



***MUHASABAH* SEBAGAI UPAYA
PEMBENTUKAN SIKAP *ALTRUIS* PADA
KOMUNITAS SAHABAT MUSLIMAH
KABUPATEN KENDAL**



TITAH IFFAHAINI PATRISTA
NIM. 3320019

2024

**MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN
SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT
MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

TITAH IFFAHAINI PATRISTA

NIM. 3320019

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

**MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN
SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT
MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

TITAH IFFAHAINI PATRISTA

NIM. 3320019

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Titah Iffahaini Patrasta
NIM : 3320019
Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 7 Agustus 2024

Penulis,



Titah Iffahaini Patrasta
NIM. 3320019

NOTA PEMBIMBING

Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag

Ds. Karangjampo, RT 01/RW 2 Kec. Tirto Kab. Pekalongan, 51151

Lamp : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdri. Titah Iffahaini Patrasta

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Prodi Tasawuf Dan Psikoterapi

di-

PEKALONGAN

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Titah Iffahaini Patrasta

NIM : 3320019

Judul : **MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN
SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT
MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 7 Agustus 2024
Pembimbing,


Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag
NIP. 197409182005011004



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161

Website: fuad.uiningsud.ac.id | Email: fuad@uiningsud.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **TITAH IFFAHAINI PATRISTA**
NIM : **3320019**
Judul Skripsi : **MUHASABAH SEBAGAI UPAYA
PEMBENTUKAN SIKAP ALTRUIS PADA
KOMUNITAS SAHABAT MUSLIMAH
KABUPATEN KENDAL**

yang telah diujikan pada Hari Kamis, 12 September 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II

Kholid Novivanto, MA. Hum
NIP. 198810012019031008

Adib 'Aunillah Fasya, M. Si
NIP. 199201212022031001

Pekalongan, 20 September 2024

Disahkan Oleh

Dekan



Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah hasil Keputusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba'	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	sa'	Š	s (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	ha'	ḥ	ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	ẓ	zet (dengan titik diatas)
ر	ra'	R	Er
ز	Z	Z	Zet

س	S	S	Es
ش	Sy	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik dibawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik dibawah)
ط	T	ṭ	te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	'ain	‘	koma terbalik (diatas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	M	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	We
ه	ha'	Ha	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia yang terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang dilambangkan berupa tanda atau harakat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	A	A

◌ِ	Kasrah	I	I
◌ُ	Dhammah	U	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap dalam bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	Ai	a dani
...وْ	Fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh:

كَتَبَ	- Kataba
فَعَلَ	- Fa'ala
ذَكَرَ	- ŷukira
يَذْهَبُ	- yaŷhabu
سُئِلَ	- su'ila
كَيْفَ	- kaifa
هَوَّلَ	- haula

3. Maddah

Maddah atau vocal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
...اِ...	Fathah dan alif atau ya	A	A dan garis di atas
...ى	Kasrah dan ya	I	I dan garis di atas
...وْ	Hammah dan wau	U	U dan garis di atas

Contoh:

قَالَ	- Qāla
-------	--------

رَمَى	-	Ramā
قِيلَ	-	Qīla

4. Ta'arbutah

Transliterasi untuk ta'arbutah ada dua:

a. Ta'arbutah hidup

Ta'arbutah hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah "t".

b. Ta'arbutah mati

Ta'arbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

c. Kalau pada kata terakhir dengan ta'arbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta'arbutah itu ditransliterasikan dengan ha(h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ	-	raudah al-aṭfāl
	-	raudatulafāl
الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ	-	al-Madīnah al-Munawwarah
	-	al-Madīnatul al-Munawwarah
طَلْحَةَ	-	talḥah
	-	

5. Syaddah

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddahitu.

Contoh:

رَبَّنَا	-	Rabbanā
نَزَّلَ	-	Nazzala
الْبِرِّ	-	al-birr

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال namun dalam transliterasi ini kata sandang itu di bedakan atas kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah dan kata sandang yang diikuti huruf qamariyah.

- a. Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah.

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan dengan bunyinya, yaitu huruf/1/diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الرَّجُلُ - *ar-rajulu*

السَّيِّدُ - *as-sayyidu*

الشَّمْسُ - *as-syamsu*

- b. Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah.

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan sesuai aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Contoh:

القَلَمُ - *al-qalamu*

البَدِيعُ - *al-badi'u*

الْجَلَالُ - *al-jalalu*

- c. Baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa ditransliterasikan dengan apostrof. Namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak diawal kata, isi dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa Alif.

Contoh:

النَّوْءُ - *an-nau'*

شَيْئٌ - *syai'un*

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim maupun harf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka transliterasi ini, penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

مَجْرًا	بِسْمِ	<i>bismillāhimajrehāwamursahā</i>
هَأَوْمُرْسَاهَا		
إِبْرَاهِيمَ الْخَلِيلِ		<i>ibrāhīm al-khalīl</i>
		<i>ibrāhīmul-khalīl</i>

9. Huruf Kapital

Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: Huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ	<i>Wa mā Muhammadun illā rasl</i>
--------------------------------	-----------------------------------

Penggunaan huruf kapital hanya untuk Allah bila dalam tulisa Arabnya memang lengkap demikian dan kalau tulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak digunakan.

Contoh:

نَصْرُ مِنَ اللَّهِ وَفَتْحُ	<i>Naṣrunminallāhiwafathunqarīb</i>
قَرِيبٌ	

10. Tajwid

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



PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan kalimat Hamdalah dan rasa syukur yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan segala kenikmatan, pertolongan dan kemudahan penulis dalam menyusun skripsi ini.
2. Diri sendiri yang telah berusaha dan berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu saya Nur Hayati yang telah memberikan dukungan dan doa. Serta almarhum kakek saya Sutarno dan almarhumah nenek saya Sutariyah.
4. Dosen pembimbing skripsi Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penulisan skripsi.
5. Ibu Cintami Farmawati, M. Psi selaku ketua program studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan dan selaku dosen pembimbing akademik.
6. Teman saya Shabtina, Adhita, dan Khusnul yang selalu memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi.
7. Teman-teman UKM Sport khususnya divisi Basket UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah berproses bersama selama di kampus.
8. Teman-teman seperjuangan program studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2020 UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
9. Keluarga besar komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal yang telah berkenan untuk dijadikan tempat penelitian.

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

Q.S Al-Insyirah ayat 6



ABSTRAK

Titah Iffahaini Patrasta. 3320019. 2024. *Muhasabah* Sebagai Upaya Pembentukan Sikap *Altruis* pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal. Skripsi. Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing: Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag.

Kata Kunci: *Muhasabah*, Sikap *Altruis*

Sikap *Altruis* merupakan sikap yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena manusia merupakan makhluk sosial yang akan membutuhkan bantuan dari orang lain. Sikap *Altruis* adalah sikap yang diwajibkan dalam islam, kita sebagai umat islam harus saling tolong-menolong terhadap sesama. Namun dengan perkembangan zaman, sikap tersebut dikesampingkan dan tidak terlihat pada generasi muda terutama pemuda perempuan yang merupakan generasi penerus dan guru utama bagi anak-anaknya. *Muhasabah* merupakan kegiatan yang menjadi salah satu cara untuk pembentukan sikap *Altruis* di Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: 1. Bagaimana sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal? 2. Bagaimana penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal?. Tujuan dari penelitian ini yaitu: 1. Mengetahui sikap *Altruis* pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal? 2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal?.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan tasawuf. Jenis penelitian lapangan (field research). Sumber data primer yang didapat dari pembimbing, ketua, anggota dan keluarga anggota komunitas. Sumber data sekunder yang didapat dari buku dan situs internet. Teknik pengumpulan data: observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini adalah Sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal sebelum mengikuti kegiatan *Muhasabah* masih kurang baik seperti: tidak mau membantu, berpura-pura tidak tau jika ada yang kesusahan, memilih-milih dalam menolong, tidak mempedulikan pendapat, tidak suka berbaur, cuek dengan keadaan disekitar, tidak mau menerima orang lain, menganggap amal merupakan hal yang biasa, beranggapan bahwa semakin banyak

memberi maka semakin banyak harta yang habis, mempertimbangkan hartanya jika mau memberi, memiliki tujuan tertentu ketika memberi. Namun setelah mengikuti kegiatan *Muhasabah* mulai terbentuk sikap *Altruis* yang baik seperti inisiatif dan sigap dalam menolong, mau menghargai orang lain dan tidak keras kepala dalam bekerja sama, tidak egois dan peduli dalam kepentingan orang lain, dermawan dan ikhlas dalam bersedekah. Penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal terdiri dari persiapan: posisi duduk nyaman, mendengarkan musik lembut kemudian ustadzah atau pengurus memberikan nasehat atau puisi yang berhubungan dengan tema. Metode dalam kegiatan *Muhasabah*: berdoa dan membaca kalimat dzikir. Waktu dan tempat pelaksanaan *Muhasabah* pukul 10:30, durasi pelaksanaan kurang lebih 1 jam diruangan agar nyaman dan fokus tidak terganggu oleh kegiatan lain. Terakhir: evaluasi oleh ustadzah dan pengurus komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal.




KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “*Muhasabah* sebagai Upaya Pembentukan Sikap *Altruis* pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal”. Shalawat serta salam senantiasa turunkan kepada Nabi Muhammad SAW agar mendapatkan syafaat di hari akhir. Dengan mengucapkan kalimat Hamdalah dan rasa syukur yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Prof. Dr. Sam’ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang sekaligus menjadi dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penulisan skripsi.
4. Ibu Cintami Farmawati, M. Psi selaku ketua program studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan dan selaku dosen pembimbing akademik
5. Teman-teman dari program studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2020 UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan
6. Keluarga besar komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal yang telah berkenan untuk dijadikan tempat penelitian

Penulis sangat berterimakasih kepada pihak-pihak yang sudah berkontribusi dalam pembuatan skripsi ini, semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak dan mohon maaf atas kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini.

Pekalongan, 6 Agustus 2024



Titah Iffahaini Patrasta

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PERSEMBAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	iii
PERSEMBAHAN	xii
MOTTO	xiii
ABSTRAK	xiv
KATA PENGANTAR	xvi
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Tinjauan Pustaka.....	7
F. Metode Penelitian	13
G. Sistematika Penulisan	16
BAB II MUHASABAH DAN SIKAP ALTRUIS	17
A. <i>Muhasabah</i>	17
1. Pengertian <i>Muhasabah</i>	17
2. Macam-Macam <i>Muhasabah</i>	19
3. Keutamaan <i>Muhasabah</i>	22

B. Sikap <i>Altruis</i>	25
1. Pengertian Sikap <i>Altruis</i>	25
2. Faktor yang Mempengaruhi Sikap <i>Altruis</i>	29
3. Aspek-Aspek Sikap <i>Altruis</i>	33
BAB III MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL	36
A. Gambaran Umum Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal	36
1. Sejarah Komunitas Sahabat Muslimah.....	36
2. Struktur Kepengurusan Komunitas Sahabat Muslimah	36
3. Kegiatan di Komunitas Sahabat Muslimah	37
B. Sikap <i>Altruis</i> pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal	40
C. Penerapan <i>Muhasabah</i> dalam Upaya Pembentukan Sikap <i>Altruis</i> pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal	52
BAB IV ANALISIS MUHASABAH SEBAGAI UPAYA PEMBENTUKAN SIKAP ALTRUIS PADA KOMUNITAS SAHABAT MUSLIMAH KABUPATEN KENDAL	57
A. Analisis Sikap <i>Altruis</i> pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal	57
B. Analisis Penerapan <i>Muhasabah</i> dalam Upaya Pembentukan Sikap <i>Altruis</i> pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal	62
BAB V PENUTUP.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR LAMPIRAN

1. Pedoman Observasi, Wawancara dan Dokumentasi
2. Hasil Observasi, Wawancara dan Dokumentasi
3. Daftar Riwayat Hidup
4. Surat Keterangan Similarity Checking
5. Surat Izin Penelitian
6. Surat Telah Melakukan Penelitian
7. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Komunitas Sahabat Muslimah Kendal merupakan satu-satunya komunitas perempuan yang menjadi wadah untuk melakukan perubahan kearah islam bagi generasi muda di kabupaten Kendal. Komunitas ini terbentuk sejak tahun 2017 dengan dua ustadzah yang sekaligus menjadi pembina dalam komunitas sahabat muslimah kendal. Banyak kegiatan rutin yang dilakukan dalam komunitas ini, seperti kajian rutin, sharing time, donasi dan kegiatan sosial lainnya.¹

Muhasabah menurut Al-Ghazali adalah suatu perhitungan dari diri seseorang kepada semua perbuatan yang telah dlakukannya, contohnya adalah saat seorang penjual yang mempertimbangkan antara modall, untung dan rugi. Modal sseorang hamba kepada agama yaitu ibadah fardhu, keuntungan yaitu ibadah sunah, dan kerugian yaitu perbuatan-perbuatan maksiiat.² *Muhasabah* didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh manusia dalam mengetahui berbagai sisi yang terdapat didalam dirinya berupa kedalaman batin dan keluasan jiwanya, setelah itu menunjukkan apa yang ada didalam dirinya. Dari pengertian tersebut, *muhasabah* merupakan kerja spiritual dan merupakan suatu proses lahirnya intelektual untuk menggali nilai kemanusiaan.³

Orang yang bermuhasabah akan membandiingkan antara kenikmatan yang diberikan oleh Allah dengan perbuatan

¹ Dwi. Ketua Komunitas Sahabat Muslimah Kendal, Wawancara pribadi 6 November 2023

² Siti Alfiatun Hasanah, Konsep Muhasabah dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran al-Ghazali, *Jurnal Al-Dirayah*, Vol 1, Mei 2018, hlm. 57

³ Muhammad Fathullah Gulen, *Tasawuf untuk Kita Semua*, (Jakarta Selatan: Republika Penerbit, 2014) hlm.33

buruk yang dilakukannya. Dengan adanya perbandingan tersebut, seseorang akan lebih mengetahui mana yang lebih banyak antara mendapatkan kenikmatan atau melakukan keburukan. Selanjutnya ia akan memperbanyak ibadah, melakukan hal baik yang menjadi kewajibannya dan meninggalkan hal buruk yang dilarang oleh Allah.⁴

Salah satu bentuk dari *muhasabah* menurut Imam Al-Ghazali adalah *musyarathah* yang artinya memotivasi diri sendiri agar melakukan perbuatan atau perilaku yang baik kepada diri sendiri maupun terhadap orang lain.⁵ Setelah seseorang *bermuhasabah* memperbaiki diri dengan cara mengikuti hal yang akan berdampak positif bagi kehidupannya dan merenungi perbuatan-perbuatan yang dilakukan dalam kehidupannya, maka rasa peduli dan keinginan untuk menolong orang lain akan muncul dengan baik karena ia akan selalu berusaha menjadi orang yang baik agar dicintai oleh Allah dan merasa iba melihat sesama makhluk ciptaan Allah sedang kesulitan. Karena umat islam bagaikan satu tubuh, apabila ada satu tubuh yang sedang sakit maka yang lainnya akan merasakan juga.⁶ *Muhasabah* dalam komunitas sahabat muslimah Kendal yaitu kajian, berkumpul dengan sesama muslim saling memperbaiki diri kemudian merenungi hal-hal yang telah kita lakukan dan keadaan yang terjadi di kehidupan. Perenungan dilakukan agar materi dari kajian bisa benar-benar masuk kehati dan diterapkan agar hidupnya selalu lebih baik.

Altruis merupakan sebutan bagi seseorang yang sangat menomor satukan keperluan orang lain dibanding

⁴ Ismi Else, Skripsi: *Hubungan Muhasabah dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang*, (Palembang: UIN Palembang) 2022 hlm. 16

⁵ Iqbal Syafri, *Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency*, *Jurnal Khazanah Pendidikan Islam*, Vol.2, No.3, 2022 hlm. 130

⁶ Dwi. Ketua Komunitas Sahabat Muslimah Kendal, Wawancara pribadi 6 November 2023

mengutamakan keperluannya sendiri. *Altruisme* adalah sudut pandang tentang mementingkan orang lain. Sedangkan *altruistis/altruistik* adalah sifat mengutamakan kepentingan orang lain.⁷ *Altruisme* merupakan sikap yang baik dalam masyarakat dan menjadi hal yang penting dalam agama, selain itu juga sering dianggap sebagai aturan dalam beretika. *Altruisme* dibedakan menjadi dua yaitu dengan menggunakan rasa loyalitas dan rasa kewajiban. *Altruisme* memfokuskan pada motivasi dalam menolong orang lain dan kemauan dalam melaksanakan hal baik tanpa memikirkan imbalan. Hal tersebut juga merupakan salah satu bentuk kewajiban morall dari orang tertentu seperti raja, organsasi khusus dan Tuhan. *Altruisme* merupakan bentuk memberi kepada orang lain tanpa memikirkan untung atau rugi.⁸

Terdapat tiga ciri-ciri dari *altruisme* menurut pendapat Choen: empatii merupakan kemampuan dalam merasakan perasaan yang sedang dirasakan orang lain, keinginan dalam memberi kebutuhan yang dibutuhkan oleh orang lain, dan sukarela dalam memberi bantuan untuk orang lain tanpa adanya keinginan dalam mendapatkan imbalan. Sedangkan ciri-ciri *altruisme* menurut pendapat Leeads: tindakan yang dilakukan bukan karena kepentingannya sendiri, artinya saat seseorang melakukan perbuatan *altruis* mungkin akan ada resikonya namun sama sekali tidak mengharapkan mendapat imbalan berupa materi, mencari kebaikan nama, kepercayaan dan tidak berniat untuk menghindari pemikiran buruk terhadap diri sendiri. Tindakan dilakukan murni karena kesukarelaannya sendiri dan yang diinginkan hanya rasa puas setelah mendapatkan keberhasilan dalam tindakan tersebut. Hasil baik

⁷ Alif Zulfikar, Skripsi: *Hubungan antara Empati dengan Perilaku Altruisme pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, (Surabaya: UNTAG Surabaya), 2021 hlm. 9

⁸ Indah Rahayu Winiastuti, Skripsi: *Altruisme Tokoh Utama dalam Novel di Atas Pena Engkau Melamarku Karya E. Sabila El Raihany (kajian psikologi sastra)*, (Purwokerto: UMP Purwokerto) 2013 hlm. 7

bagi penolong yaitu mendapatkan rasa tersendiri didalam dirinya seperti merasa bangga, puas diri, dan bahagia atas perbuatannya yang sama seperti kebutuhan bagi orang yang ditolongnya.⁹

Bentuk dari sikap *altruis* antara lain adalah seseorang akan lebih sering membantu orang lain yang sedang membutuhkan bantuan, akan lebih senang melakukan aktifitas yang dilakukan secara ramai-ramai karena dengan berkerjasama akan merasa bersosialisasi antar sesama manusia dan pekerjaannya akan lebih cepat selesai, ketika memberikan bantuan terhadap orang lain tidak akan memikirkan imbalan, menurutnya bermanfaat bagi orang lain dapat menimbulkan perasaan positif dalam dirinya, mengutamakan nilai kejujuran dan suka beramal atau suka memberi orang yang lebih membutuhkan.¹⁰

Pemuda merupakan generasi penerus dan garda terdepan dari perubahan yang seharusnya berlomba untuk menyebarkan kebaikan dan kepedulian terhadap sesama. Namun yang terlihat dari generasi muda saat ini jauh dari pemahaman islam tentang sikap saling peduli dan tolong menolong. Kebanyakan dari mereka terlalu sibuk dengan urusannya sendiri tanpa memperdulikan permasalahan yang terjadi disekitarnya. Sebagaimana yang terjadi di komunitas sahabat muslimah kabupaten Kendal terdapat masalah mengenai sikap *altruis* yaitu para anggota hanya mengikuti rutinan kajian karena menurut mereka hanya kegiatan itu yang menguntungkan atau mempunyai banyak manfaat bagi dirinya sendiri. Sedikit dari mereka yang berminat untuk mengikuti kegiatan lain seperti donasi dan kegiatan sosial karena kegiatan tersebut mengharuskannya untuk mengeluarkan banyak tenaga dan uang yang akan membuatnya capek dan menghabiskan uang. Selain

⁹ Miftahul Jannah, Skripsi: *Konsep Altruisme dalam Perspektif Al-Qur'an kajian integratif antara islam dan psikologi*, (Malang: UIN Malang) 2016 hlm. 25

¹⁰ Khairil, Skripsi: *Analisis Faktorial Dimensi Altruisme pada Relawan Bencana Alam*, (Malang: UIN Malang) 2014 hlm. 15

itu waktu sharing time mereka cenderung berfokus kepada permasalahan yang sedang dialaminya sendiri karena masalah dari orang lain yang dia tau bukan menjadi urusannya dan hanya merepotkan jika membantu mencari solusi. Selanjutnya kami berupaya membuat sebuah wadah bagi para pemuda di kabupaten Kendal agar saling belajar dan bahu-membahu satu sama lain menuju kejalan yang diridhoi Allah SWT. Salah satu cara yang dilakukan dalam komunitas ini adalah *muhasabah* diri yang berharap bisa berpengaruh terhadap sikap peduli kepada sesama muslim. Mengajak sesama muslim untuk bergabung dalam komunitas sahabat muslimah Kendal sudah termasuk kedalam sikap kepedulian terhadap sesama muslim karena selain untuk memperbaiki diri sendiri juga mempunyai keinginan agar bisa belajar dan menjadi lebih baik bersama-sama supaya orang lain tidak terjerumus kedalam hal yang tidak diinginkan.¹¹

Hal ini bagaimana dikemukakan oleh Aisyah yang merupakan anggota dari komunitas sahabat muslimah Kendal. Dia mengatakan bahwa setelah bergabung dikomunitas sahabat muslimah Kendal selain mendapatkan ilmu agama yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan juga lebih membuka kepekaan saya terhadap sesama manusia terutama yang sedang tertimpa musibah.¹²

Berdasarkan paparan pada latar belakang tersebut penulis berniat untuk membuat sebuah penelitian yang berjudul **“*Muhasabah* Sebagai Upaya Pembentukan Sikap *Altruis* Pada Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal”**.

¹¹ Dwi. Ketua Komunitas Sahabat Muslimah Kendal, Wawancara Pribadi 6 November 2023

¹² Aisyah. Anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal, Wawancara Pribadi 5 Januari 2024

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan memperhatikan pokok pemikiran di atas, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal?
2. Bagaimana penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* dan dampaknya pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* dan dampaknya pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal

D. Manfaat Penelitian

Setelah melihat tujuan dari penelitian tersebut, maka penelitian ini berharap bisa bermanfaat dan bermaslahat, diantaranya:

1. Manfaat Teoris

Bisa memperkaya khasanah intelektual dan berharap bisa dijadikan sebagai kajian penelitian yang relevan bagi penelitian selanjutnya. Terutama mengenai muhasabah diri sebagai upaya pembentukan sikap *altruis*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Komunitas

Dapat memberi manfaat sebagai acuan bagi komunitas untuk dapat menerapkan teori tentang *muhasabah* sebagai pembentukan sikap *altruis*.

- b. Bagi Peneliti
Dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. *Muhasabah*

Secara bahasa, *muhasabah* berasal dari kata *hasaba*, *yuhasibu*, *muhasabah* yang mempunyai makna menghitung, mengevaluasi, mengoreksi dan berarti introspeksi.¹³ Sedangkan secara istilah adalah evaluasi dan koreksi diri secara menyeluruh terhadap kebaikan dan keburukan yang pernah dilakukan olehnya.¹⁴ *Muhasabah* merupakan upaya diri menuju kesuksesan dunia ataupun akhirat karena tidak hanya pada perhitungan semata namun sebagai batu loncatan dalam meningkatkan kualitas diri.¹⁵ Penting untuk manusia agar pada hari esok bisa lebih baik dari sekarang karena sebagai persiapan masa yang akan datang menjadi paling baik di sisi Allah SWT. Mengevaluasi tindakan yang kita lakukan pada kehidupan sehari-hari apakah perbuatan itu terdapat kemaksiatan atau bernar-benar merupakan bentuk ibadah dan bentuk pengabdian terhadap Allah SWT. *Muhasabah* juga sering dimaknai sebagai suatu bentuk perenungan terhadap diri sendiri yang tujuannya untuk menghitung perbuatan-perbuatan yang terjadi sebelum Allah SWT menghisab amal dari perbuatan kita pada hari pembalasan.¹⁶

¹³ Abdullah, *The Power of Muhasabah Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat*, (Medan: Perdana Publishing, 2016) hlm. 3-4

¹⁴ Azman Ismail, *Suara Khatib Baiturrahman*, (Aceh: CV. Naskah Aceh, 2020) hlm. 10

¹⁵ Supriyadi, *Pintu-Pintu Hikmah*, (Jakarta Pusat: Elex Media Komputindo, 2017) hlm. 180

¹⁶ Muru'atul Afifah, Terapi Muhasabah Diri Untuk Meningkatkan Kualitas Akhlak Mahasantri Putri Idia Prenduan, *Jurnal Riset Rumpuan Agama dan Filsafat*, Vol. 2, No. 1, April 2023 hlm. 146-147

b. Altruis

Altruisme adalah sebuah istilah yang berasal dari kata *autruis* yang termasuk kedalam bahasa Spanyol dan memiliki makna orang lain. Penjelasan menurut bahasa Latin berasal dari kata *alter* yang mempunyai arti orang lain atau lainnya. Penjelasan menurut bahasa Inggris berasal dari kata *altruism* yaitu memiliki arti mengutamakan keperluan dari orang lain. Menurut kamus ilmiah dijelaskan bahwa *altruisme* berarti suatu pemikiran yang lebih mengutamakan pada keharusan seseorang dalam melakukan pengabdian, memberikan rasa cinta, dan melakukan pertolongan kepada sesama. *Altruis* merupakan sifat yang lebih mempertahankan dan menomor satukan keperluan dari orang lain, selain itu juga mengutamakan perasaan cinta maupun rasa kasih sayang terhadap sesama makhluk. Termasuk kedalam sifat manusia yaitu suatu bentuk dorongan dalam melakukan perbuatan jasa dan kebaikan kepada orang lain.¹⁷

Itsar merupakan perbuatan mengutamakan orang lain terlebih dahulu dari pada diri sendiri. Seorang individu bisa dikatakan memiliki kepribadian *itsar* apabila dalam kehidupan sehari-hari sudah bisa beranggapan bahwa keperluan dan kepentingan dari orang lain harus diutamakan dari kepentingannya sendiri. *Al-itsar* juga didefinisikan sebagai suatu konsep perbuatan sosial dimana harus memperlakukan orang lain sebagaimana dia memperlakukan dirinya sendiri. Dapat diambil kesimpulan bahwa makna dari *itsar* yaitu perbuatan mengutamakan orang lain daripada diri sendiri terutama masalah dunia tanpa adanya

¹⁷ Khairil, Skripsi: *Analisis Faktorial Dimensi Altruisme pada Relawan Bencana Alam*, (Malang: UIN Malang) 2014 hlm. 13-14

paksaan dan bertujuan untuk mengharapkan manfaat diakhiratnya kelak.¹⁸

2. Penelitian yang Relevan

Dari permasalahan ini, maka sekiranya penulis perlu menjabarkan beberapa hasil penelitian yang tema pembahasannya sama. Hal itu bertujuan untuk mengetahui adanya letak perbedaan antara yang dibahas oleh penulis dengan penelitian yang sudah ada. Berikut pemaparannya;

Pertama: Skripsi yang berjudul “Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetanga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar” yang ditulis oleh Nimas Fitriatul Latifa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya tahun 2018. Pada skripsi ini memaparkan proses dari konseling terapi muhasabah dalam menambah rasa empati kepada ibu-ibu di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar dalam hidup bertetangga dengan cara identifikasi, diagnosis, prognosis, treatment dan follow-up. Adapun persamaan dari penelitian tersebut adalah tentang muhasabah dalam membentuk kepedulian terhadap orang lain. Sedangkan untuk perbedaannya adalah peneliti membahas tentang muhasabah dan eksistensi humanistik.

Kedua: Skripsi yang berjudul “Pengaruh Muhasabah dalam Meningkatkan Rasa Empati : Penelitian Pada Santri Wati Kelas XII di Pesantren Husainiyah Cicalengka” yang ditulis oleh Mida Nurhamidah Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung tahun 2019. Pada skripsi ini memaparkan hasil dari hipotesis yang telah dilakukan oleh

¹⁸ Fida Hidayati, *Konsep Altruisme dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (itsar)*, jurnal psikoislamika, Vol. 13 No. 1 2016 hlm. 60

peneliti adalah muhasabah dapat membantu adanya peningkatan dari rasa empati kalau diterapkan dengan serius dan diimbangi oleh niat ingin memperbaiki diri. jika muhasabah dilakukan terus menerus dan membuat kesepakatan dengan diri sendiri agar merubah keadaan lingkungan yang kurang harmonis maka akan muncul rasa empati dan berdampak pada lingkungan yang lebih harmonis. Adapun persamaan dipenelitian ini yaitu menjelaskan keterkaitan antara muhasabah dengan rasa empati. Sedangkan untuk perbedaannya adalah penelitian ini menggunakan metode asosiatif dengan pendekatan kuantitatif.

Ketiga: Skripsi yang berjudul “Altruisme Relawan Pada Komunitas ‘Kolektif Berliterasi’” yang ditulis oleh Tias Nurul Hikmah Jurusan Psikologi dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta 2022. Pada skripsi ini memaparkan bahwa mempunyai sikap altruisme dari aspek empati dengan cara melihat orang lain dalam kondisi kekurangan sehingga menumbuhkan rasa ingin membantu melakukan kebaikan dengan cara mengadakan bimbingan belajar dengan sukarela didaerah pedesaan. Kedua dengan aspek keyakinan antara keadilan dunia dengan keyakinan bahwa perbuatan baik akan ada balasan pahala yang melimpah. Ketiga aspek tanggung jawab sosial yaitu memberi bantuan terhadap masyarakat khususnya dalam permasalahan dibidang pendidikan dengan cara mengadakan bimbingan belajar dan mengadakan kegiatan sosial yaitu penggalangan dana saat adanya bencana. Keempat aspek kontrol diri, secara pribadi tidak akan merasa terbebani terhadap adanya tugas yang diberikan dari komunitas dan sering melakukan diskusi dengan anggota lain. Dan yang terakhir adalah aspek ego yang rendah artinya selalu mengutamakan kepentingan komunitas dan bersikap terbuka terhadap orang lain yang ingin bergabung ke dalam

komunitas. Adapun persamaan dari penelitian tersebut adalah adanya pembahasan mengenai altruisme didalam sebuah komunitas. Sedangkan untuk perbedaannya adalah teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis fenomenologi moustakas.

3. Kerangka Berfikir

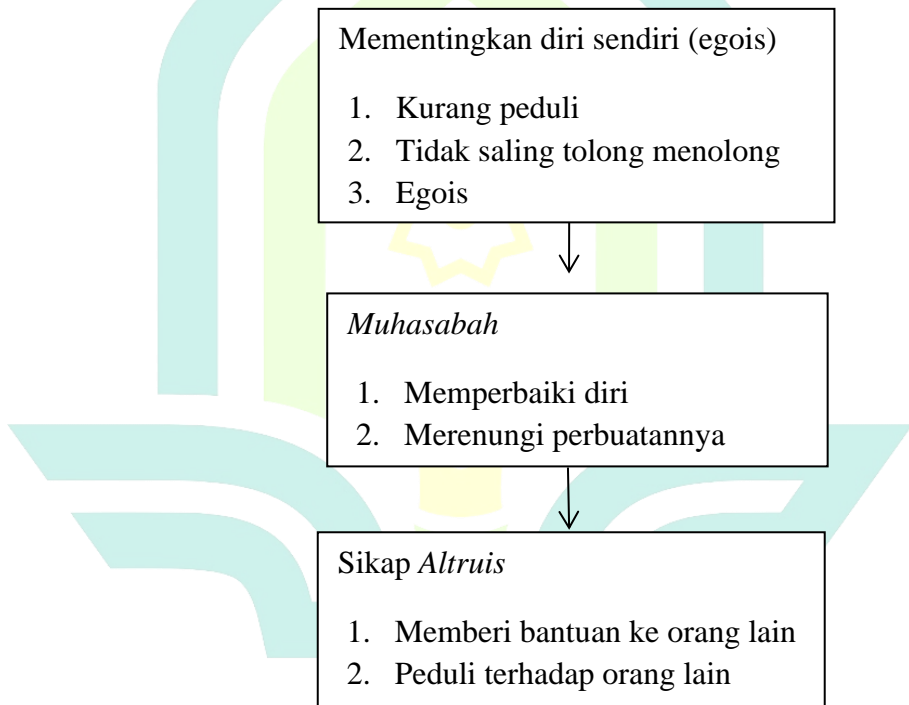
Sebagai manusia kita tidak akan bisa hidup secara individu, membutuhkan orang lain dalam kehidupan kita merupakan hal yang sangat wajar. Kepedulian terhadap sesama merupakan hal yang harus ada didalam diri semua orang. *Muhasabah* menjadi salah satu cara yang diterapkan dalam komunitas sahabat muslimah Kendal untuk mengatasi kurangnya kepedulian antar sesama muslim pada pemuda di kabupaten Kendal. Diharapkan dengan bermuhasabah bisa meningkatkan sikap altruis pada peduma-pemuda di kabupaten Kendal.

Menurut Toto Tasmara, muhasabah yaitu melakukan suatu perhitungan terhadap tindakannya antara di dunia maupun akhirat, tindakannya dengan sesama manusia di lingkungan dan menghitung lebih banyak antara kekurangan atau kelebihan dalam berhubungan dengan manusia.¹⁹ Jika muhasabah dilakukan dengan hati yang tulus maka selain memperbaiki diri sendiri akan membantu orang lain sesama muslim dalam memuhasabah diri.

Menurut Bartal, altruisme adalah tahap dimana seseorang melakukan perbuatan menolong orang lain secara sukarela. Perbuatannya semata-mata ingin menolong dan ingin bermanfaat bagi orang yang membutuhkan bantuan tanpa adanya harapan bentuk balasan atau imbalan dari orang

¹⁹ Muru'atul Afifah, *Terapi Muhasabah Diri Untuk Meningkatkan Kualitas Akhlak Mahasantri Putri Idia Prenduan, Jurnal Riset Rumpuan Agama dan Filsafat*, Vol. 2, No. 1, April 2023 hlm. 147

yang ditolong. Perbuatan menolong orang lain atas dasar kemauannya sendiri atas dasar prinsip-prinsip moral. Perbuatannya bermanfaat bagi keselamatan orang lain, seseorang bisa membantu kebutuhan yang dibutuhkan oleh orang lain, peduli terhadap orang yang sedang menderita dan memerlukan pertolongan, dan tidak mengharapkan keuntungan timbal balik atas perbuatannya.²⁰ Dalam kehidupan ini sangat membutuhkan sikap *altruis* karena memiliki pengaruh positif bagi diri sendiri terhadap Allah dan bagi orang yang ditolongnya. Jika seseorang bersungguh-sungguh dalam *muhasabah* dirinya, maka sikap *altruisme* akan tumbuh dengan sendirinya.



²⁰ Mochammad Bagus Setiawan, *Altruisme Ditinjau dari Empati pada Siswa SMK*, jurnal fakultas psikologi USM, Vol.1, No.1, 2013 hlm. 44

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah kualitatif yang merupakan prosedur penelitian dengan menyajikan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang yang diwawancarai. Hasil penelitiannya tidak diperoleh dengan prosedur statistik atau bentuk hitungan.²¹ Keilmuan yang digunakan adalah pendekatan tasawuf merupakan ilmu yang lebih memfokuskan dalam hal membersihkan aspek kerohanian dari diri manusia yang dapat menumbuhkan akhlak kebaikan. Seseorang bisa mengetahui cara membersihkan diri kemudian mengamalkannya dengan baik dan benar.²²

b. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah jenis penelitian lapangan atau Field Research, yaitu melakukan penelitian dengan cara terjun langsung ke lapangan agar mendapatkan informasi data secara langsung dari responden.²³

2. Sumber Data

- a. Sumber data primer adalah sumber data utama yang didapatkan dari lapangan atau didapatkan langsung dari objek penelitian dengan cara observasi dan wawancara. Sumber data primer didapat dari ketua, ustadzah,

²¹ Helaluddin Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif*, (Banten: Theologia Jaffray, 2019) hlm. 10

²² Ahmad Saefulloh, *Memadukan Pendekatan Psikologi dan Tasawuf dalam Studi Islam*, *Jurnal Kopertais*, Vol. 11, No. 1, 2023 hlm. 16

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017) hlm. 209

anggota dan keluarga dari anggota komunitas sahabat muslimah kendal.

- b. Sumber data sekunder adalah sumber data kedua atau pendukung. Didapatkan dari situs internet yang berhubungan dengan topik penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah salah satu tahapan dalam penelitian. Jika teknik pengumpulan data dilakukan dengan baik dan benar maka akan mendapatkan hasil data yang memiliki kualitas tinggi. Sebaliknya, jika dalam pengumpulan data terjadi kesalahan atau ketidak sempurnaan akan berakibat fatal atau data tidak valid yang berakibat pada hasil penelitian tidak bisa dipertanggung jawabkan.²⁴ Dalam penelitian ini terdapat tiga teknik pengumpulan data: observasi, wawancara dan dokumentasi.

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara peneliti datang langsung ke obyek penelitian, tujuannya adalah agar menggali informasi dari sumber data berupa peristiwa, tempat atau lokasi.

b. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan bertemu secara langsung dengan responden kemudian memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan topik pembahasan dalam penelitian.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pelengkap dan penambah keakuratan, kebenaran data atau informasi yang dikumpulkan. Dokumentasi dapat berupa tulisan ataupun gambar.²⁵

²⁴ Mudjia Rahardjo, *Metode Penelitian Data Kualitatif*, UIN-Malang Pres, Vo.1, No.1, 2017 hlm. 1

²⁵ Mega Teguh Budiarto, *Etnomatematika Teori, Pendekatan dan Penelitiannya*, (Sidoarjo: Zifatama Jawa, 2022) hlm. 114

4. Analisis Data

Analisis data adalah suatu proses dalam pengolahan data untuk menciptakan sebuah informasi yang baru. Tujuan dari analisis data supaya karakteristik dari data tersebut bisa lebih mudah dipahami dan bermanfaat bagi permasalahan yang berkaitan dengan penelitian.²⁶ Analisis data dalam penelitian ini adalah teknik analisis data deskriptif kualitatif. Teknik analisis data yang dipakai adalah yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman yaitu:

a. Reduksi data

Reduksi data adalah proses pembuatan rangkuman, pemilihan tema, pembuatan kategori dan pola tertentu hingga mempunyai makna. Tujuan dari reduksi data yaitu untuk mempertajam, memilih, memfokuskan, menghilangkan dan menyusun data untuk mendapatkan sebuah kesimpulan.

b. Penyajian data

Penyajian data adalah hubungan antar kategori agar mudah dipahami. Data yang sudah disusun secara rapi akan mempermudah pemahaman konsep, kategori dan hubungan dari masing-masing pola.

c. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian harus bisa menyajikan jawaban dari rumusan masalah yang diajukan. Berupa deskripsi mengenai objek atau fenomena dengan jelas.²⁷

²⁶ Almira Keumala Ulfah, *Ragam Analisis Data Penelitian (sastra, riset dan pengembangan)*, (Madura: IAIN Madura Press, 2022) hlm. 1

²⁷ Helaluddin Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitaitaf*, (Banten: Theologia Jaffray, 2019) hlm. 123

G. Sistematika Penulisan

Agar mempermudah dalam melihat ataupun mengetahui pembahasan yang terdapat didalam penelitian skripsi ini, maka diperlukan adanya sistematika yang menjadi kerangka dan pedoman penulisan skripsi. Adapun sistematika penulisannya sebagai berikut:

Bab I berisi pendahuluan yang didalamnya terdapat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II berisi tentang tinjauan umum *muhasabah* dan sikap *altruis*. Terdapat dua sub bab, yang pertama yaitu *muhasabah* dan yang kedua yaitu sikap *altruis*.

Bab III berisi tentang hasil penelitian yang terdiri dari tiga sub bab, pertama yaitu gambaran umum komunitas sahabat muslimah kabupaten Kendal, sub bab kedua bagaimana gambaran sikap *altruis* dan sub bab ke tiga yaitu penerapan *muhasabah* didalam pembentukan sikap *altruis* dan dampaknya pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal.

Bab IV berisi analisis yang terdiri dari dua sub bab, pertama yaitu analisis sikap *altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal dan sub bab ke dua yaitu analisis penerapan *muhasabah* didalam pembentukan sikap *altruis* dan dampaknya pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal.

Bab V penutupan yang didalamnya terdapat kesimpulan dan saran-saran.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

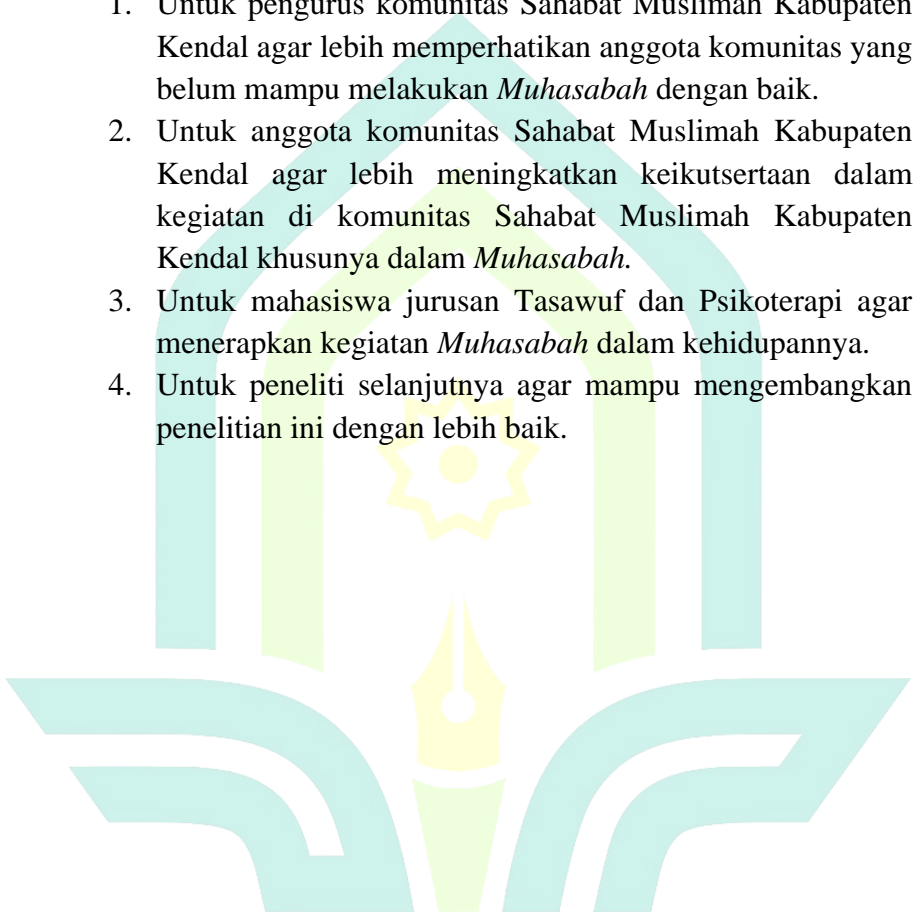
Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal sebelum mengikuti kegiatan *Muhasabah* masih kurang baik seperti: tidak mau membantu, berpura-pura tidak tau jika ada yang kesusahan, memilih-milih dalam menolong orang lain, tidak mempedulikan pendapat dari orang lain, tidak suka berbaur dengan orang lain, cuek dengan keadaan disekitar lingkungan, tidak mau menerima orang lain, menganggap amal merupakan hal yang biasa, beranggapan bahwa semakin banyak memberi maka semakin banyak harta yang habis, mempertimbangkan hartanya jika mau memberi kepada orang lain, memiliki tujuan tertentu ketika memberi. Namun setelah mengikuti kegiatan *Muhasabah* mulai terbentuk sikap *Altruis* yang baik seperti inisiatif dan sigap dalam menolong orang lain, mau menghargai orang lain dan tidak keras kepala dalam bekerja sama, tidak egois dan peduli dalam kepentingan orang lain, dermawan dan ikhlas dalam bersedekah.
2. Penerapan *Muhasabah* dalam upaya pembentukan sikap *Altruis* pada komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal terdiri dari persiapan yaitu posisi duduk ternyaman, mendengarkan musik lembut kemudian ustadzah atau pengurus memberikan kata-kata nasehat atau puisi yang berhubungan dengan tema kajian. Metode atau cara yang dilakukan dalam kegiatan *Muhasabah* yaitu berdoa bersama dan membaca kalimat dzikir. Waktu dan tempat pelaksanaan *Muhasabah* pukul 10:30 dengan durasi pelaksanaan

kurang lebih 1 jam ditempat yang tertutup atau diruangan agar nyaman dan fokus tidak terganggu oleh kegiatan lain. Terakhir adalah evaluasi oleh ustadzah dan pengurus komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal.

B. Saran

1. Untuk pengurus komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal agar lebih memperhatikan anggota komunitas yang belum mampu melakukan *Muhasabah* dengan baik.
2. Untuk anggota komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal agar lebih meningkatkan keikutsertaan dalam kegiatan di komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal khususnya dalam *Muhasabah*.
3. Untuk mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi agar menerapkan kegiatan *Muhasabah* dalam kehidupannya.
4. Untuk peneliti selanjutnya agar mampu mengembangkan penelitian ini dengan lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Aminol Rosid. 2023. *“Pedoman Fikih Lengkap Untuk Persoalan Modern”*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia
- Abdullah. 2016. *“The Power of Muhasabah Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat”*. Medan: Perdana Publishing
- Afifah, Muru’atul. 2023. *“Terapi Muhasabah Diri Untuk Meningkatkan Kualitas Akhlak Mahasantri Putri idha Prenduan”*. Jurnal Riset Rumpuan Agama dan Filsafat Vol.2, No.1
- Aisyah. 2024. Wawancara anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal. Kendal
- Al-Munajjid, Muhammad Bin Shalih. 2021. *“Pelajaran Tentang Muhasabah Diri”*. Yogyakarta: Hikam Pustaka
- Alwiansyah, Muhammad. 2021. *“Implementasi Metode Muhasabah dalam Pembinaan Karakter Siswa di SMP IT Ibnu Halim Medan”*. Medan: Skripsi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
- Anifah, Siti. 2024. Wawancara Keluarga Anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal. Kendal
- Budiarto, Mega Teguh. 2022. *“Etnomatematika Teori, Pendekatan dan Penelitiannya”*. Sidoarjo: Zifatama Jawara
- Agustin, Dwi Ayu. 2024. Wawancara ketua Komunitas Sahabat Muslimah Kendal. Kendal
- Else, Ismi. 2022. *“Hubungan Muhasabah dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang”*. Palembang: Skripsi UIN Palembang

- Fatimah, Siti. 2021. *“Altruisme (Al-Isar) dalam Perspektif Al-Qur’an”*.
Jurnal Mafatih Vol. 1, No. 2
- Gulen, Muhammad Fathullah. 2014 *“Tasawuf Untuk Kita Semua”*.
Jakarta Selatan: Republika Penerbit
- Hasanah, Mila. 2017. *“Pendidikan Islam Berbasis IESAQ”*. Jurnal UIN
Antasari, Vol. 6, No.2
- Hidayat, Komaruddin. 2016. *“Psikologi Sosial Aku, Kami dan Kita”*.
Jakarta: Penerbit Erlangga
- Hidayati, Fida. 2016. *“Konsep Altruisme dalam Perspektif Ajaran
Agama Islam (itsar)”*. Jurnal Psikoislamika Vol. 13, No. 1
- Hutagalung, Masyulida. 2021. *“Hubungan Antara Empati dengan
Altruisme pada Remaja di SMP Yayasan Pendidikan Citra
Harapan Percut dimasa Pandemi COVID 19”*. Medan:
Skripsi Universitas Medan Area
- Ismail, Azman. 2020. *“Suara Khatib Baiturrahman”*. Aceh: CV
Naskah Aceh
- Istifadah, Afina. 2022. *“Pengaruh Kebahagiaan dan Muhasabah
Terhadap Empati pada Mahasiswa UIN Walisongo
Semarang”*. Semarang: Skripsi UIN Semarang
- Jamaludin, Muhammad Iqbal. 2023. *“Penerapan Metode Muhasabah
an-nafs untuk Mengenal Potensi Diri Siswa pada Mata
Pelajaran PAI di SMA Negeri 1 Purwosari”*. Malang: Skripsi
UIN Malang
- Jannah, Miftahul. 2016. *“Konsep Altruisme dalam Perspektif Al-
Qur’an kajian integratif antara islam dan psikologi”*.
Malang: Skripsi UIN Malang

Kamaluddin, Ahmad. 2022. *“Kontribusi Regulasi Emosi Qur’ani dalam Membentuk Perilaku Positif”*. Surabaya: Cipta Media Nusantara

Khairil. 2014. *“Analisis Faktorial Dimensi Altruisme pada Relawan Bencana Alam”*. Malang: Skripsi UIN Malang

Khasanah, Aisyah Nur. 2024. Wawancara Anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal

Kuswati. 2024. Wawancara Keluarga Anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal. Kendal

Mulyadi, Seto. 2016. *“Psikologi Sosial”*. Jakarta: Penerbit Gunadarma

Murisal dan Sisrazeni. 2022. *“Psikologi Sosial Integratif”*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada

Muttaqin, Zainal. 2023. *“Muhasabah Al-Qur’an: Penafsiran dan Penerapannya sebagai Self Healing Manusia Modern”*. Journal of Humanities and Social Sciences Vol. 4 No. 2

Muvid, Muhammad Basyrul. 2020. *“Tasawuf Kontemporer”*. Jakarta: Penerbit Amzah

Naja, Daeng. 2023. *“Muhasabah”*. Jakarta: Uwais Inspirasi Indonesia

Nasution, Sri Ilham. 2023. *“Psikologi Sosial”*. Yogyakarta: Selat Media

Nurulita, Filza Mazaya. 2024. Wawancara Anggota Komunitas Sahabat Muslimah Kendal. Kendal

Observasi Komunitas Sahabat Muslimah Kabupaten Kendal

Qayyim, Ibnu. 2018. *“Thibbul Qulub Klinik Penyakit Hati”*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar

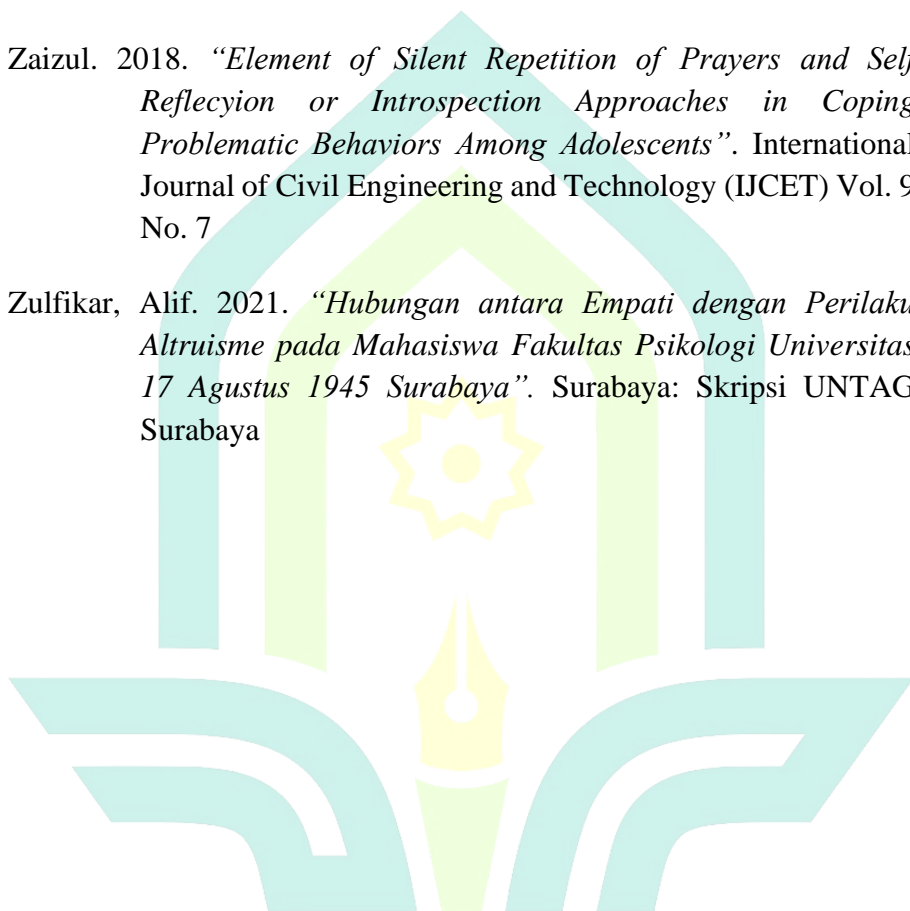
- Rahardjo, Mudjia. 2017. *“Metode Penelitian Data Kualitatif”*. UIN-Malang Pres Vol.1, No.1
- Rahmawati, Intan. 2022. *“Pengantar Psikologi Sosial”*. Yogyakarta: Bumi Aksara
- Saefulloh, Ahmad. 2023. *“Memadukan Pendekatan Psikologi dan Tasawuf dalam Studi Islam”*. Jurnal Kopertais Vol.11, No.1
- Saleh, Adnan Achiruddin. 2020. *“Psikologi Sosial”*. Sulawesi Selatan: IAIN Parepare Nusantara Press
- Setiawan, Mochammad Bagus. 2013. *“Altruisme Ditinjau dari Empati pada Siswa SMK”*. Jurnal Fakultas Psikologi USM Vol.1, No.1
- Sugiyono. 2017. *“Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D”*. Bandung: Alfabeta
- Supriyadi. 2017. *“Pintu-Pintu Hikmah”*. Jakarta Pusat: Elex Media Komputindo
- Suryaningsih, Kholifah Putri. 2022. *“Gambaran Muhasabah Penggemar K-POP pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2017 IAIN Kediri”*. Kediri: Skripsi IAIN Kediri
- Syafri, Iqbal. 2022. *“Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency”*. Jurnal Khazanah Pendidikan Islam Vol.2, No.3
- Takdir, Mohammad. 2019. *“Psikologi Syukur: Perspektif Psikologi Qur’ani dan Psikologi Positif Untuk Menggapai Kebahagiaan Sejati”*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Ulfah, Almira Keumala. 2022. *“Ragam Analisis Data Penelitian”*. Madura: IAIN Madura Press

Wijaya, Helalddin Hengki. 2019. *“Analisis Data Kualitatif”*. Banten: Theologia Jaffray

Winiastuti, Indah Rahayu. 2013. *“Altruisme Tokoh Utama dalam Novel di Atas Pena Engkau Melamarku Karya E Sabila El Raihany (kajian psikologi sastra)”*. Purwokerto: Skripsi UMP Purwokerto

Zaizul. 2018. *“Element of Silent Repetition of Prayers and Self Reflecyion or Introspection Approaches in Coping Problematic Behaviors Among Adolescents”*. International Journal of Civil Engineering and Technology (IJCET) Vol. 9 No. 7

Zulfikar, Alif. 2021. *“Hubungan antara Empati dengan Perilaku Altruisme pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya”*. Surabaya: Skripsi UNTAG Surabaya



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Titah Iffahaini Patrasta
NIM : 3320019
Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 13 Maret 2001
Agama : Islam
Alamat : Desa Jenarsari RT 03 RW 01 Kec.
Gemuh Kab. Kendal

Data Pendidikan

1. TK Mekarsari
2. SD Negeri Jenarsari
3. SMP Negeri 03 Weleri
4. SMK Muhammadiyah 03 Weleri
5. UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan

