

**PENGARUH SHALAT TAHAJUD TERHADAP KADAR LIMFOSIT
PADA SANTRI PONDOK PESANTREN WALI SANGA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

Dwi Putri Wulandari

NPM: 16700112

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA**

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

TUGAS AKHIR

**PENGARUH SHALAT TAHAJUD TERHADAP KADAR LIMFOSIT
PADA SANTRI PONDOK PESANTREN WALI SANGA**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**Dwi Putri Wulandari
NPM: 16700112**

**Menyetujui untuk diuji
pada tanggal: 26 November 2019**

Penguji I/Pembimbing,



**dr. Heru Setiawan, M.Imun
NIK: 96265- ET**

Penguji II,



**Dr. Masfufatun, S.Si, M.Si
NIK: 02333- ET**

HALAMAN PERSETUJUAN

TUGAS AKHIR

**PENGARUH SHALAT TAHAJUD TERHADAP KADAR LIMFOSIT
PADA SANTRI PONDOK PESANTREN WALI SANGA**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**Dwi Putri Wulandari
NPM: 16700112**

**Menyetujui untuk diuji
pada tanggal: 26 November 2019**

Penguji I/Pembimbing,



**dr. Heru Setiawan, M.Imun
NIK: 96265- ET**

Penguji II,



**Dr. Masfufatun, S.Si, M.Si
NIK: 02333- ET**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada ALLAH SWT yang telah memberikan berbagai Rahmat, Hidayah serta kemudahan yang melimpah kepada penulis sehingga Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Shalat Tahajud terhadap Kadar Limfosit pada Santri Pondok Pesantren Walisanga” dapat diselesaikan.

Penulis termotivasi ingin meneliti topic ini dikarenakan pada saat ini hal religi memiliki hubungan secara tidak langsung dengan dunia medis salah satunya adalah penerapan shalat tahajud secara rutin.

Tugas Akhir ini berhasil penulis selesaikan karena bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan limpah terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS, Selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Ibu Sitti Mu’Mina dan Bapak Ahmad Yani selaku orang tua yang mendukung dan memberikan motivasi serta perhatian kepada penulis.
3. dr. Heru Setiawan, M.Imun selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta semangat kepada penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.

4. Dr. Masfufatun, S.Si, M. Si selaku penguji proposal maupun Tugas Akhir yang memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis.
5. dr. Titin Koten selaku Penanggung Jawab Laboratorium Mahardika yang turut membantu penulis dalam penelitian.
6. Ibu Siti Halimah selaku Ketua Yayasan Pondok Pesantren Walisanga yang memberikan penulis kesempatan untuk melaksanakan penelitian pada pondoknya.

Semoga ALLAH SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis dengan lapang dada menerima segala kritik dan saran demi penyempurnaan Tugas Akhir ini. Semoga Tugas Akhir ini memberikan limpahan manfaat bagi berbagai pihak.

Surabaya, Desember 2019

Penulis

ABSTRAK

Wulandari, Dwi Putri. 2019. *Pengaruh Shalat Tahajud terhadap Kadar Limfosit pada Santri Pondok Pesantren Walisanga*. Tugas Akhir, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. dr. Heru Setiawan M.Imun: Dr. Masfufatun S. Si, M.Si.

Ketenangan dan ketentraman yang diperoleh oleh seseorang yang melaksanakan shalat tahajud, memiliki nilai spiritual yang cukup tinggi. Shalat Tahajud mengandung dimensi dzikir kepada ALLAH dan memiliki dampak psikologis dalam jiwa seseorang. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui adakah pengaruh rutinitas dalam melaksanakan shalat tahajud terhadap kadar limfosit pada santri di Pondok Pesantren Walisanga. Metode penelitian ini menggunakan analisis *Independent T test*. Populasi penelitian berjumlah 80 orang dengan sampel 60 orang diambil secara acak. Variabel dari penelitian ini adalah shalat tahajud dan kadar limfosit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara shalat tahajud terhadap kadar limfosit pada santri Pondok Pesantren Walisanga ($p > 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada pengaruh rutinitas dalam melaksanakan shalat tahajud terhadap kadar limfosit pada santri Pondok Pesantren Walisanga.

Kata Kunci: Shalat Tahajud, kadar limfosit

ABSTRACT

Wulandari, Dwi Putri. 2019. *Pengaruh Shalat Tahajud terhadap Kadar Limfosit pada Santri Pondok Pesantren Walisanga*. Final Assignment, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. dr. Heru Setiawan M.Imun: Dr. Masfufatun S. Si, M.Si

The peacefulness and serenity that can be attained by someone who performs tahajud prayer is of high spiritual value. Tahajud prayer contains the dzikr dimension to ALLAH and has a psychological impact on a person's soul. The purpose of research is to determine what effect the routine of performing tahajud prayer can have on student's lymphocyte. This method of study used independent T test. The research population of 80 people with a sample of 60 were randomly taken. The variable of this study is tahajud prayer and lymphocyte. The research shown that there is no effect of tahajud prayer on lymphocyte levels in student of Walisanga Islamic boarding house ($p>0,05$). The research concluded that there is no effect on the routine of performing tahajud prayer on student's of Walisanga Islamic boarding house lymphocyte.

Keywords: Tahajud prayer, lymphocyte levels

DAFTAR ISI

	Halaman
Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	v
<i>Abstract</i>	vi
Daftar Isi.....	vii
Daftar Gambar	vii
Daftar Tabel	ix
Daftar Lampiran	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Shalat tahajud	5
1. Definisi shalat tahajud	5
2. Waktu pelaksanaan shalat tahajud.....	7
3. Keutamaan shalat tahajud.....	8
4. Hakikat shalat tahajud	8
5. Etika shalat tahajud	9
B. Sistem kekebalan tubuh imunologik	10

1. Sistem Limbik	10
2. Kelenjar adrenal dan sekresi kortisol	11
3. Efek Kortisol terhadap Sistem Imun	13
4. Organ Sistem Imun.....	14
5. Stres dan <i>coping mechanism</i>	16
6. Sistem ketahanan tubuh	18
C. Hubungan Hubungan antara shalat tahajud dan kadar limfosit	25

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Konsep	28
B. Penjelasan Kerangka Konsep.....	29
C. Hipotesis Penelitian	29

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel.....	30
1. Populasi	30
2. Sampel.....	30
D. Variabel Penelitian	32
E. Definisi Operasional.....	32
F. Prosedur Penelitian.....	33
G. Analisis Data.....	34

BAB V	HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	35
A.	Gambaran Umum Daerah Penelitian	35
B.	Hasil Penelitian	35
C.	Analisis Data	37
BAB VI	PEMBAHASAAN	43
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN	45
A.	Kesimpulan	45
B.	Saran	45
DAFTAR PUSTAKA		47
LAMPIRAN-LAMPIRAN		49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Sekresi hormone adrenal dan berbagai zona dalam korteks adrenal	11
Gambar 2.2 Siklus sekresi kortisol dalam 24 jam	13
Gambar 2.3. Alur kerja psikoneuroimunologi shalat tahajud	27
Gambar 3.1. Kerangka konsep penelitian	28
Gambar 4.1. Prosedur penelitian	33

DAFTAR TABEL

Tabel 5.1. Acuan Rentang nilai limfosit pada Laboratorium Mahardika	37
Tabel 5.2. Analisis Deskriptif Kadar Limfosit Kelompok Kontrol (n=30)	37
Tabel 5.3. Analisis Deskriptif Kadar Limfosit Kelompok Perlakuan (n=30).....	38
Tabel 5.4. Hasil Pengujian Normalitas.....	39
Tabel 5.5. Hasil Pengujian Perbedaan Kadar Limfosit pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol Sebelum Perlakuan (<i>Pretest</i>).....	41
Tabel 5.6. Hasil Pengujian Perbedaan Kadar Limfosit pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol Setelah Perlakuan (<i>Postest</i>).....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pernyataan Keaslian Tulisan	49
Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden	50
Lampiran 3. Pernyataan Telah Melaksanakan Inform Consent	52
Lampiran 4. Sertifikat Laik Etik	53
Lampiran 5. Hasil Analisis	54
Lampiran 6. Data Mentah Hasil Penelitian	57
Lampiran 7. Bukti Penelitian	59