# IMPLEMENTASI *MUḤĀSABAH* UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS PADA JAMAAH MAJELIS *AL BARZAKH* MEDONO KOTA PEKALONGAN

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi tugas akhir dan melengkapi syarat
guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)


Oleh:
**NOR KHOLISHOH**
**NIM. 3318019**



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

**2025**

# IMPLEMENTASI *MUḤĀSABAH* UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS PADA JAMAAH MAJELIS *AL BARZAKH* MEDONO KOTA PEKALONGAN

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi tugas akhir dan melengkapi syarat
guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)


Oleh:
**NOR KHOLISHOH**
**NIM. 3318019**


**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI**
**FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH**
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**
**K.H ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN**
**2025**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Nor Kholishoh

NIM : 3318019

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi yang berjudul "Implementasi *Muḥāsabah* Untuk Mengatasi Pergaulan Bebas Pada Jamaah Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan" ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain atau pengutipan yang melanggar etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti ditemukan pelanggaran terhadap etika kelimuan, maka saya secara pribadi bersedia menerima sanksi hukum yang dijatuhkan.

Demikian pernyataan ini, saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 03 Juli 2025

Yang menyatakan,

Nor Kholishoh

## NOTA PEMBIMBING

**Aris Priyanto, M. Ag.**
**Perum Griya Asri Bojong Blok D5 Desa Bojong Lor Kec. Bojong Kab. Pekalongan**

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Nor Kholishoh

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
*c.q* Ketua Prodi Tasawuf & Psikoterapi
di-
**PEKALONGAN**

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

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

Nama : Nor Kholishoh

NIM : 3318019

Judul : **IMPLEMENTASI *MUḤĀSABAH* UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS PADA JAMAAH MAJELIS AL-BARZAKH MEDONO PEKALONGAN**

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, 2 Juli 2025
Pembimbing,

**Aris Priyanto, M.Ag.**
**NIP. 198804062025211006**

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.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

# PENGESAHAN

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

Nama : **NOR KHOLISHOH**

NIM : **3318019**

Judul Skripsi : **IMPLEMENTASI MUHASABAH UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS PADA JAMAAH MAJELIS AL-BARZAKH MEDONO KOTA PEKALONGAN**

yang telah diujikan pada Hari Kamis, 10 Juli 2025 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Tasawuf & Psikoterapi.

Dewan Penguji

| Penguji I | Penguji II |
|---|---|
| **Prof. Dr. H. Imam Kanafi, M.Ag** | **Dr. Miftahul Ula, M.Ag** |
| **NIP. 197511201999031004** | **NIP. 197409182005011004** |

Pekalongan, 15 Juli 2025
Disahkan Oleh
**Dekan**

**Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag**
**NIP. 197411182000032001**

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – INDONESIA

Transliterasi Arab – Latin yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Mentri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158/1977 dan No.0543 b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap dalam Bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang dipandang sulit diserap dalam Bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

### 1. Konsonan

Fonemkonsonan Bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dala transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| أ | Alif | Tidak dilambangkan | Tidak dilambangkan |
| ب | Ba | B | Be |
| ت | Ta | T | Te |
| ث | Ṡa | ṡ | es (dengan titik di atas) |
| ج | Jim | J | Je |
| ح | Ḥa | ḥ | ha (dengan titik di bawah) |

| | | | |
|---|---|---|---|
| خ | Kha | Kh | ka dan ha |
| د | Dal | D | De |
| ذ | Żal | Ż | Zet (dengan titik di atas) |
| ر | Ra | R | er |
| ز | Zai | Z | zet |
| س | Sin | s | es |
| ش | Syin | sy | es dan ye |
| ص | Ṣad | ṣ | es (dengan titik di bawah) |
| ض | Ḍad | ḍ | de (dengan titik di bawah) |
| ط | Ṭa | ṭ | te (dengan titik di bawah) |
| ظ | Ẓa | ẓ | zet (dengan titik di bawah) |
| ع | `ain | ` | koma terbalik (di atas) |
| غ | Gain | g | ge |
| ف | Fa | f | ef |
| ق | Qaf | q | ki |
| ك | Kaf | k | ka |
| ل | Lam | l | el |
| م | Mim | m | em |
| ن | Nun | n | en |
| و | Wau | w | we |
| ه | Ha | h | ha |
| ء | Hamzah | ‘ | apostrof |
| ي | Ya | y | ye |

## 2. Vokal

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

a. Vokal Tunggal

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

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| ـَ | Fathah | a | a |
| ـِ | Kasrah | i | i |
| ـُ | Dammah | u | u |

b. Vokal Rangkap

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

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| ..ـَ.يْ | Fathah dan ya | ai | a dan u |
| ..ـَ.وْ | Fathah dan wau | au | a dan u |

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سُئِلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

***3. Maddah***

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Nama |
|---|---|---|---|
| ا.َ..ى.َ.. | Fathah dan alif atau ya | ā | a dan garis di atas |
| ..ى.ِ.. | Kasrah dan ya | ī | i dan garis di atas |
| ..و.ُ.. | Dammah dan wau | ū | u dan garis di atas |

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيْلَ qīla
- يَقُوْلُ yaqūlu

***4. Ta' Marbutah***

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

a. Ta' marbutah hidup

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

b. Ta' marbutah mati

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

c. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِيْنَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnahal-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةْ talhah

**5. *Syaddah (Tasydid)***

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- البِرُّ al-birr

**6. Kata Sandang**

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

a. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf "l" diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

b. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

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

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلاَلُ al-jalālu

***7. Hamzah***

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khużu
- شَيئٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

**8. Penulisan Kata**

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- وَ إِنَّ اللهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِيْنَ Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
  Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- بِسْمِ اللهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا Bismillāhi majrehā wa mursāhā

**9. Huruf Kapital**

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. 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:

- الْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ — Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/
  Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn
- الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ — Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

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

Contoh:

- اللهُ غَفُوْرٌ رَحِيْمٌ — Allaāhu gafūrun rahīm
- لِلّهِ الأُمُوْرُ جَمِيْعًا — Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

**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

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas rahmat, karunia, hidayah serta inayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam tak lupa saya panjatkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. Adapun segala kendala yang ada sudah berhasil dilewati, mulai dari berperang dengan diri sendiri sampai harus berdamai dengan keadaan. Tentunya hal tersebut karena adanya *support system* dari pihak lain. Oleh karena itu, selain untuk diri sendiri, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Muhsinin (Alm.) & Ibu Carkonah yang senantiasa sabar mengasuh, merawat, membimbing dan selalu mendoakan dengan ikhlas untuk kesuksesan saya, serta memberikan dorongan berupa materi maupun non-materi dan dukungan motivasi dalam setiap langkah yang saya tempuh dalam perkuliahan maupun diluar perkuliahan
2. Dipersembahkan untuk *Ya Syauqi* "Imron Syahdan" yang selalu memberikan semangat dan dukungan motivasi, selalu sabar dan tulus membersamai saya baik dalam dunia perkuliahan maupun diluar perkuliahan, sejak awal perkuliahan sampai detik ini.
3. Dosen Pembimbing Akademik saya, Ibu Cintami Farmawati, M. Psi., dan Dosen Pembimbing Skripsi saya, Bapak Aris Priyanto, M.Ag. yang telah membimbing dan memberikan dorongan serta memotivasi baik selama masa penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Afith Akhwanudin, M.Hum dan Ibu Annisa Mutoharoh, M. Psi. selaku Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

5. Kepada segenap dosen yang telah berkenan membimbing kami dalam setiap mata kuliah.
6. Keluarga Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 beserta alumni, yang sudah berbaik hati berbagi informasi, berbagi pengalaman dalam proses penyelesaian skripsi, dan berbagi motivasi untuk terus semangat.
7. Almamater saya tercinta jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

## MOTTO

Hidup dalam kesederhanaan bersama cinta Tuhan

إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغير ما بأنفسهم

"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum hingga kaum itu sendiri mengubah apa yang ada pada diri mereka"

# ABSTRAK

Kholishoh, Nor. 2025. Implementasi *Muḥāsabah* Untuk Mengatasi Pergaulan Bebas Pada Jamaah Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan. Skripsi. Fakultas/Jurusan: Ushuluddin, Adab, dan Dakwah/Tasawuf dan Psikoterapi, UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Aris Priyanto, M.Ag.

**Kata Kunci**: *Muḥāsabah*, Pergaulan Bebas, Implementasi *Muḥāsabah*.

Judul: Implementasi *Muḥāsabah* Untuk Mengatasi Pergaulan Bebas Pada Jamaah Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan

Pergaulan bebas merupakan salah satu persoalan sosial yang semakin mengkhawatirkan, termasuk di beberapa jamaah Majelis Al Barzakh Medono, Kota Pekalongan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi *muḥāsabah* sebagai salah satu metode pembinaan spiritual dalam mengatasi pergaulan bebas di kalangan jamaah tersebut. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pergaulan bebas yang terjadi di beberapa jamaah Majelis Al Barzakh disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya kontrol diri, lemahnya pemahaman agama, serta pengaruh besar dari lingkungan sekitar dan media sosial. Di antara faktor-faktor tersebut, lingkungan pergaulan dan media sosial merupakan penyebab paling dominan, di mana individu dengan mudah terpengaruh oleh gaya hidup permisif yang tidak sesuai dengan nilai-nilai keislaman.

Untuk mengatasi persoalan tersebut, Majelis Al Barzakh menerapkan metode *muḥāsabah* (introspeksi diri) yang dilakukan secara rutin dalam forum pengajian kitab. Dalam kegiatan *muḥāsabah* ini, para jamaah diajak untuk merefleksikan perjalanan hidup mereka, menyadari kesalahan yang telah dilakukan, serta memperbaiki diri melalui pendekatan spiritual dan bimbingan keagamaan. *Muḥāsabah* dilakukan dengan pendekatan yang menyentuh aspek hati dan kesadaran moral, dipandu langsung oleh Habib Taufiq R. Abildanwa yang menjadi pembina majelis.

Dari proses tersebut, terbukti bahwa *muḥāsabah* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengubah perilaku jamaah, khususnya bagi mereka yang sebelumnya terlibat dalam pergaulan bebas. Para pelaku menunjukkan perubahan perilaku secara bertahap, seperti meningkatnya kesadaran akan pentingnya menjaga diri, bertambahnya semangat untuk mendalami agama, serta terbentuknya pola pergaulan yang lebih sehat dan sesuai dengan ajaran Islam. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *muḥāsabah* dapat menjadi strategi efektif dalam pembinaan karakter dan penanggulangan masalah sosial, khususnya di lingkungan keagamaan.

## ABSTRACT

Kholishoh, Nor. 2025. *Implementation of Muḥāsabah to Overcome Free Association in the Congregation of the Al Barzakh Medono Assembly in Pekalongan City. Thesis. Faculty/Department: Ushuluddin, Adab, and Da'wah/Sufism and Psychotherapy, UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Supervisor Aris Priyanto, M.Ag.*

***Keywords:*** *Muḥāsabah, Free Association, Implementation of Muḥāsabah.*

*Title: Implementation of Muḥāsabah to Overcome Free Association in the Congregation of the Al Barzakh Medono Assembly in Pekalongan City*

*Free association is one of the increasingly worrying social problems, including in several congregations of the Al Barzakh Medono Assembly, Pekalongan City. This study aims to describe the implementation of muḥāsabah as one of the methods of spiritual development in overcoming free association among the congregation. Through a descriptive qualitative approach, data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation.*

*The results of the study showed that the promiscuity that occurred in several Al Barzakh Assembly congregations was caused by various factors, including lack of self-control, weak understanding of religion, and the great influence of the surrounding environment and social media. Among these factors, the social environment and social media are the most dominant causes, where individuals are easily influenced by a permissive lifestyle that is not in accordance with Islamic values.*

*To overcome this problem, Al Barzakh Assembly applies the muḥāsabah method (self-introspection) which is carried out routinely in the book study forum. In this muḥāsabah activity, the congregation is invited to reflect on their life journey, realize the mistakes they have made, and improve themselves through a spiritual approach and religious guidance. Muḥāsabah is carried out with an approach that touches the aspects of the heart and moral awareness, guided directly by Habib Taufiq R. Abildanwa who is the council's mentor.*

*From this process, it is proven that muḥāsabah has a significant influence in changing the behavior of the congregation, especially for those who were previously involved in promiscuity. The perpetrators showed gradual behavioral changes, such as increased awareness of the importance of self-care, increased enthusiasm for studying religion, and the formation of healthier social patterns in accordance with Islamic teachings. This study concludes that muḥāsabah can be an effective strategy in character building and overcoming social problems, especially in religious environments.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis panjatkan terhadap Tuhan semesta alam. Yang telah melimpahkan rahmat nikmat sehat wal'afiyat, dan hidayah serta inayah-Nya. Sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul "Implementasi *Muḥāsabah* Untuk Mengatasi Pergaulan Bebas Pada Jamaah Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan". Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad ﷺ yang kita nanti-nantikan syafaatnya, yang kelak di yaumul kiyamah nanti.

Penyusunan skripsi ini tidak akan mampu berjalan dengan baik dan benar tanpa keterlibatan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan kesempatan bagi Penulis untuk menyelesaikan studi di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Ibu Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan segala bantuan dan pelayanan dalam proses akademik.
3. Bapak Aris Priyanto, M. Ag.., selaku pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan bimbingan, dukungan, dan motivasi kepada Penulis selama masa penyelesaian skripsi.

4. Bapak Afith Akhwanudin, M.Hum. dan Annisa Mutohharoh, M. Psi., selaku Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi.
5. Ibu Cintami Farmawati, M. Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan nasihat dan motivasi.
6. Seluruh dosen dan staff Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
7. Serta seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada Penulis yang tidak mampu penulis sebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT membalas jasa segenap pihak yang telah berperan dalam membantu Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam penyusunan skripsi ini. Namun, sebab kesadaran akan keterbatasan dan ketidakmampuan serta pemahaman pengetahuan yang Penulis miliki, maka kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat Penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

**DAFTAR ISI**


COVER ..... i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... ii
NOTA PEMBIMBING ..... iii
PENGESAHAN ..... iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – INDONESIA ..... v
PERSEMBAHAN ..... xiii
MOTTO ..... xv
ABSTRAK ..... xvi
ABSTRACT ..... xvii
KATA PENGANTAR ..... xviii
DAFTAR ISI ..... xx
DAFTAR GAMBAR ..... xxi
DAFTAR LAMPIRAN ..... xxii
BAB I 1 PENDAHULUAN ..... 1
A. Latar Belakang ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 9
C. Tujuan Penelitian ..... 9
D. Manfaat Penelitan ..... 10
E. Tinjauan Pustaka ..... 10
F. Metode Penelitian ..... 25
G. Sistematika Penulisan ..... 30
BAB II PERGAULAN BEBAS DAN TEORI *MUḤĀSABAH* ..... 32
A. *Muḥāsabah* ..... 32
B. Pergaulan Bebas ..... 40
BAB III IMPLEMENTASI *MUḤĀSABAH* UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS JAMAAH MAJELIS *AL BARZAKH* MEDONO ..... 54
A. Profil Majelis *Al-Barzakh* ..... 54
B. Kondisi Jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan ..... 57
C. Implementasi *Muḥāsabah* Jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan ..... 68
BAB IV ANALISIS *MUḤĀSABAH* UNTUK MENGATASI PERGAULAN BEBAS ..... 74
A. Analisis Pergaulan Bebas Jamaah Majelis Al Barzakh ..... 74
B. Implementasi *Muḥāsabah* melalui Kajian Kitab oleh Habib Taufiq R. Abildanwa ..... 77
BAB V PENUTUP ..... 81
A. Kesimpulan ..... 81
B. Saran ..... 82
DAFTAR PUSTAKA ..... I
LAMPIRAN ..... IV

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir ..... 24

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Observasi ..... IV
Lampiran 2 Transkrip Wawancara ..... VI
Lampiran 3 Dokumentasi ..... XII
Lampiran 4 Daftar Riwayat Hidup ..... XVI

# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Pergaulan bebas merupakan fenomena sosial yang menjadi perhatian serius di banyak komunitas, termasuk di Kota Pekalongan. Fenomena ini mengacu pada perilaku sosial di mana individu, terutama remaja dan dewasa, terlibat dalam interaksi sosial yang tidak terikat oleh nilai-nilai moral atau keagamaan yang kuat. Pergaulan bebas dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan moralitas, peningkatan kasus kekerasan seksual, penyalahgunaan narkoba, serta permasalahan psikologis dan sosial lainnya. Pergaulan bebas tersebut sering kali berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, psikis dan mental individu. Secara umum, pergaulan bebas mengacu pada gaya hidup dimana individu terlibat dalam hubungan interpersonal yang cenderung tidak terikat atau kurang memperhatikan norma-norma sosial yang biasa berlaku dalam masyarakat meliputi perilaku sosial yang liberal (seks bebas), konsumsi alkohol atau obat-obatan terlarang secara berlebihan serta berpartisipasi dalam aktivitas sosial yang dianggap tidak konvensional atau melanggar nilai-nilai tradisional.

Pergaulan bebas di Kota Pekalongan saat ini merupakan fenomena yang patut diperhatikan. Pergaulan bebas merupakan fenomena sosial yang semakin mengkhawatirkan dikalangan remaja dan dewasa diberbagai kota pada khusunya di Kelurahan Medono Kota Pekalongan. Fenomena pergaulan bebas di Medono Kota Pekalongan ini beragam-ragam bentuknya, mencakup

perilaku yang tidak sesuai norma dan nilai budaya setempat seperti hubungan seksual pranikah, penyalahgunaan narkoba dan konsumsi alkohol serta bermain judi baik secara *offline* maupun *online*. Pergaulan bebas di Kota Pekalongan saat ini merupakan fenomena yang patut diperhatikan. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), angka kehamilan di luar nikah di kota ini mengalami peningkatan signifikan dalam lima tahun terakhir. Pada tahun 2023, tercatat lebih dari 500 kasus kehamilan di luar nikah di Pekalongan, naik dari 300 kasus pada tahun 2018. Selain itu, data dari Dinas Kesehatan Kota Pekalongan juga mencatat peningkatan kasus HIV hingga april 2023 sebanyak 58 kasus dan kasus Sifilis (raja singa) tercatat meningkat sebanyak 7 kasus.[1] Hal ini mencerminkan tren yang mengkhawatirkan terkait dengan gaya hidup masyarakat kota yang semakin terbuka dan minim pengawasan terhadap perilaku sosial. Perlu langkah preventif yang lebih intensif dan pendekatan komprehensif dari berbagai pihak untuk mengatasi masalah ini secara efektif dan berkelanjutan. Pergaulan bebas di kalangan remaja di Kota Pekalongan semakin mengkhawatirkan. Disampaikan oleh Tim Profesi Bidang Psikologi Nur Agustina, bahwa pihaknya telah menangani 4 remaja hamil di usai dini pada awal tahun 2017.[2] Fenomena ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih proaktif dari pemerintah dan masyarakat setempat

[1] Pemerintah Kota Pekalongan, Waspada HIV dan Sifilis, Dinkes Ajak Masyarakat Hindari Seks Beresiko, oleh Tim Komunikasi Publik, 16 Mei 2023, (https://pekalongankota.go.id/berita/waspada-hiv-dan-sifilis-dinkes-ajak-masyarakat-hindari-seks-beresiko.html?utm.com), di akses pada tanggal 07 Juni 2023.

[2] Radio Kota Batik Pekalongan, Pergaulan Remaja di Kota Pekalongan Makin Mengkhawatirkan, oleh Admin RKB, 14 Maret 2017, (https://rkb.pekalongankota.go.id/berita3633-1-pergaulan-remaja-di-kota-pekalongan-makin-mengkhawatirkan.html?utm.com), di akses pada tanggal 07 Juni 2023.

dalam memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga perilaku sosial yang sehat dan bertanggung jawab.

Meningkatnya angka pergaulan bebas di Kota Pekalongan disebabkan oleh beberapa faktor seperti dampak globalisasi dan kemajuan teknologi, perubahan nilai-nilai tradisional dan sosial budaya di masyarakat Pekalongan, serta kurangnya pendidikan seks yang komprehensif dan efektif di sekolah-sekolah maupun di lingkungan keluarga. Kemajuan teknologi memberikan akses yang lebih luas terhadap informasi dan media sosial yang secara tidak langsung memengaruhi norma sosial lokal. Remaja dan dewasa muda seringkali terpapar pada konten-konten yang mempromosikan gaya hidup bebas dan tidak terikat. Nilai-nilai yang lebih terbuka terhadap seksualitas dan individualism dapat mengurangi stigma terhadap pergaulan bebas. Di tambah lagi dengan kurangnya pemahaman tentang resiko dan konsekuensi dari pergaulan bebas menjadikan remaja dan dewasa muda seringkali menganggap remeh pergaulan bebas. Pengalaman pribadi dan kondisi emosional juga dapat berperan besar dalam memengaruhi seseorang untuk terlibat dalam pergaulan bebas, misalnya rasa kesepian, keinginan untuk mendapatkan perhatian atau kepuasan emosional sementara bahkan pengaruh dari media dan budaya populer yang mempromosikan gaya hidup bebas. Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya kolaboratif dari pemerintah, lembaga pendidikan, dan masyarakat sipil untuk mengatasi fenomena ini secara efektif dan berkelanjutan.

Setiap individu memiliki alasan dibalik keterlibatannya dalam pergaulan bebas sehingga refleksi pribadi serta pemahaman terhadap akar masalah dapat membantu untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memicu pergaulan bebas. Dengan pemahaman yang mendalam akan faktor ini individu dapat memulai langkah untuk menuju perubahan yang positif dan mencari dukungan yang tepat untuk menguatkan proses pengambilan keputusan yang lebih bijak. Dalam konteks pergaulan bebas ini, *muḥāsabah* dapat membantu individu untuk merenungkan nilai-nilai moral dan spiritual yang mendasari perilaku mereka. Hal ini memungkinkan individu untuk lebih memahami konsekuensi dari tindakan mereka, mengidentifikasi pola-pola perilaku yang merugikan, dan mengarahkan mereka menuju perubahan positif dalam gaya hidup mereka. *Muḥāsabah* berfokus pada introspeksi diri dan refleksi terhadap nilai-nilai serta perilaku seseorang dalam konteks agama atau spiritualitas. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap tindakan yang dilakukan serta dampaknya terhadap diri sendiri dan orang lain.

Di tengah tantangan ini, Majelis Al Barzakh di Medono, Kota Pekalongan, hadir sebagai wadah kegiatan keagamaan dan spiritual bagi jamaahnya. Majelis ini menjadi tempat untuk belajar dan mengamalkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat beberapa jamaah yang dulunya terlibat dalam pergaulan bebas seperti seks bebas, narkoba, dan perjudian. Salah satu jamaah Majelis Al-Barzakh yang merupakan mantan pelaku pergaulan bebas yang pernah menjalani hidup yang jauh dari nilai-nilai agama. Ia berasal dari keluarga yang kurang harmonis dan lingkungan yang

mendukung perilaku seks bebas sebagai sesuatu yang normal. Ia belajar untuk lepas dari perilaku tersebut dibawah bimbingan Habib Taufiq R. Abildanwa dan menunjukkan perubahan yang positif dalam perilakunya. Adapun jamaah lain yang terlibat dalam praktik perjudian dan terlibat narkoba juga menunjukkan perubahan positif setelah mengikuti kajian di Majelis Al-Barzakh.

Majelis *Al Barzakh* adalah sebuah pusat pembelajaran agama yang terletak di Jalan Jaya Bakti III Nomor 17, Kelurahan Medono, Kota Pekalongan. Didirikan pada tahun 2015 oleh Habib Taufiq R Abildanwa, majelis ini fokus pada kajian tasawuf dan dipimpin olehnya sebagai mursyid *Thoriqoh Qodiriyyah Wa Naqsabandiyyah*. Salah satu kegiatan utama di majelis ini adalah pengajian kitab. Kajian ini diadakan setiap Senin dan Selasa malam dengan pengajar utama, Habib Taufiq R Abildanwa.[3] Adapun jamaah yang mengikuti kajian kitab di Majelis *Al Barzakh* mempunyai berbagai latar belakang, Ada yang berprofesi sebagai pengusaha batik, pedagang, guru dan lain sebagainya. Selain itu ada jamaah yang latar belakangnya adalah mantan preman dan narapidana.[4] Dari kesibukan sehari-harinya, setiap Senin malam dan Selasa malam mereka meluangkan waktunya untuk mengikuti kajian kitab di Majelis *Al Barzakh* Medono. Mereka berasal dari berbagai daerah sekitar Pekalongan seperti Medono, Banyurip, Jenggot, Simbang, dan sebagainya.[5]

[3] RH, Jamaah Majelis Al Barzakh, wawancara pribadi pada tanggal 11 Februari 2023.
[4] RH, Jamaah Majelis Al Barzakh, wawancara pribadi pada tanggal 21 Maret 2023.
[5] Observasi secara langsung pada tanggal 13 Maret 2023 di Majelis Al Barzakh Medono Pekalongan.

Ada pula yang dari luar kota sehingga mereka memutuskan untuk mukim di tempat tersebut seperti dari Batang, Paninggaran, Jakarta dan sebagainya.

Kitab yang digunakan dalam kajian di Majelis Al-Barzakh adalah Kitab *An-Naṣā'iḥ Ad-Dīniyyah Wa Al-Waṣāya Al-Imaniyyah*. Alasan memilih Kitab *An-Naṣā'iḥ Ad-Dīniyyah Wa Al-Waṣāya Al-Imaniyyah*, untuk dikaji oleh Habib Taufiq R. Abildanwa bin Yahya karena kitab tersebut memiliki daya kenggulan dalam pembahasan pembinaan akhlak dan moral yang mana relevan dan kompleks dengan kondisi aktual yang terjadi pada jamaah majelis *Al-Barzakh* Medono Kota Pekalongan. Dalam situasi masyarakat yang marak dengan perilaku pergaulan bebas, nilai-nilai *muḥāsabah* seringkali terlupakan dan diabaikan. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang bisa mendorong seseorang untuk ber*muḥāsabah*, seperti yang dilakukan di majelis Al-Barzakh ini yang berupaya untuk mengajak ber*muḥāsabah* melalui rutinan pengajian Kitab *An-Naṣā'iḥ Ad-Dīniyyah Wa Al-Waṣāya Al-Imaniyyah*.[6] Jamaah merenungkan dan mempertimbangkan makna dari tausyiah atau siraman ruhani yang disampaikan oleh Habib Taufiq R. Abildanwa bin Yahya dalam pengajian Kitab *An-Naṣā'iḥ Ad-Dīniyyah Wa Al-Waṣāya Al-Imaniyyah*. Para jamaah selalu mempertimbangkan tindakan mereka yang telah dilakukan dan yang masih akan dilakukan, serta menyadari konsekuensi dari dosa yang mungkin timbul dari tindakan mereka. Beberapa orang dalam jamaah ada yang menangis ketika mendengarkan tausyiah dari Habib Taufiq R Abildanwa sebagai bentuk rasa penyesalan atas dosa dan kesalahan yang telah diperbuat.

[6] Habib Taufiq R. Abildanwa, Pembina Majelis Al Barzakh, wawancara pribadi pada tanggal 21 febuari 2023.

Sedangkan yang lainnya berkonsentrasi dalam berdzikir *istighfar* sembari menyebut asma-asma Allah yang Maha Pengampun sambil memegang dada mereka untuk menunjukkan kesadaran atas kesalahan-kesalahan mereka. Ada pula yang melakukan *muḥāsabah* sebelum tidur dengan merenungkan perilaku dan tindakan yang mereka lakukan selama seharian.[7]

*Muḥāsabah*, sebagai salah satu konsep utama dalam Islam, menawarkan pendekatan yang sangat relevan dalam menanggulangi pergaulan bebas. *Muḥāsabah* adalah proses refleksi diri yang mendalam untuk mengevaluasi perbuatan, niat, dan amal seseorang secara konsisten. Dengan menerapkan *muḥāsabah* secara efektif, diharapkan individu dapat lebih sadar terhadap tindakan mereka dan mampu memperbaiki perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai agama. Dalam konteks tasawuf, introspeksi diri sering disebut sebagai *muḥāsabah*. *Muḥāsabah* berarti mengevaluasi tindakan seseorang bukan hanya setiap tahun, bulan, atau hari, tetapi bahkan setiap saat.[8] Pada hal ini senada dengan apa yang dilakukan jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono, mereka bertindak melakukan introspeksi diri secara istiqomah untuk memperbaiki kualitas diri mereka. Secara sederhana, *muḥāsabah* dapat diartikan sebagai kemampuan seorang muslim untuk mengintopeksi diri sendiri dan menjaga segala ucapannya, perilaku, serta sikap dalam beribadah kepada Allah dan berhubungan dengan sesama makhluk. *Muḥāsabah* adalah

[7] RH, Jamaah Majelis Al Barzakh, wawancara pribadi pada tanggal 27 Februari 2023.

[8] Amin Syukur, "*Tasawuf bagi Orang Awam*" (*Menjawab Problematika Kehidupan*) (Yogyakarta: LPK-2. Suara Merdeka, 2006), hal. 83.

salah satu pendekatan dalam psikologi sufistik yang memungkinkan introspeksi diri pada setiap perilaku dalam kehidupan sehari-hari.[9]

Evaluasi diri atau *Muḥāsabah* adalah suatu kebutuhan primer bagi setiap muslim guna mencapai tujuan hidupnya dan merupakan konsep penting dalam Islam yang mengajarkan pentingnya untuk merefleksi diri dan mengevaluasi tindakan kita setiap hari. Dengan melakukan evaluasi diri, seseorang dapat menilai mana yang memberikan kemanfaatan dan mana yang sebaiknya ditinggalkan, baik untuk urusan di dunia maupun di akhirat.[10] *Muḥāsabah* adalah proses meneliti perbuatan yang telah dilakukan merupakan perbuatan yang baik atau buruk. Dengan *muḥāsabah* diri, perbuatan yang tergolong baik dapat ditingkatkan pada masa depan, baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. *Muḥāsabah* diri yang tergolong pada perbuatan buruk pada masa lalu tidak perlu diulangi pada masa yang akan datang. Maka dengan *muḥāsabah*, hari esok akan menjadi lebih baik dari hari kemarin. Seperti pepatah "Kemarin adalah sejarah, hari esok adalah misteri dan hari ini adalah anugerah" yang senada dengan firman Allah Swt dalam Al-Qur'an surat Al-Hasr ayat 18.

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللّٰهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍۚ وَاتَّقُوا اللّٰهَۗ اِنَّ اللّٰهَ

خَبِيْرٌۢ بِمَا تَعْمَلُوْنَ ١٨

[9] Mutmainah, "*Metode Muḥāsabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun nafs)*," Volume 12. Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam STAI Syichona Moh. Cholil Bangkalan. (2021): hal. 43.

[10] Kiki Anggraini, "*Konsep Berpikir Positif Menurut Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan Muḥāsabah dalam Tasawuf*", Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2021, hal. 4.

Artinya : *"Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). Bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan."*

Oleh sebab itu, peneliti ingin mempelajari bagaimana jamaah di Majelis *Al Barzakh* menerapkan *muḥāsabah* dalam mengatasi pergaulan bebas. Berdasarkan minat tersebut, penulis berencana untuk mengeksplorasi topik ini dalam sebuah karya ilmiah, dengan judul "*Implementasi Muḥāsabah untuk Mengatasi Pergaulan Bebas Pada Jamaah Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan*".

## B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana perilaku pergaulan bebas pada jamaah di Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan?
2. Bagaimana implementasi *muḥāsabah* jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan?
3. Bagaimana implikasi *muḥāsabah* pada jamaah Majelis Al-Barzakh Medono Kota Pekalongan?

## C. Tujuan Penelitian

1. Untuk memahami bagaimana upaya mencegah pergaulan bebas jamaah majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan.
2. Untuk mengetahui implementasi *muḥāsabah* jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan
3. Untuk mengetahui implikasi *muḥāsabah* pada jamaah Majelis Al-Barzakh Medono Kota Pekalongan.

## D. Manfaat Penelitan

1. Manfaat Teoritis

   a. Riset ini semoga dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pengetahuan dan memberikan nilai tambah bagi semua kalangan akademik, terutama mahasiswa yang tertarik dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi. Selain itu, diharapkan juga bermanfaat bagi para peneliti lainnya yang tertarik pada topik meningkatkan *muḥāsabah* di Kelurahan Medono Kota Pekalongan.

   b. Dapat memberikan suatu wawasan tentang bagaimana upaya untuk meningkatkan *muḥāsabah* kepada penulis dan pembaca agar bisa terus melakukan perbaikan diri dan menjadi pribadi yang lebih baik di masa mendatang.

2. Manfaat Praktis

   Dari segi aspek sosial, diharapkan riset ini dapat memberikan "wawasan baru" kepada masyarakat umum tentang cara-cara untuk meningkatkan kesadaran diri di Majelis *Al Barzakh* Medono Kota Pekalongan, melalui rutinan kajian kitab, membaca Al-Qur'an, dan pembacaan manaqib.

## E. Tinjauan Pustaka

### 1. Analisis Teori

#### a. Pergaulan bebas

Pergaulan bebas merupakan salah satu bentuk perilaku yang menyimpang karena melanggar batas-batas norma sosial dan agama

yang berlaku di masyarakat. Dari definisi ini dapat dipahami bahwa pergaulan bebas mencerminkan tindakan manusia yang tidak sesuai dengan aturan agama dan tidak memiliki batasan yang sangat jelas. Dalam perspektif Pendidikan Islam, pergaulan bebas merujuk pada interaksi antara sesama manusia, khususnya antara laki-laki dan perempuan, yang mengarah pada hubungan di luar pernikahan. Perilaku semacam ini tidak hanya bertentangan dengan ajaran Islam, tetapi juga memiliki dampak negatif yang merusak secara moral dan sosial.

Merujuk pada Kartini Kartolo dalam teori patologi sosial telah menjelaskan bahwa kehidupan masyarakat modern yang kompleks merupakan hasil dari kemajuan teknologi, industrialisasi, urbanisasi, dan mekanisasi, di satu sisi memang menawarkan kemudahan, Namun di sisi lain kondisi ini juga memunculkan tantangan baru. Banyak orang mengalami kesulitan dalam beradaptasi, yang menimbulkan kebingungan, kecemasan, dan konflik, baik secara batin maupun dalam hubungan sosial. Akibatnya, tidak sedikit individu yang menunjukkan perilaku menyimpang dari norma umum demi memenuhi kepentingan pribadi. Bahkan, dalam banyak kasus, perilaku tersebut cenderung merugikan orang lain dan melemahkan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat.[11]

**b. *Muḥāsabah***

[11] Suharni, Mohd Haramen, *Dampak Negatif Pergaulan Bebas Terhadap Generasi Muda Menurut Tinjauan Pendidikan Agama Islam*, Jurnal Pengajaran dan Kajian Islam Volume 1, Nomor 1, Januari 2021 hal. 20.

*Muḥāsabah* dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk merenung dan mempertimbangkan segala perilaku dan tindakan yang telah dilakukan. Menurut Malik Badri, istilah "kontemplasi" atau *muḥāsabah* yang dalam bahasa Arab juga dikenal sebagai "*tafakkur*", dan sering disebut dalam bahasa Inggris sebagai "*contemplation*" atau "*meditation*".[12]

*Muḥāsabah* dapat disebut sebagai "*self-evaluation*", merupakan suatu praktik penting dalam Islam yang mengajak individu untuk mengevaluasi hati dan perilaku sendiri secara rutin, mengenali kesalahan dan berusaha memperbaikinya. Merujuk pada proses pemikiran dan refleksi yang mendalam dan seringkali berhubungan dengan kontemplasi tentang makna dan tujuan hidup.

*Muḥāsabah* menurut Imam Al-Harits Al-Muhassibi adalah mengenali jati diri, untuk kemudian dikelola dan diarahkan menuju jalan yang bahagia sebagaimana termaktub dalam kitab "*Adaab an-Nufuus*". Untuk mengetahui jati diri ini diperlukan "uji diri", dengan mengenali satu persatu sifat-sifat baik yang ada dalam diri, seperti kesabaran, ketulusan, ketawadlukan, dan sebagainya. Menurut Imam Al-Ghazali, *muḥāsabah* adalah sebuah praktik introspeksi diri yang melibatkan merenungkan perbuatan masa lalu dan mempertimbangkan perbuatan yang akan datang. *Muḥāsabah* juga melibatkan penilaian atas tindakan kita sendiri dalam hubungannya dengan Tuhan dan orang

[12] Jumal Ahmad, "*Muḥāsabah sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental*," Volume 12. Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam STAI Syichona Moh. Cholil Bangkalan. (2021): hal. 4.

lain serta evaluasi terhadap kesalahan dan kekurangan yang mungkin kita lakukan dalam hidup kita. Melalui praktik *muḥāsabah*, seseorang diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri, mengembangkan pemahaman akan kesalahan dan kekurangan mereka, serta berusaha untuk memperbaiki diri agar menjadi pribadi yang lebih baik di masa mendatang. *Muḥāsabah* berarti merinci perbuatan yang telah dilakukan sebelumnya dan yang akan datang.[13]

Menurut kesepakatan para ulama, melakukan introspeksi diri (*muḥāsabah*) merupakan kewajiban, yang membutuhkan kita untuk konsisten memegang teguh pada ajaran dalam kitab Allah (*I'tisham*), serta bertindak lurus dan teguh (*istiqamah*). Perbedaan antara *I'tisham* dan *Istiqamah* yaitu bahwa *I'tisham* berartikan memegang teguh pada ajaran yang ada dalam kitab Allah Swt dan mematuhi batas-batas yang telah ditetapkan., sedangkan *Istiqamah* berarti bertindak lurus dan tidak miring ke arah salah satu ekstrim dari hal-hal yang menjadi pegangan.

Dalam karyanya "*Miftah Daarus Saadah*", Ibnu Qayyim Al Jauziah yang dikutip oleh Malik Badri dalam bukunya menegaskan bahwa refleksi yang mendalam (kontemplasi) adalah permulaan serta kunci menuju kebaikan, serta merupakan cara terbaik untuk

[13] Imam Al-Ghazali, "*Taman Kebenaran: Sebuah Destinasi Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan (Raudhatut Thaalibiin wa Umdatus Saalikiin)*", (Jakarta: Turos Pustaka, 2017), hal. 235.

memperkuat hati.[14] Adapun kesadaran *bermuḥāsabah* dibangun oleh beberapa premis:[15]

1) Tidak ada seseorang yang tidak memiliki dosa, dan kesalahan.
2) Dosa dan kesalahan tidak bisa diabaikan karena dapat menghambat jalannya seseorang "salik" menuju Allah SWT, baik di dunia ataupun di akhirat.
3) *Muḥāsabah* sangat urgent untuk membentuk masa depan yang lebih baik dan berkualitas.

**c. *Muḥāsabah* Tinjauan Psikologi**

Menurut al-Ghazali, *muḥāsabah* atau instropeksi diri merupakan salah satu pendekatan dalam psikologi sufistik yang digunakan untuk mengevaluasi diri. Tujuannya adalah agar seseorang lebih sadar atas perilaku dan tindakannya dalam kehidupan sehari-hari. Praktik *muḥāsabah* ini memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan pengendalian diri, serta dapat berfungsi sebagai bentuk psikoterapi berbasis nilai moral dan spiritual. Melalui *muḥāsabah,* seseorang diajak untuk menilai secara jujur apa yang telah dilakukan dan merancang perbaikan diri agar menjadi pribadi yang lebih baik di masa depan.

*Muḥāsabah* menekankan pentingnya hati nurani dalam membedakan perbuatan baik dan buruk, serta merupakan wujud

[14] Malik Badri, "*Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*", (London: IIIT, 2018), hal. 21.

[15] Yasir Abdul Rahman, "*Implementasi Konsep Muahadah, Muraqabah, Muḥāsabah, dan Mu'aqabah Dalam Layanan Custom* (Rahman, 2014)*er*," Vol. VIII, Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam (2014): hal. 127.

tanggung jawab atas setiap tindakan. Dalam praktiknya, *muḥāsabah* dapat dimaknai sebagai proses refleksi mendalam di mana seseorang meninjau kembali segala perbuatannya. Jika ditemukan hal-hal yang kurang baik, maka *muḥāsabah* menjadi sarana untuk berlatih memperbaiki diri secara konsisten dan tekun.

Al- Ghazalu Menyusun enam tahapan pending dalam praktik *muḥāsabah*, antara lain:

1) *Musyarathah* (menetapkan komitmen), tahap pentingnya menetapkan niat dan syarat sebelum melakukan suatu perbuatan, dengan pertimbangan yang matang terhadap manfaat duniawi dan *ukhrawi*.
2) *Muraqabah* (menyadari pengawasan Allah), individu senantiasi merasa diawasi oleh Allah swt dalam setiap perilaku dan tindakannya, sehingga muncul kehati-hatian dalam berinteraksi dengan lingkungan yang terus berubah.
3) *Muḥāsabah* (evaluasi diri), ini adalah proses untuk meninjau dan mengevaluasi perbuatan yang telah dilakukan, dengan tujuan memperbaiki kesalahan dan tidak mengulanginya lagi.
4) *Mu'aqabah* (menghukum diri atas kesalahan), dalam tahap ini, seseorang menyadari kesalahannya dan memberi hukuman pada dirinya sebagai bentuk penegasan agar tidak mengulangi pelanggaran terhadap perintah Allah swt.

5) *Mujahadah* (berjuang melawan hawa nafsu), usaha keras dan konsisten untuk menahan diri dari perbuatan yang menyimpang dan membentuk kebiasaan yang sesuai dengan nilai Islam.

6) *Tadzkirah* (peringatan diri), membiasakan diri untuk terus mengingat Allah swt dan mengingatkan diri sendiri agar tetap berada di jalan yang sesuai.

Intropeksi atau *muḥāsabah* ini sejatinya adalah proses pembinaan diri secara berkelanjutan. Dalam konteks sufisme, praktik ini terkait erat dengan konsep *takhalli*, yaitu proses mengosongkan diri dari sifat-sifat buruk. Selanjutnya, *tahalli* ialah menghiasi diri dengan sifat-sifat mulia. Terakhir, *tajalli* yakni upaya merasakan kehadiran Allah swt dalam kehidupan, sebagai bentuk cinta sejati kepada-Nya yang menghadirkan ketenangan batin dan kenikmatan dalam keimanan.[16]

**d. Upaya Peningkatan *Muḥāsabah***

Usaha adalah segala hal yang dilakukan untuk mencapai tujuan, mengatasi masalah, menemukan solusi, dan lain sebagainya. Meningkatkan *muḥāsabah* menjadi isu yang sangat signifikan bagi manusia. Dalam kehidupannya manusia sering terjangkit berbagai penyakit hati sehingga tidak dapat merasakan manisnya beribadah, tidak dapat tersentuh hatinya oleh ayat-ayat al-Qur'an, malas melakukan kebaikan, hatinya keras, dan cinta terhadap dunia. Adapun salah satu cara untuk mengobati keadaan jiwa yang demikian adalah

[16] Mutmainah, "*Metode Muḥāsabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun nafs)*," Volume 12. Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam STAI Syichona Moh. Cholil Bangkalan. (2021): hal. 45.

dengan *bermuḥāsabah*. Upaya peningkatan *muḥāsabah* dapat dilakukan melalui beberapa langkah dan praktik yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri, memperbaiki tindakan, dan memperbaiki hubungan dengan Allah SWT. Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *muḥāsabah* antara lain membaca Al-Qur'an, mengingat kematian, membaca literatur islami, beristighfar, dan mengikuti nasihat dan arahan dari ulama atau cendekiawan Islam yang mempunyai pemahaman dan pengalaman dalam bidangnya.

**e. Majelis dan Jamaah**

1) Majelis

Dalam Bahasa Indonesia, istilah majelis merujuk pada suatu perkumpulan orang banyak, atau sebuah struktur yang digunakan sebagai tempat berkumpul.[17] Sementara itu, dalam Bahasa Arab, majelis memiliki makna sebagai tempat duduk dan dapat merujuk pada sekelompok orang yang diberikan tanggung jawab khusus untuk membahas dan memutuskan tentang suatu amalan yang diberikan kepada mereka. majelis tidak hanya menjadi sebuah perkumpulan, melainkan juga menjadi tempat berlangsungnya kegiatan yang bermanfaat. Majelis dianggap sebagai salah satu organisasi sosial keagamaan atau institusi rohani yang memiliki peran penting dalam kehidupan religius dan spiritual.

2) Jama'ah

[17] Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, "*Kamus Besar Bahasa Indonesia*" (Jakarta: Pustaka, 1999), hal. 615.

Jama’ah merupakan sebuah kelompok atau komunitas yang memiliki tujuan atau kepentingan yang sama. Umumnya, jama'ah terbentuk oleh individu-individu yang memiliki keyakinan atau pandangan yang sejalan dan berkolaborasi untuk mencapai tujuan bersama mereka.[18] Dalam riset ini yang dimaksudkan adalah jama’ah majelis, maka jama’ah disini berarti sekelompok individu yang memiliki persamaan tujuan dalam hal keagamaan.

**f. Fungsi Majelis dan Jama’ah**

Majelis merupakan sebuah istilah yang merujuk pada pertemuan atau kelompok orang yang berkumpul dengan tujuan tertentu. Fungsi utama dari majelis adalah sebagai forum untuk berbagi pengetahuan, pemahaman, pengalaman, serta untuk memperkuat hubungan sosial antar anggota majelis. Selain itu, majelis bisa menjadi tempat pengambilan keputusan atau sebagai tempat belajar dan mengembangkan diri dalam bidang agama. Majelis ta’lim sebagai salah satu institusi pendidikan non formal yang ada di tengah-tengah masyarakat memiliki peranan penting bagi para jamaahnya. Sesuai dengan tujuan utamanya. majelis ta’lim memberikan kontribusi yang signifikan. dalam hal pemenuhan kebutuhan spiritual masyarakat. [19]

---

[18] M. Khotib Nawawi, "*Metode Dakwah Hj. Umar Jaya Kepada Jamaah Pengajian Ibu-ibu (Studi Kasus Pada Majelis Taklim Nurul Falah Dusun Simpang Sari Desa Baru Ranji Lampung Selatan)*", Skripsi Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017, hal. 32-33.

[19] Munawaroh dan Badrus Zaman, "*Peran Majelis Taklim Dalam Meningkatkan Pemahaman Keagamaan Masyarakat*," vol. 14, *Jurnal Penelitian*, Institut Agama Islam Negeri Salatiga (2020), hal. 375.

Jamaah merupakan istilah dalam bahasa Arab yang berarti kelompok atau komunitas. Kata jamaah dalam keagamaan Islam merujuk pada sekelompok orang yang berkumpul untuk melakukan ibadah bersama. Fungsi utama jamaah adalah sebagai wadah umat muslim untuk berinteraksi, saling mengenal, dan saling mendukung dalam menjalankan kewajiban agama. Dengan adanya jamaah, akan timbul rasa persatuan dan kebersamaan sehingga dapat memperkuat hubungan antar umat Muslim.

**2. Penelitian Yang Relevan**

Secara khusus, ada beberapa karya literatur, riset, dan judul skripsi yang terkait dengan *Muḥāsabah*. Berikut adalah beberapa penelitian yang relevan:

*Pertama*, sebuah skripsi yang ditulis oleh Mohammad Fikri, seorang mahasiswa, bersama Sudirman dan Abd. Gafur, yang merupakan dosen di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, berjudul *"Implementasi Tasawuf di Majelis Ta'lim Karang Anyar Desa Plakpak Pamekasan (Studi Atas Penanaman Nilai-nilai Spiritual Masyarakat)"*. Penelitian ini mengeksplorasi pengaruh ajaran tasawuf dalam kehidupan masyarakat di Majelis Ta'lim Karang Anyar. Kesamaannya dengan fokus skripsi ini adalah pembahasan tentang ajaran tasawuf dalam sebuah majelis dan dampaknya terhadap perilaku masyarakat sekitarnya, dengan hasil bahwa ajaran tasawuf dalam majelis tersebut memberikan dampak signifikan dalam membentuk hubungan manusia dengan Allah, sesama

manusia, dan lingkungannya. Namun, perbedaan utama antara artikel tersebut dan pembahasan dalam skripsi ini adalah fokus artikel yang lebih mendalam pada implementasi ajaran tasawuf terhadap perilaku atau akhlak masyarakat.[20]

*Kedua*, adalah skripsi yang disusun oleh Novi Agus Setyawan, seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, berjudul *"Internalisasi Nilai-nilai Tasawuf dalam Kitab An-Nashai Ad-Diniyyah Wal Washaya Al-Imaniyyah Pada Santri Pondok Pesantren Anwarul Huda Malang"*. Penelitian tersebut difokuskan pada eksplorasi poin nilai tasawuf yang terdapat dalam Kitab *An-Nashai Ad-Diniyyah Wal Washaya Al-Imaniyyah* dan bagaimana nilai-nilai tersebut diinternalisasi oleh santri pondok pesantren, serta faktor-faktor yang mempengaruhi proses internalisasi tersebut. Sejalan dengan penelitian ini yang membahas tentang ajaran tasawuf yang terdapat dalam *Kitab An-Nashai Ad-Diniyyah Wal Washaya Al-Imaniyyah*. Namun, perbedaannya adalah fokus dari skripsi tersebut lebih tertuju pada proses internalisasi nilai-nilai tasawuf pada santri pondok pesantren, sedangkan penelitian ini lebih menitikberatkan pada peningkatan *muḥāsabah* dalam sebuah majelis.[21]

---

[20] Mohammad Fikri, "*Implementasi Tasawuf di Majelis Taklim Karang Anyar Desa Plakpak Pamekasan (Studi Atas Penanaman Nilai-nilai Spiritual Masyarakat)*," Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

[21] Novi Agus Setyawan, "*Internalisasi Nilai-nilai Tasawuf dalam Kitab An-Nasahi Ad-Diniyyah Wal Washaya Al-Imaniyyah Pada Santri Pondok Pesantren Anwarul Huda Malang*", Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016.

*Ketiga*, Skripsi yang ditulis oleh Faqihudin, seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, berjudul *"Upaya Meningkatkan Sikap Muḥāsabah Diri Siswa Melalui Bimbingan Rohani Islam Di SMA Smart Ekselensia Indonesia Bogor".* Pembahasan dalam skripsi tersebut terfokus pada penerapan bimbingan rohani dan evaluasi efektivitasnya dalam meningkatkan sikap *muḥāsabah* yang dilakukan oleh guru. Kesamaannya dengan fokus penelitian ini adalah dalam pembahasan tentang strategi meningkatkan *muḥāsabah* pada sekelompok individu, di mana dalam skripsi itu adalah siswa dan dalam penelitian ini adalah jamaah majelis. Namun, perbedaannya terletak pada metode yang digunakan. Fokus pembahasan dalam skripsi tersebut adalah upaya meningkatkan *muḥāsabah* melalui bimbingan rohani, sedangkan dalam penelitian ini, yang akan dijelajahi adalah upaya peningkatan *muḥāsabah* melalui pengajian Kitab *An-Nashai Ad-Diniyah Wal Washaya Al-Imaniyyah*.[22]

*Keempat*, adalah skripsi yang disusun oleh Ade Maulita Saemona, seorang mahasiswi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, berjudul "*Strategi Pembinaan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Syafa'atul Qur'an di Desa Lubuk Seberuk Kecamatan Lempung Jaya Kabupaten Oki Provinsi Sumatera Selatan*". Pembahasan skripsi tersebut berfokus pada bagaimana pembinaan yang dilakukan pada pecandu

[22] Faqihudin, "*Upaya Meningkatkan Sikap Muḥāsabah Diri Siswa melalui Bimbingan Rohani Islam Di SMA Smart Ekselensia Indonesia Bogor*", Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021.

narkoba agar mereka bisa sembuh dan memperbaiki kualitas hidupnya.[23] Dalam skripsi tersebut didapat hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pecandu narkoba yang sudah diberi pembinaan dimana mereka berubah menjadi lebih baik dan lebih tertata perilakunya. Adapun persamaan dari skripsi tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang perilaku pergaulan bebas dan pemberian binaan sebagai langkah untuk mengatasi perilaku pergaulan bebas tersebut.

**3. Kerangka Berpikir**

Pergaulan bebas merupakan salah satu bentuk penyimpangan perilaku sosial yang banyak terjadi di kalangan remaja dan dewasa muda. Fenomena ini mencerminkan lemahnya kontrol diri serta rendahnya kesadaran spiritual individu terhadap nilai-nilai moral dan agama. Pergaulan bebas tidak hanya berdampak pada kerusakan moral, tetapi juga berkontribusi terhadap masalah sosial yang lebih luas seperti kehamilan di luar nikah, penyebaran penyakit menular seksual, hingga konflik keluarga.

Dalam konteks penyembuhan atau rehabilitasi perilaku menyimpang ini, pendekatan spiritual memiliki potensi besar untuk memberikan perubahan yang mendalam dan berkelanjutan. Salah satu pendekatan spiritual yang relevan adalah konsep *muḥāsabah* dari Harits al-Muhasibi, seorang tokoh sufi dan ahli ilmu jiwa Islam klasik. *Muḥāsabah* dalam perspektif al-Muhasibi merupakan proses introspeksi diri yang dilakukan

[23] Ade Maulita Saemona, "*Strategi Pembinaan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Syafa'atul Qur'an di Desa Lubuk Seberuk Kecamatan Lampung Jaya Kabupaten Oki Provinsi Sumatera Selatan*", Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2024.

secara sistematis dan mendalam, dengan tujuan untuk mengendalikan hawa nafsu serta memperbaiki hubungan manusia dengan Tuhan.

Kerangka berpikir ini berpijak pada anggapan bahwa perilaku menyimpang seperti pergaulan bebas berakar dari kelalaian jiwa dalam mengenali kesalahan serta lemahnya koneksi dengan nilai-nilai ketauhidan. Maka, proses *muḥāsabah* dijadikan sebagai metode terapi spiritual untuk menyadarkan individu atas kesalahannya, menumbuhkan rasa penyesalan, serta membimbing pada perubahan perilaku.

Proses *muḥāsabah* menurut al-Muhasibi terdiri dari beberapa tahapan penting, yaitu:

a. Introspeksi niat sebelum melakukan perbuatan
b. Evaluasi terhadap perilaku yang telah dilakukan
c. Penyesalan dan taubat terhadap dosa atau penyimpangan
d. Komitmen perbaikan diri
e. Menghindari pengaruh lingkungan yang merusak[24]

Dengan melalui tahapan tersebut secara konsisten, diharapkan individu mampu merekonstruksi pola pikir dan perilakunya, sehingga terbebas dari kecenderungan pergaulan bebas. Manusia adalah makhluk yang memiliki kecenderungan untuk melakukan kesalahan atau khilaf sehingga perlu untuk melakukan *muḥāsabah*. Salah satu majelis yang menjadi sarana untuk melakukan *muḥāsabah* adalah majelis *Al Barzakh* yang di pimpin oleh Habib Taufiq R. Abildanwa melalui kajian kitab,

[24] A. Ginanjar Sya'ban, *Tasawuf Harits al-Muhassibi: Antara Akhlak dan Spiritualitas*, (Jakarta: Prenadamedia, 2019), hal. 56.

membaca Al-Qur'an, dan membaca manaqib. Dengan demikian, kerangka berpikir ini menggambarkan hubungan kausal antara perilaku menyimpang yang dipengaruhi oleh lemahnya spiritualitas, dengan penyembuhannya melalui pendekatan *muḥāsabah* al-Muhasibi sebagai sarana penguatan jiwa dan transformasi moral.

**Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir**

## F. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini dibutuhkan suatu metode penelitian untuk mengumpulkan data dan menganalisis secara rinci dan mendalam. Obyek penelitian akan dipelajari dengan seksama dan diperlakukan secara ilmiah untuk menjelaskan dan menyimpulkan hasilnya. Pada buku *"Metode Penelitian Kualitatif"*, Alby Anggito dan Johan Setiawan menjelaskan bahwa metode penelitian adalah langkah yang aplikasikan guna mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh tentang topik yang sedang diselidiki.[25]

Pendekatan penelitian kualitatif digunakan dalam studi ini untuk menekankan pada perspektif individu dalam suatu kelompok. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menyelidiki dan memahami makna yang timbul dari masalah-masalah sosial atau aspek-aspek kemanusiaan.[26] Sugiyono dalam bukunya *"Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D",* menjelaskan bahwa metode kualitatif merupakan pendekatan yang berfokus pada pemahaman mendalam objek penelitian dengan cara mengamati dan menganalisis fenomena alami, dengan peneliti sebagai instrumen utama dalam pengumpulan informasi.[27]

1. Jenis Penelitian

---

[25] Albi Aggito dan Johan Setiyawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: Jejak, 2018), hal. 7.

[26] Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Surakarta: Cakra Books, 2014), hal. 25.

[27] Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), hal. 9.

Riset ini dilakukan secara terbuka dan fleksibel untuk memahami situasi dan interaksi lingkungan individu, kelompok, atau masyarakat sehingga pada riset ini termasuk penelitian lapangan (*field research*). Tujuannya adalah untuk mengeksplorasi bagaimana kondisi jamaah yang sebelumnya terlibat pergaulan bebas serta bagaimana perubahan yang dialami oleh pelaku pergaulan bebas setelah mengikuti kegiatan yang diadakan di Majelis Al-Barzakh.

2. Lokasi Penelitian

Riset ini berlokasi di Kelurahan Medono, Kecamatan Pekalongan Barat, Kota Pekalongan, tepatnya di Jalan Jaya Bakti Gang III, yang mana merupakan tempat kediaman pendiri dan pengasuh Majelis *Al Barzakh*.

3. Sumber Data

a. Data primer merujuk pada informasi yang didapat secara langsung dari observasi lapangan penelitian atau melalui interaksi dengan informan yang relevan. Ini mencakup wawancara dengan pengasuh Majelis *Al Barzakh* Medono Pekalongan, yaitu Habib Taufiq R Abildanwa, dan jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono.

b. Data sekunder merujuk pada informasi tambahan yang tidak diperoleh secara langsung dari medan penelitian atau melalui komunikasi dengan individu lain.[28] Sumber data sekunder dapat meliputi buku, dokumen, foto, serta informasi yang diperoleh dari internet yang terkait dengan topik penelitian. Selain itu, Informasi yang diperoleh dari keluarga dan

[28] Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Surakarta: Cakra Books, 2014), hal. 113.

masyarakat sekitar Majelis juga merupakan sumber data tambahan dalam penelitian ini.

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara merupakan metode untuk mengumpulkan data melalui percakapan (obrolan) antara dua orang atau lebih dengan tujuan tertentu.[29] Penelitian ini mengadopsi pendekatan wawancara mendalam (*in-depth interviewing*), di mana interaksi terjadi secara santai dan terbuka, tanpa struktur yang ketat, dan dalam suasana informal.[30] Penelitian ini melibatkan lima partisipan yang mempunyai latar belakang yang berbeda. Dalam riset penelitian ini, wawancara digunakan untuk metode pengumpulan data untuk memperoleh informasi tentang bagaimana kondisi jamaah yang terlibat perilaku pergaulan bebas dan bagaimana upaya yang ditempuh oleh Majelis Al-Barzakh untuk mengatasi perilaku pergaulan bebas yang dilakukan oleh beberapa jamaah tersebut serta implikasi kegiatan tersebut terhadap perilaku jamaah.

b. Observasi

Observasi merupakan proses mengenali dan dokumentasi yang dilakukan untuk mencatat peristiwa yang terjadi selama suatu kegiatan

[29] Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Surakarta: Cakra Books, 2014), hal. 125.

[30] Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Surakarta: Cakra Books, 2014), hal. 126.

berlangsung.[31] Dalam penelitian ini menggunakan metode observasi partisipan, di mana peneliti berinteraksi secara terbuka dengan anggota Majelis *Al Barzakh* untuk mendapatkan informasi tentang kondisi jamaah yang terlibat pergaulan bebas sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan kajian kitab di Majelis Al-Barzakh, serta implikasi dari kegiatan tersebut terhadap perilaku jamaah.

c. Dokumentasi

Proses dokumentasi melibatkan pengumpulan dokumen dan bahan audiovisual. Sesuai dengan teori Creswell, dokumen dapat berupa catatan publik maupun catatan pribadi yang diperoleh oleh peneliti dari lokasi penelitian atau peserta penelitian. Contoh dokumen tersebut meliputi surat kabar, catatan rapat, jurnal pribadi, atau surat. Bukan hanya itu, penelitian ini juga memanfaatkan bahan audiovisual seperti foto, rekaman video, gambar digital, dan lukisan.[32] Peneliti akan mendokumentasikan tempat penelitian, pengelola Majelis *Al Barzakh*, dan rangkaian kegiatan yang diadakan oleh Majelis *Al Barzakh*.

5. Analisis Data

Pada riset ini, metode analisa yang digunakan adalah analisis induktif, di mana proses pengumpulan data dan analisis dilakukan secara simultan dalam siklus penelitian. Proses ini mengikuti model interaktif Miles dan Huberman. Berdasarkan penjelasan dalam buku "Metode

---

[31] Suryana, *Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), hal. 51.

[32] Syahrul, dkk., *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pembelajaran Bahasa Indonesi*, (Padang: Sukabina Press, 2009), hal. 63.

Penelitian Kualitatif Saja" karya Arry Pongtiku, Proses analisis melibatkan tahap pengumpulan data, pengolahan data untuk mempermudah pemahaman, pemaparan data dengan interpretasi, serta penarikan simpulan sebagai tanggapan terhadap rumusan masalah.[33] Pada penelitian ini menggunakan pendekatan spiritual etnografis dengan mempelajari praktik spiritual agama dan budaya dalam konteks tertentu untuk memahami pengalaman dan perilaku manusia.

Berikut adalah penjelasan singkat bagaimana langkah-langkah analisis data:

a. Tahap Pengumpulan Data: langkah awal dalam melakukan penelitian adalah mengumpulkan data dari berbagai sumber yang relevan dengan topik penelitian, seperti observasi, wawancara, dan dokumen. Peneliti juga membuat catatan lapangan atau rekaman untuk membantu analisis data selanjutnya.
b. Tahap Reduksi: setelah data terkumpul dilakuka reduksi data untuk menyederhanakan dan mengorganisir data gar dapat diolah dan dianalisis dengan mudah.
c. Tahapan penyajian data: setelah data direduksi langkah selanjutnya adalah menyajikan data dengan cara yang mudah dimengerti melalui naskah deskriptif. Peneliti juga menginterpretasikan data untuk mengidentifikasi pola atau temua penting terkait dengan topik penelitian.

[33] Arry Pongtiku, dkk., *Metode Penelitian Kualitatif Saja*, (Jayapura: Nulisbuku, 2016), hal. 83.

d. Tahap kesimpulan: langkah terakhir adalah menarik kesimpulan dari interpretasi data yang telah dilakukan. Peneliti memberikan jawaban atau solusi yang tepat untuk rumusan masalah penelitian dan implikasi atau rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.

Dengan memperhatikan setiap langkah tersebut, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang topic penelitian dan dapat mengeksplorasi masalah dengan lebih mendalam dan komprehensif.[34]

## G. Sistematika Penulisan

Untuk memperinci penulisan proposal ini, penulis berupaya menyusun kerangka penelitian secara terstruktur agar dapat dipahami dengan mudah. Berikut adalah uraiannya:

*Sub Bab pertama*, pendahuluan, mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teori, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

*Sub Bab kedua*, membahas landasan teori yang digunakan dalam penelitian. Termasuk didalamnya kajian tentang pergaulan bebas, faktor penyebabnya, dampaknya, konsep pergaulan bebas dengan teori psikologi yang relevan serta konsep *muḥāsabah* dalam Islam Harits Al-Muhassibi.

*Sub Bab ketiga* tentang hasil penelitian, didialamnya memuat tentang bagaimana kondisi pergaulan bebas pada jamaah Majelis *Al Barzakh*,

[34] Ary Pongtiku, dkk., *Metode Penelitian Kualitatif Saja*, (Jayapura: Nulisbuku, 2016), hal. 83.

implementasi *muḥāsabah* pada jamaah serta implikasinya terhadap perilaku jamaah yang terlibat pergaulan bebas.

*Sub Bab keempat*, berisi analisis dari hasil penelitian, didalamnya menjelaskan tentang analisis mengenai kondisi pergaulan bebas pada jamaah Majelis *Al Barzakh*, implementasi dari *muḥāsabah* bagi jamaah Majelis *Al Barzakh* Medono serta implikasinya terhadap perilaku jamaah yang terlibat pergaulan bebas.

*Sub Bab kelima* bab penutup, didalamnya mencakup simpulan yang memberikan jawaban dari rumusan masalah yang diajukan, serta saran yang konstruktif.

# BAB V

# PENUTUP

## A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di Majelis Al Barzakh Medono Kota Pekalongan, serta melalui pendekatan psikologi dan spiritual Islam khususnya konsep *muḥāsabah* menurut Abu Harits Al-Muhassibi, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Pergaulan bebas yang terjadi di kalangan beberapa jamaah Majelis Al-Barzakh meliputi seks bebas, penyalahgunaan narkoba, dan perjudian. Perilaku seks bebas dan penyalahgunaan narkoba memiliki akar masalah yang sama yaitu karena faktor keluarga dan juga lingkungan sekitar pelaku yang menganggap perilaku tersebut adalah hal yang wajar, sedangkan perilaku perjudian memiliki akar masalah karena ketidakmampuan pelaku untuk mengendalikan diri untuk tidak tertarik pada kesenangan semu yang dialami ketika bermain judi dan adanya pengaruh dari lingkungan pelaku yang turut melakukan praktik perjudian.
2. Implementasi *muḥāsabah* di Majelis Al-Barzakh dilakukan melalui kajian kitab yang dipimpin oleh Habib Taufiq R. Abildanwa. Dalam setiap penyampaian materi, beliau tidak hanya menjelaskan isi kitab, tetapi juga merefleksikan isinya pada kehidupan sehari-hari jamaah. Hal ini menstimulasi jamaah untuk melakukan introspeksi dan

menyesuaikan hidup mereka dengan nilai-nilai Islam. *Muḥāsabah* bukan hanya sekedar penyesalan emosional, tetapi merupakan progres spiritual yang mencakup kesadaran diri (*tasywiq*), pemeriksaan diri (*tafaqqud al-nafs*), dan tekad untuk berubah (*al-'azm*). Proses ini membantu individu menyadari kesalahannya, mengevaluasi niat dan amal perbuatannya, serta mendorong perbaikan perilaku secara nyata.

3. Implikasi *muḥāsabah* terhadap perilaku pergaulan bebas jamaah terlihat perubahan positif pada perilaku narasumber RH yang sebelumnya terlibat seks bebas, narasumber DS yang kecanduan narkoba, dan narasumber MF yang terjerumus dalam perjudian. Mereka menunjukkan perubahan sikap dan perilaku setelah mengalami proses *muḥāsabah*. Mereka mulai meninggalkan lingkungan negatif, memperbaiki hubungan sosial dan spiritual, serta aktif dalam kegiatan keagamaan. Dengan *muḥāsabah*, individu tidak hanya termotivasi oleh rasa bersalah, tetapi juga oleh dorongan untuk hidup lebih bermakna dan dekat dengan Allah SWT.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat di sampaikan beberapa saran-saran sebagai berikut.

1. Bagi Majelis Al Barzakh agar terus mengembangkan metode kajian kitab yang mengandung unsur *muḥāsabah* secara aplikatif, karena terbukti mampu menyadarkan jamaah yang pernah terjerumus dalam pergaulan bebas untuk kembali ke jalan yang benar .

2. Bagi masyarakat, konsep *muḥāsabah* sebaiknya tidak hanya dibatasi dalam ranah kajian keagamaan, tetapi juga menjadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Introspeksi diri secara rutin dapat mencegah seseorang dari penyimpangan moral dan memperkuat karakter spiritual.
3. Bagi individu yang sedang mengalami krisis hidup, *muḥāsabah* bisa menjadi metode yang tepat untuk kembali kepada kesadaran fitrah. Dengan merenungkan kehidupan secara jujur dan terbuka, seseorang akan lebih mudah menemukan arah hidup yang sesuai dengan nilai-nilai agama dan kemanusiaan.
4. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti lebih dalam tentang efektivitas *muḥāsabah* dalam konteks yang berbeda, misalnya dalam dunia pendidikan, lembaga pemasyarakatan, atau komunitas rehabilitasi, serta menggunakan pendekatan kuantitatif untuk memperkuat temauan-temuan kualitatif.

# DAFTAR PUSTAKA


Ad-Duwaisy, Muhammad bin Abdullah. (1994). *Kiat Mengendalikan Syahwat.* Bekasi: PT Wacana Lazuardi Amanah.

Ahmad, Jumal. (20214). *Muḥāsabah* Sebagai Upaya Mencari Kesehatan Mental. *Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam STAI Syaichona Moh. Cholil Bangkalan*.

Al Kali, Asad M. (1989). *Kamus Indonesia-Arab.* Jakarta: Bulan Bintang.

Al-Ghazali, Imam. (2017). *Taman Kebenaran: Sebuah Destinasi Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan (Raudhatut Thaalibin Wa Umdatus Saalikiin).* Jakarta: Turos Pustaka.

Anggito, Albi & Johan Setiyawan. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif.* Sukabumi: Jejak.

Anggraini, Kiki. (2021). Konsep Berpikir Positif Menurut Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan *Muḥāsabah* dalam Tasawuf. Semarang: Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo.

B, Sunarso. dkk. (2021). Fenomenologis Judi Togel Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian dan Pendidikan Indonesia*, 544.

Badri, Malik. (2018). *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study.* London: IIIT.

Faqihudin. (2021). Upaya Meningkatkan Sikap *Muḥāsabah* Diri Siswa Melalui Bimbingan Rohani Islam di SMA Smart Ekselensia Indonesia Bogor. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.

Faturachman, Fauzan Azima. (2024). Dampak Pergaulan Bebas Kalangan Remaja dalam Perspektif Hukum dan Kriminologi. *Jurnal Sains Student Research*, 625.

Fikri, Mohammad. (2022). Implementasi Tasawuf di Majelis Taklim Karang Anyar Desa Plakpak Pamekasan (Studi Atas Penanaman Nilai-nilai Spiritual Masyarakat). Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Haramen, Mohd & Suhami. (2021). Dampak Negatif Pergaulan Bebas Terhadap Generasi Muda Menurut Tinjauan Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pengajaran dan Kajian Islam*, 20.

J.I.G., Dorstn. (1998). *Sekolah: Mengajar atau Mendidik.* Yogyakarta: Kanisius.

Kartono, Kartini. (1997). *Tinjauan Politik Mengenai Sistem Pendidikan Nasional Beberapa Kritik dan Sugesti.* Jakarta: PT. Pradanya Paramita.

Departemen Pendidikan & Kebudayaan. (1999). *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Pustaka.

Munawir, Ahmad Warson. (1984). *Al-Munawir Kamus Arab-Indonesia.* Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawir.

Mutmainah. (2021). Metode *Muḥāsabah*: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun Nafs). *Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam*, 43.

Nawawi, M. Khotib. (2017). Metode Dakwah Hj. Umar Jaya Kepada Jamaah Pengajian Ibu-ibu (Studi Kasus Pada Majelis Taklim Nurul Falah Dusun Simpang Sari Desa Baru Ranji Lampung Selatan). Lampung : Skripsi Institus Agama Islam Negeri Raden Intan.

Nugrahani, Farida. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa.* Surakarta: Cakra Books.

Nurhayati, Sri, dkk. (2024). *Buku Ajar Psikologi.* Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Poerwadarminta, WJS. (2000). *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka.

Pongtiku, Ary. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif Saja.* Jayapura: Nulisbuku.

Putra, Mujinono Sang & Ardiansyah. (2024). Analisis Teori Pedidikan Sosial Kognitif Albert Bandura dan Implikasinya Pada Pendidikan Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Lingkungan*, 65.

Rahman, Yasir Abdul. (2014). Implementasi Konsep Muahadah, Muraqabah, *Muḥāsabah* dan Mu'aqabah Dalam Layanan Customer. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam*, 127.

Saemona, Ade Maulita. (2024). Strategi Pembinaan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Syafa'atul Qur'an di Desa Lubuk Seberuk Kecamatan Lampung Jaya Kabupaten Oki Provinsi Sumatera Selatan. *Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*.

Setyawan, Novi Agus. (2016). Internalisasi Nilai-Nilai Tasawuf dalam Kitab An-Nashaih Ad-Diniyyah Wal WashayanAl-Imaniyyah Pada Santri POndok Pesantren Anwarul Huda Malang. *Skripsi Universitas Islam Negeri Mulana Malik Ibrahim Malang*.

Sudarsono. (1991). *Kenakalan Remaja.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Sugiyono. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Suryana. (2010). *Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* . Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia.

Sya'ban, A. Ginanjar. (2019). *Tasawuf Harits Al-Muhassibi: Antara Akhlak Dan Spiritualitas.* Jakarta: Prenada Media.

Syahrul, dkk. (2009). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pembelajaran Bahasa Indonesia.* Padang: Sukabina Press.

Syukur, Amin. (2006). *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan).* Yogyakarta: LPK-2 Suara Merdeka.

T. Kasser, Ryan RM, Couchman CE, Sheldon KM. (2004). Materialistik Values: Their Causes and Consequences. *Journal Psychology and Consumer Culture*, 43.

Thalib, Syamsul Bachri. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris.* Jakarta: Prenada Media Group.

Zaman, Badrus & Munawaroh. (2020). Peran Majelis Taklim Dalam Meningkatkan Keagamaan Masyarakat. *Jurnal Penelitian*, 375.

Wawancara dengan jamaah Majelis Al Barzakh Medono Pelalongan, 11 Februari 2023.

Wawancara dengan KH. Taufiqurrahman Abildanwa bin Yahya, di rumah beliau, pada hari Selasa, 21 Februari 2023.

Wawancara dengan salah satu jamaah Majelis Al Barzakh, pada tanggal 27 Februari 2023.

Wawancara dengan jamaah Majelis Al Barzakh Medono Pelalongan, pada tanggal 21 Maret 2023.

Wawancara dengan jamaah RH di Majelis Al-Barzakh, pada tanggal 15 Agustus 2023

Wawancara dengan jamaah DS di Majelis Al-Barzakh, pada tanggal 21 Agustus 2023.

Wawancara dengan jamaah MF di Majelis Al-Barzakh, pada tanggal 11 September 2023

Wawancara dengan salah satu jamaah di majelis Al-Barzakh, pada tanggal 27 september 2023

Wawancara dengan salah satu jamaah majelis Al Barzakh pada tanggal 07 Juli 2024