

**PENGARUH PEMAHAMAN SURAH AL-INSYIRAH AYAT 5-6 TERHADAP POLA PIKIR MAHASISWI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR DI INSTITUT AGAMA ISLAM IMAM SYAFI' I INDONESIA**

**Mutiya Syahrial**

IAI Imam Syafii Indonesia

[alsyaff18@gmail.com](mailto:alsyaff18@gmail.com)

**Mochammad Novendri Saputra**

IAI Imam Syafii Indonesia

[novendri@gmail.com](mailto:novendri@gmail.com)

**Syafi'i**

IAI Imam Syafii Indonesia

[syafii587@gmail.com](mailto:syafii587@gmail.com)

**Abstract:** *Mindset plays an important role in shaping how students understand, evaluate, and respond to academic and life challenges. Surah Al-Insyirah verses 5–6 contain values of optimism and mental reinforcement through the teaching that every hardship is always accompanied by ease. Previous studies have examined the relevance of Surah Al-Insyirah to psychological aspects such as academic stress and self-efficacy, yet quantitative studies specifically testing the relationship between understanding of this verse and students' mindset remain scarce. This study aims to determine the relationship between understanding of Surah Al-Insyirah verses 5–6 (X) and the mindset of female students (Y) of the Qur'anic Studies and Tafsir Program at Institut Agama Islam Imam Asy-Syafi'i Indonesia. This study employed a quantitative approach using proportionate stratified random sampling. The initial sample consisted of 106 respondents (Slovin formula); however, after data screening to remove incomplete, inconsistent, and outlier responses, the final sample used for analysis was 84 respondents (N = 84). Data were collected through a 1–5 Likert-scale questionnaire. Validity testing showed all items were valid ( $r$  calculated  $>$   $r$  table of 0.212), and reliability testing showed the instrument was reliable (Cronbach's Alpha of 0.834 and 0.795). Descriptive statistics showed both variables were in the high category (mean X = 4.30; mean Y = 4.33). The Kolmogorov-Smirnov normality test showed the data were not normally distributed (Sig. = 0.001), so the hypothesis was tested using Spearman's Rho. The correlation result showed a coefficient of -0.029 with a significance of 0.794 ( $>$  0.05), leading to acceptance of H<sub>0</sub>. It is concluded that there is no significant relationship between understanding of Surah Al-Insyirah verses 5–6 and students' mindset, with a very weak and negative relationship strength, indicating that cognitive understanding alone is insufficient to shape mindset without a process of value internalization.*

**Keywords:** *Qur'anic understanding, Surah Al-Insyirah, mindset, normality test, Spearman's Rho correlation*

## **PENDAHULUAN**

Kemampuan menghadapi berbagai tantangan kehidupan merupakan salah satu kebutuhan penting yang harus dimiliki mahasiswa pada era modern. Dalam menghadapi

berbagai kesulitan akademik maupun nonakademik, pola pikir berperan dalam menentukan cara individu memahami, menilai, dan merespons setiap permasalahan yang dihadapi. Pola pikir yang positif tidak hanya membantu mahasiswa menyelesaikan berbagai tantangan selama masa perkuliahan, tetapi juga membentuk kemampuan adaptasi dan ketahanan diri dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan yang lebih kompleks pada masa mendatang.<sup>1</sup>

Pentingnya pola pikir dalam kehidupan juga didukung oleh berbagai hasil penelitian. Salah satunya adalah penelitian Denny Kodrat yang berjudul *Urgensi Perubahan Pola Pikir dalam Membangun Pendidikan Bermutu*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa perubahan pola pikir (*mindset*) terhadap hakikat pendidikan merupakan faktor penting dalam mewujudkan pendidikan yang berkualitas di tengah masyarakat.<sup>2</sup> Temuan tersebut mengindikasikan bahwa pola pikir tidak hanya memengaruhi cara individu memahami suatu keadaan, tetapi juga menentukan sikap dan tindakan yang diambil dalam menghadapi berbagai tantangan. Dengan demikian, penguatan pola pikir yang positif menjadi aspek yang perlu diperhatikan karena berperan dalam membantu individu beradaptasi, berkembang, dan menghadapi berbagai permasalahan kehidupan secara lebih konstruktif.<sup>3</sup>

Temuan serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Agatha Junita Kartika Supriyadi dkk. yang mengkaji hubungan *growth mindset* dengan stres akademik mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *growth mindset* cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan akademik. Selain itu, penelitian tersebut menemukan bahwa semakin tinggi tingkat *growth mindset* yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialaminya. Hasil ini menunjukkan bahwa pola pikir berperan dalam membentuk cara mahasiswa menyikapi tekanan dan kesulitan yang muncul selama proses perkuliahan. Dengan demikian, pola pikir yang positif dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi dan menghadapi berbagai tantangan akademik.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Ike Kurniawati et al., "Peningkatan Kemampuan Pemecahan Masalah untuk Mempersiapkan Generasi Unggul Menghadapi Tantangan abad 21," *SEMINAR NASIONAL PASCASARJANA 2019*.

<sup>2</sup> Fajar Nur Bahri et al., "Mengoptimalkan Pola Pikir Filsafat dan Islam di Kalangan Mahasiswa dan Dosen (Studi di Prodi Aqidah dan Filsafat Islam, UIN Sumatera Utara)." *Jurnal Theosofi dan Peradaban Islam*, no 1, (2025), hlm 95-96.

<sup>3</sup> MOH. AYYUB, "METODOLOGI BERPIKIR TAQIYUDDIN AL-NABHANI DALAM KITAB AL-TAFKIR", (Yogyakarta: Uin Sunan Kalijaga, 2015) hlm 1.

<sup>4</sup> Agatha Junita Kartika Supriyadi et al, "PENGARUH GROWTH MINDSET TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA," *Jurnal Pendidikan*, no 1, (2023), hlm 287.

Dalam perspektif Islam, Al-Qur'an Surah Al-Insyirah dikenal mengandung nilai optimisme dan penguatan mental melalui ajaran bahwa setiap kesulitan senantiasa disertai dengan kemudahan.<sup>5</sup> Sebagai bentuk penguatan spiritual, Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 5–6 menjelaskan bahwa:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا<sup>6</sup>

Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.<sup>7</sup> Ayat tersebut menegaskan bahwa setiap kesulitan senantiasa disertai dengan kemudahan. Pengulangan ayat menunjukkan penekanan terhadap pentingnya sikap optimis dan keyakinan kepada Allah SWT dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Dalam penafsiran para ulama, ayat ini dipahami sebagai bentuk penguatan mental agar individu tidak mudah berputus asa ketika menghadapi ujian. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa Surah Al-Insyirah ayat 5–6 mengajarkan cara pandang yang positif terhadap kesulitan, yang berkaitan dengan pola pikir individu dalam memaknai dan merespons berbagai tantangan kehidupan. Relevansi nilai-nilai tersebut terhadap aspek psikologis manusia kemudian menjadi perhatian para peneliti dan dikaji dalam berbagai penelitian terdahulu.<sup>8</sup>

Salah satunya adalah penelitian Eko Hardi Ansyah, Hindun Muassamah, dan Cholichul Hadi yang berjudul “*Tadabbur Surat Al-Insyirah untuk Menurunkan Stres Akademik Mahasiswa.*” Hasil penelitian menunjukkan bahwa tadabbur Surah Al-Insyirah berpengaruh dalam menurunkan stres akademik mahasiswa melalui penguatan sikap optimis, sabar, tawakal, serta perubahan cara pandang individu terhadap tekanan yang dihadapi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai yang terkandung dalam Surah Al-Insyirah memiliki relevansi dengan aspek psikologis individu, khususnya dalam membentuk respons yang lebih positif terhadap berbagai tantangan kehidupan.<sup>9</sup>

Penelitian lain dilakukan oleh Mahmud Rifaannudin, Abdul Aziz, dan Ilham Habibullah dalam artikel berjudul “*Positive Mind dan Efikasi Diri Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Munasabah Surat Al-Insyirah).*” Penelitian tersebut mengkaji konsep *positive mind* dan efikasi diri berdasarkan kandungan Surah Al-Insyirah melalui pendekatan tafsir munasabah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antar ayat dalam Surah Al-Insyirah mengandung nilai-nilai psikologis yang mendorong terbentuknya sikap positif, seperti sabar, kerja keras, optimisme, keyakinan akan adanya kemudahan setelah kesulitan, serta tawakkal kepada Allah SWT. Temuan tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai yang terkandung dalam Surah Al-

<sup>5</sup> Nadea Siti Sa'adah et al., “Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah: Kajian Tafsir Maudu'i, “ *Gunung Djati Conference Series*, (2021) hlm 131.

<sup>6</sup> RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Quran, n.d

<sup>7</sup> Ibid.,

<sup>8</sup> Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad al-Anshari al-Qurthubi, *Al-Jami'il Ahkamil Qur'an*, Dar Al-Kutub al-Ilmiyah, hlm 73-74

<sup>9</sup> Eko Hardi Ansyah et al., “Tadabbur Surat Al-Insyirah untuk Menurunkan Stres Akademik Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, no.1, (2019).

Insyirah memiliki keterkaitan dengan pembentukan pola pikir positif dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan.<sup>10</sup>

Selaras dengan penelitian sebelumnya, Tri Wulandari, Hasep Saputra, dan Emmi Kholillah Harahap dalam jurnal berjudul “*Mengatasi Kesulitan Hidup dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Perspektif Bimbingan Konseling*” menunjukkan bahwa nilai-nilai yang terkandung dalam Surah Al-Insyirah, seperti optimisme, kesabaran, tawakal, keteguhan iman, serta keyakinan akan adanya kemudahan setelah kesulitan, dapat diimplementasikan dalam proses bimbingan konseling untuk membantu individu menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Temuan tersebut menegaskan bahwa Surah Al-Insyirah tidak hanya memiliki dimensi spiritual, tetapi juga berkontribusi dalam penguatan aspek mental dan emosional individu dalam menghadapi tekanan kehidupan.<sup>11</sup>

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yusnan Setiawan dan Muhamad Rokim dalam artikel berjudul “*Surat Al-Insyirah dalam Perspektif Nakiroh dan Ma'rifah*” mengkaji Surah Al-Insyirah melalui pendekatan kaidah nahwu, khususnya konsep nakiroh dan ma'rifah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kaidah tersebut dalam ayat 5–6 memberikan pemahaman makna yang lebih mendalam, yaitu bahwa satu kesulitan yang bersifat tertentu (ma'rifah) diiringi dengan kemudahan yang bersifat umum dan berulang (nakiroh), sehingga dimaknai sebagai penegasan bahwa setiap kesulitan selalu disertai dengan kemudahan. Temuan ini menunjukkan bahwa kajian kebahasaan Al-Qur'an turut memperkuat pemahaman terhadap nilai optimisme yang terkandung dalam Surah Al-Insyirah.<sup>12</sup>

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, kajian mengenai Surah Al-Insyirah telah berkembang dalam berbagai perspektif, baik dalam bidang psikologi seperti stres akademik, *positive mind*, dan efikasi diri, maupun dalam bidang bimbingan konseling serta analisis kebahasaan melalui pendekatan nahwu. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa Surah Al-Insyirah memiliki keterkaitan dengan pembentukan sikap positif dan ketahanan psikologis individu dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Namun demikian, kajian yang secara khusus menguji hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswa, khususnya dalam konteks kuantitatif, masih jarang diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi gap penelitian tersebut dengan menganalisis hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan pola pikir mahasiswi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Rumusan ini diajukan untuk mengetahui secara empiris keterkaitan antara pemahaman nilai-nilai yang terkandung dalam ayat tersebut dengan cara berpikir mahasiswa dalam merespons berbagai situasi akademik maupun kehidupan sehari-hari.

---

<sup>10</sup> Mahmud Rifaannudin et al, “Positive Mind Dan Efikasi Diri Persepektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Munasabah Surat Al-Insyirah), *Jurnal Ulunnuha*, no.2, (2023)

<sup>11</sup> Tri Wulandari et al, “Mengatasi Kesulitan Hidup Dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Persepektif Bimbingan Konseling.” *Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam*, no.2, (2024).

<sup>12</sup> Yusnan Setiawan et al., “Surat Al-Insyirah Dalam Perspektif Nakiroh Dan Ma'rifah.” *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, no.2 (2022)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Tujuan ini diarahkan untuk memberikan gambaran yang lebih terukur mengenai sejauh mana pemahaman terhadap kandungan ayat tersebut berkontribusi dalam membentuk pola pikir yang lebih positif, adaptif, dan konstruktif dalam menghadapi tantangan akademik.

Adapun manfaat penelitian ini secara teoretis diharapkan dapat memperkaya kajian keilmuan Al-Qur'an dan psikologi, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara nilai-nilai Qur'ani dalam Surah Al-Insyirah dengan pembentukan pola pikir individu. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa dalam memahami serta menginternalisasi nilai-nilai Surah Al-Insyirah sebagai dasar penguatan pola pikir yang lebih positif dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik maupun kehidupan sehari-hari.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian berorientasi pada pengukuran variabel dalam bentuk angka yang selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik. Penelitian dilaksanakan di Institut Agama Islam Imam Asy-Syafii Indonesia mulai awal April hingga akhir tahun 2026. Proses penelitian mencakup tahap persiapan instrumen, pengumpulan data, serta pengolahan dan analisis data penelitian. Pemilihan lokasi penelitian disesuaikan dengan karakteristik responden yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu mahasiswi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Populasi penelitian terdiri dari seluruh mahasiswi aktif Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir semester 2 sampai semester 8 dengan jumlah keseluruhan 143 orang. Pembatasan responden hanya pada mahasiswi dilakukan sebagai langkah metodologis untuk meminimalkan pengaruh perbedaan gender terhadap hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan pola pikir. Dalam kajian psikologi maupun pendidikan, gender diketahui dapat memengaruhi proses berpikir, pola kognitif, serta cara individu memahami teks keagamaan. Oleh sebab itu, penggunaan populasi yang homogen diharapkan mampu meningkatkan validitas internal penelitian dan mengurangi potensi bias penelitian.

Teknik sampling yang diterapkan dalam penelitian ini adalah proportionate stratified random sampling. Teknik tersebut dipilih karena populasi penelitian terbagi dalam beberapa strata berdasarkan tingkatan semester. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel

minimum sebanyak 106 responden. Selanjutnya, jumlah sampel pada masing-masing semester ditentukan secara proporsional sesuai jumlah populasi tiap strata agar seluruh tingkatan semester tetap terwakili secara seimbang.

Data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung melalui penyebaran kuesioner kepada responden menggunakan Google Form. Kuesioner tersebut digunakan untuk memperoleh data mengenai hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Sementara itu, data sekunder diperoleh melalui studi kepustakaan yang bersumber dari jurnal ilmiah, buku, website, dan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner dan studi literatur. Kuesioner digunakan sebagai instrumen utama dalam memperoleh data penelitian secara langsung dari responden. Adapun studi literatur dilakukan untuk memperkuat landasan teori dan mendukung pembahasan penelitian melalui berbagai sumber ilmiah yang relevan dengan tema penelitian, seperti pemahaman Surah Al-Insyirah, pola pikir, psikologi, dan pendidikan Islam. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju dengan skor 5 sampai 1. Penggunaan skala Likert bertujuan untuk memudahkan proses pengukuran dan pengolahan data secara statistik.

Variabel penelitian terdiri atas dua variabel, yaitu pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 sebagai variabel X dan pola pikir mahasiswi sebagai variabel Y. Variabel X merujuk pada tingkat pemahaman responden terhadap kandungan Surah Al-Insyirah ayat 5–6, sedangkan variabel Y berkaitan dengan pola pikir mahasiswi terhadap kandungan ayat tersebut. Penelitian ini hanya berfokus pada pengujian hubungan atau keterkaitan antarvariabel dan tidak bertujuan untuk membuktikan adanya hubungan sebab-akibat.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu statistik deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji hipotesis. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian melalui nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi.<sup>13</sup> Uji validitas dilakukan untuk mengetahui tingkat ketepatan instrumen penelitian dengan membandingkan nilai corrected item-total correlation dengan r tabel pada

---

<sup>13</sup> Mula Tarigan et al., "STATISTIKA DESKRIPTIF." *Jurnal Ilmu Keperawatan*, no.2, (2024), hlm 188

taraf signifikansi 0,05.<sup>14</sup> Item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel.<sup>15</sup> Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha untuk mengetahui konsistensi instrumen penelitian. Instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar  $\geq 0,70$ .<sup>16</sup>

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data terlebih dahulu diuji menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov untuk mengetahui distribusi data penelitian. Hasil uji normalitas kemudian dijadikan dasar dalam menentukan teknik analisis yang digunakan. Jika data berdistribusi normal,<sup>17</sup> maka digunakan analisis parametrik, sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal digunakan analisis nonparametrik. Dalam penelitian ini, hubungan antara variabel dianalisis menggunakan korelasi Spearman's Rho apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas. Teknik Spearman's Rho merupakan analisis statistik nonparametrik yang digunakan untuk mengukur tingkat hubungan antarvariabel pada data ordinal atau data yang tidak berdistribusi normal.<sup>18</sup> Melalui analisis tersebut, penelitian bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

## PEMBAHASAN PENELITIAN

### HASIL

#### 1. Keterangan Data

Penelitian ini melibatkan 106 responden pada tahap awal pengumpulan data. Setelah dilakukan proses *data screening*, ditemukan sejumlah kuesioner yang tidak memenuhi syarat untuk diolah lebih lanjut, di antaranya karena pengisian tidak lengkap (*missing value*), pola jawaban yang tidak konsisten (*straight-lining*), atau indikasi *outlier* ekstrem yang berpotensi mendistorsi hasil analisis apabila tetap disertakan. Setelah dilakukan eliminasi terhadap data yang tidak memenuhi syarat tersebut, jumlah data yang digunakan pada seluruh tahap analisis

---

<sup>14</sup> Heny Puspasari et al., "Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19." *Jurnal Kesehatan*, no.1, (2022), hlm 68.

<sup>15</sup> Ibid.,

<sup>16</sup> Davacom, "Reliabilitas Cronbach's Alpha: Pengertian dan Contoh." [SumberAjar.com](https://www.sumberajar.com), 30 april 2026.

<sup>17</sup> REKTOR SIANTURI, "UJI NORMALITAS SEBAGAI SYARAT PENGUJIAN HIPOTESIS TEST NORMALITY AS A CONDITION OF HYPOTHESIS TESTING." *JURNAL PEMBELAJARAN DAN MATEMATIKA SIGMA (JPMS)*, no.1, (2025) hlm 1.

<sup>18</sup> Resi Vusvitasari et al., "Kajian Hubungan Koefisien Korelasi Pearson ( $\rho$ ), Spearman-Rho ( $r$ ), Kendall-Tau ( $\tau$ ), Gamma (G), dan Somers d." *e-Jurnal Statistika*.

dalam penelitian ini meliputi uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji korelasi adalah sebanyak 84 responden (N = 84).

## 2. Deskriptif Statistik

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian, meliputi nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi pada variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) dan variabel pola pikir mahasiswi (Y). Instrumen penelitian ini menggunakan **skala Likert 1–5**, dengan skor 1 menunjukkan "Sangat Tidak Setuju" dan skor 5 menunjukkan "Sangat Setuju".

**Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif**

No	Statistik	X	Y
1	Mean	4,30	4,33
2	Median	5	5
3	Std. Deviation	0,87	0,89
4	Minimum	1	1
5	Maksimum	5	5

*N* = 84

Berdasarkan Tabel 1, variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) memperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 4,30 dengan median 5, standar deviasi 0,87, nilai minimum 1, dan nilai maksimum 5. Variabel pola pikir mahasiswi (Y) memperoleh nilai mean sebesar 4,33, median 5, standar deviasi 0,89, dengan nilai minimum 1 dan maksimum 5.

Mengacu pada skala Likert 1–5 yang digunakan, nilai rata-rata kedua variabel yang berada di atas angka 4 menunjukkan bahwa tingkat pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan pola pikir mahasiswi berada pada kategori **tinggi**. Median sebesar 5 pada kedua variabel memperkuat temuan ini, menunjukkan bahwa mayoritas responden memberikan jawaban pada kategori "Setuju" hingga "Sangat Setuju" terhadap item pernyataan yang diajukan. Nilai standar deviasi yang berada di bawah 1 pada kedua variabel menunjukkan bahwa sebaran data relatif **homogen**, yaitu jawaban responden tidak terlalu beragam dan cenderung terkumpul di sekitar nilai rata-rata.

## 3. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui tingkat ketepatan dan kelayakan instrumen penelitian dalam mengukur variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan dengan membandingkan

nilai *r* hitung (*corrected item-total correlation*) dengan nilai *r* tabel pada taraf signifikansi 0,05. *Degree of freedom* (df) ditentukan dengan rumus  $n - 2$ , sehingga diperoleh  $df = 82$  ( $N = 84$ ), dengan nilai *r* tabel sebesar **0,212**.

**Tabel 2. Hasil Uji Validitas Variabel Pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5-6 (X)**

NO	r hitung Corrected Item – Total Correlation	r table (n=84, α = 0,05)	Status
1	0.563	0.212	Valid
2	0.563	0.212	Valid
3	0.514	0.212	Valid
4	0.664	0.212	Valid
5	0.686	0.212	Valid
6	0.726	0.212	Valid
7	0.760	0.212	Valid
8	0.815	0.212	Valid
9	0.792	0.212	Valid

**Tabel 3. Hasil Uji Validitas Variabel Pola Pikir Mahasiswi (Y)**

NO	r hitung Corrected Item – Total Correlation	r table (n=84, α = 0,05)	Status
1	0.489	0.212	Valid
2	0.570	0.212	Valid
3	0.580	0.212	Valid
4	0.734	0.212	Valid
5	0.733	0.212	Valid
6	0.728	0.212	Valid
7	0.714	0.212	Valid
8	0.508	0.212	Valid
9	0.471	0.212	Valid

Hasil pengujian pada Tabel 2 dan Tabel 3 menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan pada variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) memiliki nilai *r* hitung berkisar antara 0,514 hingga 0,815, dan seluruh item pada variabel pola pikir mahasiswi (Y) memiliki nilai *r* hitung berkisar antara 0,471 hingga 0,734. Karena seluruh nilai tersebut lebih besar dibandingkan *r* tabel sebesar 0,212, maka seluruh item pernyataan pada kedua variabel dinyatakan **valid** dan layak digunakan sebagai instrumen pengukuran dalam penelitian ini.

#### 4. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian dalam mengukur variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha, dengan kriteria suatu variabel dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha  $\geq 0,70$  (sitasi: lengkapi rujukan Anda).<sup>19</sup>

**Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas**

NO	Variable	Cronbach's alpha	Nilai Kritis	Status
1	Pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X)	0.834	0,7	Reliable
2	Pola Pikir Mahasiswi (Y)	0.795	0,7	Reliable

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,834, sedangkan variabel pola pikir mahasiswi (Y) memperoleh nilai sebesar 0,795. Kedua nilai tersebut berada di atas ambang batas reliabilitas sebesar 0,70 sehingga instrumen pada masing-masing variabel dinyatakan memiliki tingkat keandalan yang baik dan memenuhi syarat untuk digunakan pada tahap analisis berikutnya.

#### 5. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, dengan kriteria data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas**

Variable	Statistik	df	Sig.	Keterangan
X (Pemahaman Surah al-Insyirah Ayat 5 dan 6)	0.208	84	0.001	Tidak normal (p < 0,05)
Y (Pola Pikir)	0.206	84	0.001	Tidak normal (p < 0,05)

<sup>19</sup> Andi Maulana, Analisis Validitas, “Reliabilitas, dan Kelayakan Instrumen Penilaian Rasa Percaya Diri Siswa.” *Jurnal Kualita Pendidikan*, no.3, (2022), 134.

Berdasarkan Tabel 5, variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) dan variabel pola pikir mahasiswi (Y) masing-masing memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai signifikansi pada kedua variabel tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ), sehingga data penelitian dinyatakan tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi nonparametrik Spearman's Rho, yang sesuai digunakan pada data yang tidak memenuhi asumsi normalitas.

**6. Uji Spearman's rho**

Uji korelasi Spearman's Rho dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 (X) dengan variabel pola pikir mahasiswi (Y). Dasar pengambilan keputusan: apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka terdapat hubungan antarvariabel; sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka tidak terdapat hubungan antarvariabel.

**Tabel 6. Uji Spearman's rho**

<b>X ( Pemahaman surah Al-Insyirah Ayat 5-6 )</b>	<b>Correlation Coefficient</b>	<b>-.029</b>
	Sig. (2-tailed)	794
	N	84
<b>Y (Pola Pikir)</b>	<b>Correlation Coefficient</b>	<b>-.029</b>
	Sig. (2-tailed)	794
	N	84

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,029 dengan signifikansi (2-tailed) sebesar 0,794 (N = 84). Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ( $0,794 > 0,05$ ), maka **H0 diterima dan H1 ditolak**. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa **tidak terdapat hubungan yang signifikan** antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,029 juga menunjukkan bahwa hubungan antarvariabel, jika ada, tergolong sangat lemah <sitasi: lengkapi rujukan pedoman interpretasi Anda> dan bersifat negatif.

## PEMBAHASAN

### 1. Deskriptif Statistik

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa tingkat pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan pola pikir mahasiswi berada pada kategori tinggi berdasarkan skala Likert 1–5 yang digunakan, dengan sebaran data yang homogen pada kedua variabel. Temuan ini relevan dengan kandungan Surah Al-Insyirah ayat 5–6:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا<sup>20</sup>

*Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.*<sup>21</sup>

Ayat ini menegaskan prinsip bahwa kesulitan senantiasa disertai jalan keluar. Secara teoritis, internalisasi terhadap makna ayat tersebut diasumsikan dapat membentuk pola pikir yang lebih optimis dan adaptif dalam menghadapi tekanan kehidupan maupun akademik — meskipun, sebagaimana dibahas pada bagian uji korelasi, asumsi tersebut tidak terbukti secara statistik dalam penelitian ini.

### 2. Uji Validitas

Hasil pengujian validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan pada kedua variabel memiliki nilai *r hitung* yang melampaui *r tabel* sebesar 0,212 (df = 82, N = 84). Hal ini menunjukkan bahwa setiap butir pernyataan mampu merepresentasikan indikator variabel yang diteliti secara tepat, sehingga instrumen yang digunakan dinilai layak untuk mengukur tingkat pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan pola pikir mahasiswi sesuai dengan tujuan penelitian.

### 3. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas batas minimum 0,70, yang mengindikasikan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi internal yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen mampu memberikan hasil pengukuran yang stabil apabila digunakan pada pengukuran berulang, sehingga layak digunakan pada tahap analisis selanjutnya.

---

<sup>20</sup> RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Quran, n.d

<sup>21</sup> Ibid.,

#### 4. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai signifikansi sebesar 0,001, yang berarti data tidak berdistribusi normal. Temuan ini secara langsung menentukan pemilihan teknik analisis korelasi: karena asumsi normalitas tidak terpenuhi, pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi nonparametrik Spearman's Rho, bukan korelasi Pearson yang mensyaratkan distribusi normal. Pemilihan ini sejalan dengan prinsip metodologis bahwa data yang tidak memenuhi asumsi normalitas tetap dapat dianalisis secara valid melalui pendekatan nonparametrik tanpa mengurangi keabsahan hasil penelitian.

#### 5. Uji Korelasi Spearman's rho

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan pola pikir mahasiswi, dibuktikan melalui nilai signifikansi sebesar 0,794 ( $> 0,05$ ) dan koefisien korelasi sebesar -0,029 yang menunjukkan hubungan sangat lemah dan negatif. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi tidak terbukti dalam penelitian ini. Temuan ini menarik untuk dicermati karena bertentangan dengan ekspektasi teoritis awal, sehingga perlu ditelusuri melalui beberapa argumen berikut:

**Pertama, kesenjangan antara pemahaman kognitif dan internalisasi nilai.**

Pemahaman terhadap suatu ayat bersifat kognitif-tekstual dan tidak secara otomatis disertai penghayatan atau pengamalan dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang dapat memahami makna "bersama kesulitan ada kemudahan" secara literal tanpa menjadikannya kerangka berpikir aktif saat menghadapi tekanan nyata. Pemahaman terhadap ayat Al-Qur'an tidak selalu diiringi dengan penghayatan dan penerapan dalam kehidupan sehari-hari; seseorang mungkin memahami makna ayat secara kognitif namun belum menjadikannya landasan berpikir dan bersikap dalam menghadapi masalah.

**Kedua, sifat multifaktorial dari pola pikir.** Pola pikir merupakan konstruk yang dibentuk oleh banyak faktor secara simultan, seperti lingkungan keluarga, pengalaman hidup, kondisi psikologis, lingkungan sosial, dan latar belakang pendidikan. Faktor-faktor tersebut kemungkinan memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan pemahaman keagamaan semata, sehingga pemahaman ayat hanya berkontribusi sebagai salah satu dari banyak variabel yang membentuk pola pikir, bukan sebagai faktor tunggal yang determinan.

**Ketiga, keterbatasan desain penelitian.** Penelitian ini bersifat korelasional dengan pengukuran lintas-seksi (*cross-sectional*) yang hanya menangkap kondisi pada satu titik waktu, sehingga tidak dapat mendeteksi proses internalisasi nilai yang bersifat bertahap. Instrumen pengukuran pemahaman ayat dalam penelitian ini juga terbatas pada aspek kognitif dan belum menjangkau dimensi afektif maupun konatif (perilaku), yang kemungkinan menjadi mediator penting antara pemahaman dan pola pikir.

Dengan demikian, temuan ini menegaskan bahwa pembentukan pola pikir tidak cukup hanya bergantung pada pengetahuan religius secara kognitif, melainkan memerlukan proses internalisasi nilai spiritual yang lebih mendalam agar dapat tercermin secara konsisten dalam sikap dan cara pandang seseorang terhadap kehidupan. Temuan ini sekaligus membuka ruang bagi penelitian lanjutan yang mengukur dimensi afektif dan konatif secara lebih komprehensif, atau menggunakan desain longitudinal untuk menangkap proses internalisasi nilai secara lebih akurat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

**Pertama,** tingkat pemahaman mahasiswi terhadap Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dan tingkat pola pikir mahasiswi berada pada kategori tinggi, dengan nilai rata-rata masing-masing sebesar 4,30 dan 4,33 pada skala Likert 1–5, serta sebaran data yang relatif homogen pada kedua variabel (standar deviasi < 1).

**Kedua,** instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur kedua variabel dinyatakan valid (nilai  $r$  hitung seluruh item >  $r$  tabel 0,212) dan reliabel (Cronbach's Alpha 0,834 untuk variabel X dan 0,795 untuk variabel Y), sehingga layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

**Ketiga,** hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data kedua variabel tidak berdistribusi normal (Sig. = 0,001 < 0,05), sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi nonparametrik Spearman's Rho.

**Keempat,** dan menjadi temuan utama penelitian ini, hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,029 dengan signifikansi 0,794 (> 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak — artinya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pemahaman Surah Al-Insyirah ayat 5–6 dengan pola pikir mahasiswi, dan kekuatan hubungan antarvariabel tergolong sangat lemah serta bersifat negatif.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pemahaman tekstual-kognitif terhadap suatu ayat Al-Qur'an tidak secara otomatis berkorelasi dengan pembentukan pola pikir seseorang. Pembentukan pola pikir yang positif kemungkinan lebih dipengaruhi oleh proses internalisasi nilai secara mendalam serta faktor-faktor lain di luar pemahaman keagamaan, seperti lingkungan keluarga, pengalaman hidup, kondisi psikologis, dan latar belakang pendidikan. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pengetahuan keagamaan yang bersifat kognitif belum cukup untuk membentuk pola pikir tanpa diiringi proses penghayatan dan pengamalan nilai dalam kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abu Abdillah Muhammad bin Ahmad al-Anshari al-Qurthubi, *Al-Jami'il Ahkamil Qur'an*, Dar Al-Kutub al-Ilmiyah, hlm 73-74
- Agatha Junita Kartika Supriyadi et al, "PENGARUH GROWTH MINDSET TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA," *Jurnal Pendidikan*, no 1, (2023), hlm 287.
- Andi Maulana, Analisis Validitas, "Reliabilitas, dan Kelayakan Instrumen Penilaian Rasa Percaya Diri Siswa." *Jurnal Kualita Pendidikan*, no.3, (2022), 134.
- Davacom, "Reliabilitas Cronbach's Alpha: Pengertian dan Contoh." [SumberAjar.com](https://www.sumberajar.com), 30 april 2026.
- Eko Hardi Ansyah et al., "Tadabbur Surat Al-Insyirah untuk Menurunkan Stres Akademik Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, no.1, (2019).
- Fajar Nur Bahri et al., "Mengoptimalkan Pola Pikir Filsafat dan Islam di Kalangan Mahasiswa dan Dosen (Studi di Prodi Aqidah dan Filsafat Islam, UIN Sumatera Utara)." *Jurnal Theosofi dan Peradaban Islam*, no 1, (2025), hlm 95-96.
- Heny Puspasari et al., "Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19." *Jurnal Kesehatan*, no.1, (2022), hlm 68.
- Ike Kurniawati et al., "Peningkatan Kemampuan Pemecahan Masalah untuk Mempersiapkan Generasi Unggul Menghadapi Tantangan abad 21," *SEMINAR NASIONAL PASCASARJANA 2019*.
- Mahmud Rifaannudin et al, "Positive Mind Dan Efikasi Diri Persepektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Munasabah Surat Al-Insyirah), *Jurnal Ulunnuha*, no.2, (2023)
- MOH. AYYUB, "METODOLOGI BERPIKIR TAQIYUDDIN AL-NABHANI DALAM KITAB AL-TAFKIR", (Yogyakarta: Uin Sunan Kalijaga, 2015) hlm 1.
- Mula Tarigan et al., "STATISTIKA DESKRIPTIF." *Jurnal Ilmu Keperawatan*, no.2, (2024), hlm 188

Nadea Siti Sa'adah et al., "Ketenangan Hati Perspektif Surah Al-Insyirah: Kajian Tafsir Maudu'i," *Gunung Djati Conference Series*, (2021) hlm 131.

RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Quran, n.d

Tri Wulandari et al, "Mengatasi Kesulitan Hidup Dengan Nilai-Nilai Surah Al-Insyirah: Persepektif Bimbingan Konseling." *Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam*, no.2, (2024).

Yusnan Setiawan et al., "Surat Al-Insyirah Dalam Perspektif Nakiroh Dan Ma'rifah." *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, no.2 (2022)