengurangi penyakit hati siswa disekolah adalah melalui pelayanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan untuk mengurangi penyakit hati siswa dengan layanan Bimbingan Kelompok. Menurut Sulistyarini dan Jauhar (2014), Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik bersama-sama melalui dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai bahan baru dan narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindak lanjut.

Jadi penerapan terapi dzikir melalui layanan bimbingan kelompok ini adalah mempraktikkan berdzikir secara bersama-sama mengucapkan dengan lisan dan meyakini dengan hati kalimat-kalimat Dzikirullah dengan penuh penghayatan dan kekhususan, Serta memberikan pemahaman dengan menjelaskan urgensi dzikir dalam proses kegiatan bimbingan kelompok. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran, perbedaan dan seberapa besar pengaruh penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru yang beralamat di di jalan senapelan No. 10 A Kota Pekanbaru, Riau. Waktu pelaksanaan penelitian ini berlangsung dari bulan Januari hingga Maret pada tahun 2019. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental Design* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian dipilih melalui hasil *pretest* angket penyakit hati yang diberikan kepada siswa kelas X jurusan Tata boga, Aph dan Akuntansi yang berjumlah 69 orang. Subjek yang dipilih adalah subjek yang termasuk kedalam kategori rentang skor yang telah ditentukan. Pertimbangan penelitian ini berdasarkan penyakit hati pada kategori tinggi. Teknik pengambilan data menggunakan teknik angket skala pengukuran penyakit hati siswa. Data di analisis dengan menggunakan statistik non-parametrik menggunakan SPSS 17 dengan uji *wilcoxon* dan uji *rank spearman* untuk menguji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Untuk gambaran penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir melalui bimbingan kelompok dapat dilihat pada tabel 1.

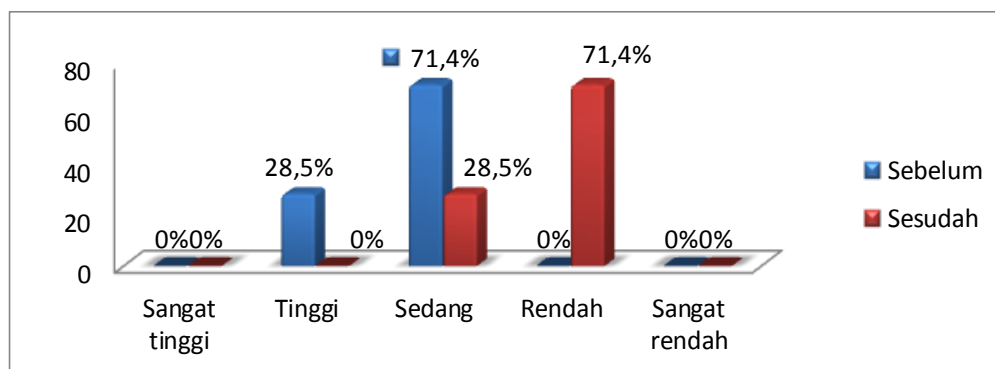
Tabel 1 Gambaran Tingkat Penyakit Hati Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Dzikir

No	Kategori	Rentang Skor	Sebelum		Sesudah	
			F	%	F	%
1	Sangat rendah	≤63	0	0	0	0
2	Rendah	64-91	0	0	5	71,4
3	Sedang	92-119	5	71,4	2	28,5
4	Tinggi	120-147	2	28,5	0	0
5	Sangat tinggi	≥148	0	0	0	0
Jumlah			7	100	7	100

Sumber: Data olahan penelitian 2019

Berdasarkan tabel 1 dapat diartikan adanya penurunan tingkat penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan Terapi Dzikir. Sebelum diberikan Terapi Dzikir penyakit hati siswa berada pada kategori tinggi yaitu 28,5% dengan jumlah 2 orang, dan berada pada kategori sedang yaitu 71,4% dengan jumlah 5 orang. Setelah diberikan terapi Dzikir terjadi penurunan tingkat penyakit hati siswa yaitu berada pada kategori rendah 71,4% dengan jumlah 5 orang dan berada pada kategori sedang 28,5% dengan jumlah 2 orang.

Untuk lebih mengetahui perbedaan persentase sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir melalui bimbingan kelompok terhadap penyakit hati siswa dapat dilihat pada gambar grafik batang.



Gambar 1 Grafik Gambaran Penyakit hati Siswa Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Dzikir

Sumber: Data olahan penelitian 2019

Berdasarkan grafik batang tersebut dapat diartikan bahwa Penyakit hati siswa Sesudah diberikan Terapi Dzikir mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat pada grafik, sebelum diberikan terapi dzikir penyakit hati siswa berada pada kategori tinggi yaitu 28,5% dengan jumlah 2 orang, dan berada pada kategori sedang yaitu 71,4% dengan jumlah 5 orang. Setelah diberikan terapi Dzikir berada pada kategori Rendah yaitu 71,4% dengan jumlah 5 orang, dan berada pada kategori Sedang yaitu 28,5% dengan 2 orang.

Tabel 2 Perbedaan Penyakit Hati Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Dzikir
Test Statistics^b

	<i>Post – pre</i>
Z	-2.366 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018
a. Based on positive ranks.	
b. Wilcoxon Signed Ranks Test	

Sumber: Data Olahan Penelitian 2019

Berdasarkan table 2, pengambilan keputusan dapat dilihat dari hasil angka signifikansi *Asymp sig (2-tailed)* pada uji *Wilcoxon* yang merupakan hasil pengolahan data sebelum dan sesudah dengan menggunakan aplikasi SPSS.17. dengan ketentuan apabila nilai *Asymp sig (2-tailed)* < 0,05 maka Hipotesis diterima.

Dari data “Test Statistics” tabel 2, diketahui *Asymp sig (2-tailed)* bernilai 0,018 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan Hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan terapi dzikir mengurangi penyakit hati siswa di SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir melalui bimbingan kelompok diterima.

Tabel 3 Tabel Pengaruh Terapi Dzikir untuk Mengurangi Penyakit Hati Siswa dengan Uji *Spearman*

Correlations				
Spearman's rho	<i>Pre</i>	Correlation Coefficient	1.000	<i>Post</i>
		Sig. (2-tailed)	.	.017
		N	7	7
	<i>Post</i>	Correlation Coefficient	.714	1.000
		Sig. (2-tailed)	.017	.
		N	7	7

Sumber: Data Olahan Penelitian 2019

Dari hasil olahan data yang telah dipaparkan pada tabel 3, maka dapat dilihat bahwa nilai hitung *Sig. (2-tailed)* adalah 0,017. Atas dasar pengambilan keputusan yang menyatakan bahwa hipotesis diterima jika nilai *Sig. (2-tailed)* < 0,05. Pada penelitian ini nilai *Sig. (2-tailed)* = 0,017 (0,017 < 0,05). Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan

bimbingan kelompok dengan terapi dzikir berpengaruh untuk mengurangi Penyakit hati siswa.

Selanjutnya, dari data tersebut diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,714. Maka untuk mengetahui koefisien determinan digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}(r_s)^2 &= (0,714)^2 \\ &= 0.509 \times 100\% \\ &= 51\%\end{aligned}$$

Artinya pengaruh terapi dzikir untuk mengurangi penyakit hati siswa adalah sebesar 51% sedangkan 49% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor internal yang berasal dari dalam diri maupun faktor eksternal dari lingkungan siswa.

Pembahasan

Metode terapi dzikir untuk mengurangi penyakit hati siswa dalam penelitian ini dilaksanakan 5 kali pertemuan. Terapi dzikir ini dilaksanakan dengan melafadzkan dzikir Istighfar, Tasbih, Tahmid, Tahlil, Takbir, surah Al-Ikhlâs, surah Al-falaq dan An-nas. Secara umum Praktik Dzikir melalui bimbingan kelompok adalah seluruh anggota melafadzkan dan menghayati ucapan Dzikir, kemudian pemimpin kelompok meminta setiap anggota kelompok mengemukakan perasaannya setelah melaksanakan Dzikir. Pemimpin kelompok juga mengaitkan Dzikir dengan indikator penyakit hati yaitu berburuk sangka, ujub, sombong, marah dan was-was. Pada pertemuan bimbingan kelompok yang pertama, fokus pembahasan pada landasan dan keutamaan Dzikir secara umum. Siswa masih terlihat tegang, malu dan sulit mengemukakan pendapatnya. Pertemuan bimbingan kelompok yang kedua topik dzikir Istighfar, pemimpin kelompok membacakan kalimat muhasabah dan anggota kelompok menghayati sambil terus beristighfar. Anggota kelompok terlihat mencoba fokus dengan kalimat muhasabah yang dibacakan pemimpin kelompok. Pertemuan ketiga topik dzikir Tasbih, Tahmid, Tahlil dan Takbir. Praktik dzikir membaca kalimat dzikrullah 33x dengan ruas jari setelah selesai berdzikir pemimpin kelompok mengaitkan pembahasan dengan indikator penyakit hati Ujub dan Sombong, anggota kelompok sudah mampu mengemukakan pendapatnya. Pada pertemuan keempat terapi dzikir surah Al-Ikhlâs dan surah Al-Muawadzatain. Dan pertemuan kelima praktik keseluruhan dzikir yakni dzikir Istighfar, Tasbih, Tahmid, Tahlil, takbir, Surah Al-Ikhlâs dan surah Al-Muawadzatain. Pada pertemuan kelima ini PK meminta masing-masing anggota kelompok mengevaluasi diri, lalu PK meminta anggota kelompok untuk membacakan ikrar agar tetap komitmen berdzikir dalam kehidupan sehari-hari.

Terapi Dzikir dalam penelitian ini memberikan pengaruh yang signifikan untuk mengurangi penyakit hati siswa. Sebelum diberikan terapi dzikir penyakit hati siswa berada pada kategori tinggi yaitu dengan jumlah 2 orang, dan berada pada kategori sedang yaitu dengan jumlah 5 orang. setelah diberikan Terapi Dzikir, penyakit hati siswa berada pada kategori rendah dengan jumlah 5 orang dan 2 orang pada kategori sedang. Indikator Berburuk sangka merupakan indikator dengan perubahan paling signifikan. Ini disebabkan pada pertemuan kedua bimbingan kelompok dengan tema dzikir istighfar, anggota kelompok melafadzkan istighfar dan pemimpin kelompok membacakan kalimat muhasabah diri sehingga anggota kelompok beristighfar sambil

mengingat kesalahan-kesalahan diri. muhasabah dalam terapi dzikir ini berpengaruh positif bagi anggota kelompok. secara terminologi, muhasabah adalah upaya sadar yang dilakukan oleh seseorang untuk menghitung-hitung apa yang ada pada dirinya, apakah perbuatan yang dilakukan hari ini lebih baik dari hari-hari kemarin. Jika lebih jelek, maka ia harus beristighfar dan berusaha memperbaikinya. Pengaruh terapi Dzikir dirasakan anggota kelompok setelah praktik berdzikir masing-masing anggota kelompok mengemukakan apa yang mereka rasakan, Hampir semua anggota kelompok merasakan ketenangan, tentram dan nyaman. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Etri Yuniatun (2016), mengenai pengaruh dzikir bagi kesehatan mental santri di pondok pesantren al hidayah karangsuci purwokerto, Dari penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan pengaruh dzikir yang dilakukan bagi kesehatan mental santri adalah menimbulkan perasaan yang tenang dan tenteram sehingga santri dalam menghadapi permasalahan lebih tenang, atau dengan kata lain tidak terlalu memikirkan suatu permasalahan. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Bayu Anggara Saputra, Hadiwinarto dan Syahruman (2018) Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok dengan peningkatan kematangan emosi siswa kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu. Perubahan yang terlihat setelah diberikan terapi dzikir ialah siswa lebih mampu berpikir positif terhadap orang lain, mengurangi prasangka negatif dan membiasakan diri ramah mudah tersenyum. Didukung pula dengan penelitian yang sejalan yaitu Penelitian oleh Harmathilda H. Soleh (2016) Menyatakan bahwa adanya pengaruh Do'a dan Dzikir untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi.

Perubahan indikator penyakit hati yang tidak begitu besar yakni pada indikator penyakit hati Ujub. Faktor penyebabnya adalah pada pertemuan ketiga terapi dzikir dilaksanakan di ruang perpustakaan, sehingga sedikit mengganggu konsentrasi dan penghayatan anggota kelompok. Demikian jika praktik Dzikir dapat diterapkan dengan memperhatikan etika dan adab dalam berdzikir akan bisa menjadi obat manjur dari segala penyakit hati.

Secara psikologis, mudzakir (orang yang berdzikir) adalah orang yang terjauh dari ambivalen (goncangan jiwa) akibat derita ataupun kecukupan. Hal ini bisa dikaitkan dengan teori kepribadian sigmund freud, bahwa orang yang tidak berdzikir, semua gerak dan irama hidupnya dipengaruhi ID (*Das Es*), Ego (*das ich*) manusia akan senantiasa mengikuti pengaruh ID tadi. Dengan banyak berdzikir, "*super ego*" yang terdapat pada diri manusia akan berfungsi sebagai alat kontrol bagi perilaku secara baik. Dengan berdzikir manusia akan sejahtera jiwanya sehingga sejahtera pula tingkah laku individu dan sosialnya. Mereka akan dapat meletakkan hakikat kemanusiaan yang betul-betul insani.

Berdasarkan teori perubahan sikap yakni teori Rosenberg yang dikenal dengan Affective-cognitive. Menurut Rosenberg komponen afektif akan selalu berhubungan dengan komponen kognitif, dan hubungan tersebut dalam keadaan konsisten. Hal yang paling penting dalam teori ini adalah kaitannya dengan pengubahan sikap, karena hubungan komponen afektif dengan komponen kognitif konsisten maka bila komponen afektifnya berubah komponen afektifnya berubah begitu pula sebaliknya. Dalam rangka pengubahan sikap Rosenberg mencoba mengubah komponen afektif terlebih dahulu, Dengan berubahnya komponen afektif akan berubah pula sikapnya. Sejalan dengan implemementasi teori afektif dalam penelitian ini, ada beberapa perubahan sikap siswa yang disebabkan oleh berubahnya komponen afektif setelah diberikan terapi dzikir.

contohnya pada indikator sombong setelah diberikan terapi dzikir sikap siswa berubah menjadi sikap yang ramah dan mudah tersenyum.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pengolahan data yang telah dilakukan peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Penyakit hati siswa sebelum diberikan Terapi Dzikir berada pada kategori sedang dan tinggi. Sedangkan setelah diberikan terapi Dzikir berada pada kategori rendah dan sedang.
2. Terdapat perbedaan tingkat penyakit hati siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi Dzikir.
3. Terdapat pengaruh terapi Dzikir terhadap penyakit hati. Artinya, Terapi Dzikir dapat mengurangi penyakit hati siswa.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan maka dapat dikemukakan rekomendasi sebagai berikut :

1. Kepada kepala sekolah diharapkan memberikan dukungan lebih terhadap pelayanan BK, serta memberikan jam pelajaran BK di SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Sehingga layanan BK dapat membantu menurunkan penyakit hati siswa.
2. Kepada Guru BK diharapkan dapat memberikan bimbingan terapi dzikir dalam upaya mengurangi penyakit hati siswa.
3. Kepada siswa yang memiliki penyakit hati tinggi agar dapat mempraktikkan Dzikir dalam kehidupan sehari-hari, dengan penuh penghayatan dan kekhusuan sehingga dapat memberikan pengaruh positif bagi dirinya.
4. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti pengaruh terapi dzikir melalui bimbingan kelompok pada variabel lain seperti variabel kecemasan dan stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Efita Sari. 2015. Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majlisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek. Skripsi IAIN Tulungagung. Jawa Timur.
- Bayu Anggara Saputra, Hadiwinarto dan Syahrman. 2018. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kematangan Emosi Siswa Kelas XI Ips di SMA Negeri 06 Kota Bengkulu. *Jurnal ilmiah bimbingan dan konseling* Vol 1 No 2. Bengkulu.

- Etri Yuniatun. 2016. Pengaruh Dzikir Bagi Kesehatan Mental Santri Di Pondok Pesantren Al Hidayah Karangsuci. Skripsi thesis, IAIN Purwokerto.
- Harmathilda Soleh. 2016. Do'a Dan Zikir Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi. *Jurnal Psikologi Islami*. vol (2) No 1. Fakultas psikologi Universitas Islam Raden Fatah. Palembang.
- Tarwalis. 2017. Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar). Skripsi thesis, UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Aceh.
- Yaniyullah Delta Auliya. *Melejitkan kecerdasan hati dan otak*. Jakarta. PT Rajagrafindo persada.
- Yazid. 2002. *Do'a dan Wirid mengobati guna-guna dan sihir menurut Al-Quran dan As-Sunnah*. Jakarta. Pustaka Imam Asy-Syafi'i.