



**ZIKIR RATIB AL-HADDAD UNTUK
KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA
SANTRI USIA KERJA PONDOK PESANTREN
DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP)**



AHMAD KUKUH PRASETIA
NIM.3321041

2025



**ZIKIR RATIB AL-HADDAD UNTUK
KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA
SANTRI USIA KERJA PONDOK PESANTREN
DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP)**



AHMAD KUKUH PRASETIA
NIM.3321041

2025

**ZIKIR *RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA
(STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK
PESANTREN DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP)**

SKRIPSI

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



Oleh :

AHMAD KUKUH PRASETIA
NIM.3321041

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

**ZIKIR *RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA
(STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK
PESANTREN DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP)**

SKRIPSI

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



Oleh :

AHMAD KUKUH PRASETIA
NIM.3321041

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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : AHMAD KUKUH PRASETIA

NIM : 3321041

Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultasi : Ushuluddin, Adab dn Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“ZIKIR *RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK PESANTREN DARUL MA’WA DESA KARANGDADAP)”** adalah hasil karya saya sendiri sebagai penulis dan peneliti dari skripsi yang saya buat ini. Untuk itu, saya telah mencantumkan semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini sebagaimana ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan yang saya buat ini terbukti tidak benar, maka saya sebagai penulis dan peneliti dari skripsi yang saya buat ini bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 24 Juni 2025

Yang menyatakan




AHMAD KUKUH PRASETIA
NIM. 3321041

NOTA PEMBIMBING

Prof. Dr. Imam Kanafi, M.Ag
Desa Kebonagung, Jl. Walet,
Kecamatan Kajen, Kabupaten Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdr. Ahmad Kukuh Prasetya

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 : Ahmad Kukuh Prasetya
NIM : 3321041
Judul : *ZIKIR RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA
(STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK
PESANTREN DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP)

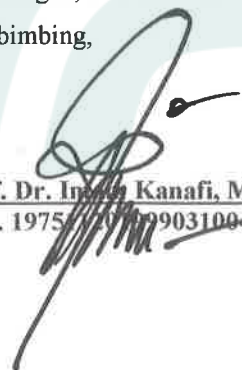
Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 24 Juni 2025

Pembimbing,


Prof. Dr. Imam Kanafi, M.Ag
NIP. 1975/07/20-9031004



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowoluku Kajen Kab. Pekalongan Kota Pek. 51161
Website: iainpekalongan.ac.id | Email: fakultas@iainpekalongan.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri

K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i

Nama : **AHMAD KUKUH PRASETIA**

NIM : **3321041**

Judul Skripsi : **ZIKIR *RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN
JIWA (STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA
PONDOK PESANTREN DARUL MA'WA DESA
KARANGDADAP)**

yang telah diujikan pada hari Senin, 7 Juli 2025 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag.)
dalam Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I


Afith Akhwanudin, M.Hum
NIP. 198511242015031005

Penguji II


Ahmad Khotim Muzakka, M.A
NIPPPK. 198805102023211018

Pekalongan, 15 Juli 2025

Disahkan Oleh
Dekan



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

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 Tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah 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:

A. 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	Ṣ	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	Ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	Ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	‘Ain	‘	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
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

B. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal Rangkap	Vokal Panjang
أ = a		آ = ā
إ = i	أَي = ai	إِي = ī
أ = u	أَوْ = au	أُو = ū

C. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/ Contoh:

مرأة جميلة ditulis *mar’atun jamiilatun*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/ Contoh;

فاطمة ditulis *faatimatun*

D. Syaddad (Tasydid, Geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddad* tersebut.

Contoh:

رَبَّنَا ditulis *rabbanaa*

الْبِرَّ ditulis *albirra*

E. Kata Sandang (Artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس ditulis *asy-syamsu* الرجل ditulis *ar-rajulu* السيدة ditulis *as-sayyidatu*

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر ditulis *al-qomaru* البديع ditulis *al-badiiu* الجلال ditulis *al-jalaalu*

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah. Sebuah kalimat *tayyibah* mengawali persembahan yang diperuntukkan pada sang *Khaliq*, Allah SWT. atas izinNya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan ucapan keselamatan untuk manusia paling sempurna, Nabi Muhammad SAW yang dariNya segala ilmu-ilmu agung disampaikan sehingga dapat menyelamatkan umat manusia dari zaman *jahil* menuju zaman yang terang benderang.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi sebagai tugas akhir ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik berupa saran, bimbingan, nasihat, semangat dan sebagainya. Suatu kebanggaan bagi saya untuk mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Bapak Ahmad Zidni, dari bapak saya mengenal bagaimana kesabaran, ketabahan, beradaptasi, terimakasih sebesar-besarnya. Tidak mudah berterimakasih secara langsung kepada beliau. Segalamu selalu mengalir dalam tubuh dan hidupku
2. Ibu Fatekhah, terimakasih banyak, telah menampung keluh kesahku, memberi ruang lebih untuk mengeksplorasi diri, memberi kepercayaan penuh untuk setiap langkah yang saya ambil. Setiap kata-kata yang tertulis untukmu selalu haru.
3. *Romo Kyai* Taufiqurrahman bin Subkhi, terimakasih telah membimbing baik secara *dzahir* maupun *batin*. Segala ilmu *hikmah* yang diajarkan mulai satu persatu tersingkap, *Insyallah*. Semoga saya selalu menjadi santri beliau.
4. Kedua adik saya, Muhammad Gayuh Laksono dan Muhammad Tangguh Wiguno. Maaf apabila menjadi sosok kakak masih jauh dari kata ideal untuk kalian.
5. Dosen pembimbing Akademik saya, Ibu Cintami Farmawati, M.Psi yang telah membimbing, memberikan arahan dan semangat serta motivasi hingga selesai perkuliahannya.
6. Dosen pembimbing skripsi saya, Bapak Prof. Dr. Imam Kanafi, M.Ag yang telah membimbing saya dalam menyelesaikan karya ilmiah ini dengan penuh kesabaran.
7. Seluruh pimpinan dan staff prodi Tasawuf dan Psikoterapi tahun 2025 yang telah membantu dalam mengurus administrasi perkuliahan.
8. Kepada teman semasa sekolah, semasa di pondok pesantren yang namanya cukup saya yang menyimpan.

9. Teman sejawat TP 2021 UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, terimakasih atas dukungan dan pengalamannya.
10. Terimakasih pada semua orang yang pernah mempercayai, membimbing dan membantu saya memimpin HMPS Tasawus dan Psikoterapi periode 2023. Teman-teman pengurus HMPS TP 2023, dedikasi kalian akan selalu aku semogakan agar terhitung sebagai *amal jariyah*. Pengalaman yang banyak mengubah cara pandang terhadap hidup. Semoga semakin erat.
11. Segenap pihak yang membantu dalam pembuatan skripsi ini dan tidak dapat penulis sebutkan satu persatu

Teman-teman saya yang selalu mendukung, memperhatikan, menyemangati dalam perjalanan ini hingga terselesaikannya skripsi ini.



MOTTO

“Adab, Toat, Manfaat “

“Titen, Open, Telaten”

-K.H. Taufiqurrahman bin Subkhi, Wonopringgo-



ABSTRAK

Prasetia, Ahmad Kuku. 2025. *Zikir Ratib Al-Haddad* untuk Ketenangan Jiwa (Studi Kasus pada Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karangdadap). Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalonga

Kata kunci : Zikir, Ketenanga Jiwa, Ratib *Al-Haddad*, Santri

Dukuh Karanganyar Kidul, Desa Karangdadap memiliki kegiatan keagamaan yang secara konsisten dilaksanakan oleh berbagai lapisan masyarakat. Lulusan pondok pesantren Darul Ma'wa desa Karangdadap berperan dalam membimbing masyarakat dalam kegiatan keagamaan, yang menuntut ketenangan dan kebijaksanaan dalam menghadapi berbagai karakter. Pondok Pesantren Darul Ma'wa, menerapkan *Zikir Ratib Al-Haddad* menjadi metode dalam membangun ketenangan jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan *Zikir Ratib Al-Haddad*, kondisi ketenangan jiwa, serta mengetahui korelasi antara *Zikir Ratib Al-Haddad* dengan ketenangan jiwa santri usia kerja di Pondok Pesantren Darul Ma'wa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah tiga santri usia kerja yang dipilih melalui teknik sampel jenuh. Pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Zikir Ratib Al-Haddad* dilaksanakan secara rutin setiap hari setelah jamaa'ah subuh dan malam kamis. Kondisi ketenangan jiwa santri sudah cukup baik. Korelasi antara *Zikir Ratib Al-Haddad* dan Ketenangan Jiwa ditunjukkan pada perubahan kondisi ketenangan jiwa santri yang mencemaskan masa depan, pikiran yang tidak tenang, dan lalai terhadap Allah SWT, menjadi tidak lagi terlalu cemas, memiliki pikiran yang lebih jernih sehingga bisa lebih fokus, dan lebih mudah untuk senantiasa mengingat Allah SWT.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah menganugerahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas skripsi dengan judul “*ZIKIR RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK PESANTREN DARUL MA’WA DESA KARANGDADAP)”. Shalawat serta salam tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., semoga kita senantiasa mendapatkan syafaat dihari akhir kelak. Amiin..

Dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit bantuan dan dukungan yang penulis terima dari berbagai pihak. Dengan kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., yang telah memimpin dan mengelola penyelenggaraan pendidikan sebagaimana mestinya.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan Ibu Dr. Tri Astutik Haryati, M.Ag. Beserta staf dekan, yang telah mengkordinir penyelenggaraan pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat di fakultas.
3. Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan Bapak Afith Akhwanuddin, M.Hum, serta Sekertaris Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi, yang selalu memfasilitasi, ikhlas, dan memberikan contoh yang baik dan tidak pernah lelah memotivasi.
4. Dosen Pembimbing Skripsi Prof. Dr. Imam Kanafi, M.Ag yang telah berkenan meluangkan waktunya dan arahan untuk memberikan bimbingan dan motivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Dosen Pembimbing Akademik Cintami Farmawati, M.Psi yang senantiasa memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis selama masa studi.
6. Seluruh dosen Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan ilmunya kepada penulis dalam kegiatan belajar di bangku perkuliahan.

7. Seluruh Civitas Akademika Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan dukungan fasilitas dan pelayanan dengan baik kepada mahasiswa.
8. Seluruh petugas perpustakaan yang telah membantu penulis dalam mengadakan penelitian dalam hal Libray Research sehingga mampu mendapatkan sumber atau bahan penulisan skripsi ini.
9. Ibu, Bapak dan segenap keluarga yang selalu mendo'akan, mendukung, dan memberikan semangat tanpa henti.
10. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amiin ...

Pekalongan, 17 Juli 2025

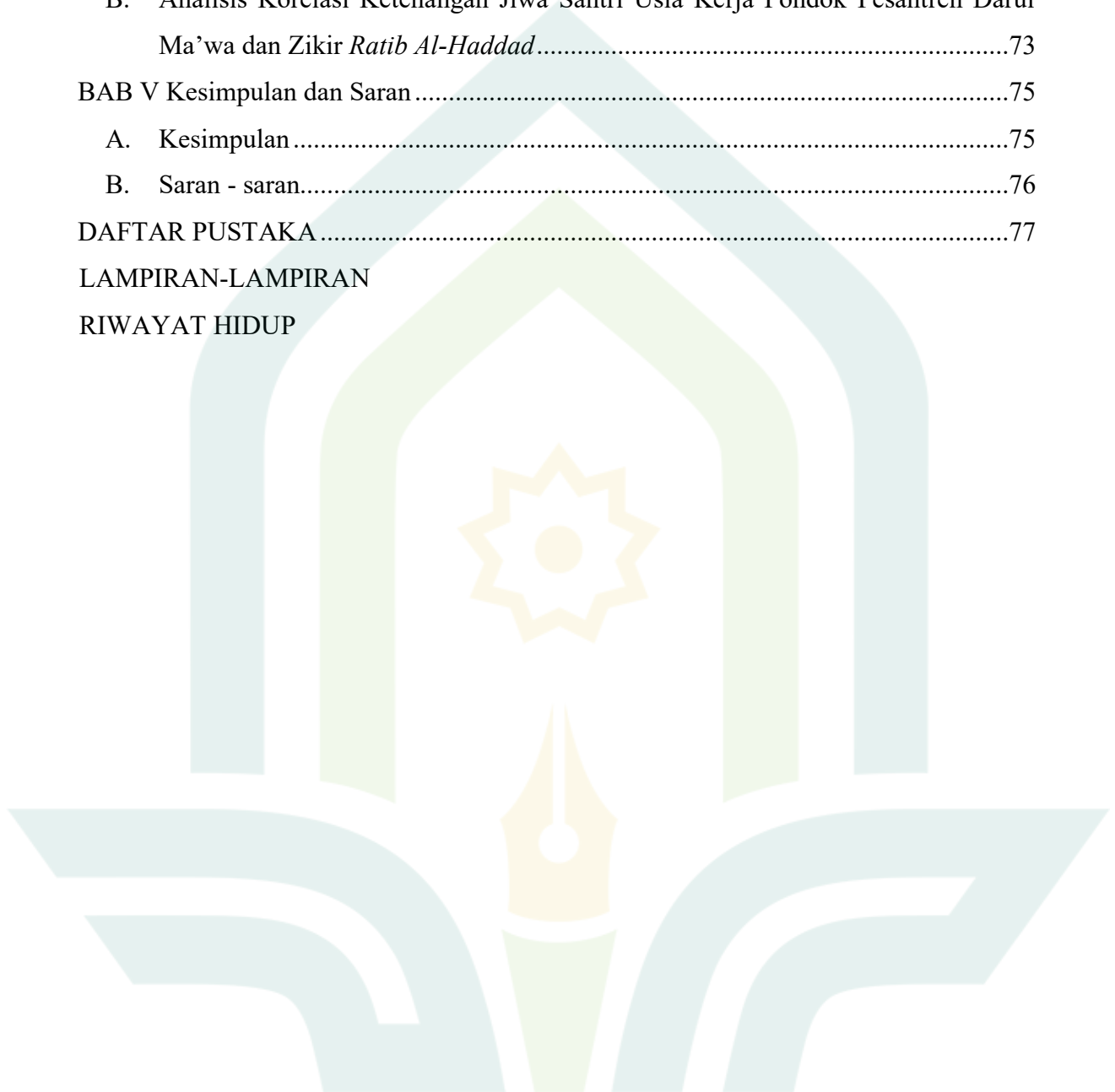
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN.....	v
PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO	x
ABSTRAK.....	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Kajian Pustaka	6
F. Metode Penelitian	14
G. Sistematika Penulisan	20
BAB II ZIKIR <i>RATIB AL-HADDAD</i> DAN KETENANGAN JIWA.....	21
A. Zikir	21
1. Pengertian Zikir	21
2. Bentuk-bentuk Zikir.....	23
3. Manfaat Zikir	25
B. <i>Ratib</i>	30
1. Pengertian <i>Ratib</i>	30
2. Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	31
3. Pembacaan dan Susunan Zikir <i>Ratib Al Hadad</i>	32
C. Ketenangan Jiwa.....	36
1. Pengertian Ketenangan Jiwa.....	36
2. Faktor-Faktor Ketenangan Jiwa.....	37

3. Indikator dan Aspek - Aspek Ketenangan Jiwa.....	38
BAB III PONDOK PESANTREN DARUL MA'WA, PELAKSANAAN ZIKIR <i>RATIB AL-HADDAD</i> DAN KETENANGAN JIWA SANTRI	40
A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karangdadap.....	40
1. Letak Geografis Desa Karangdadap	40
2. Profil pondok pesantren darul ma'wa Desa Karangdadap.....	41
3. Sejarah Pondok Pesantren Darul Ma'wa	43
4. Program dan Kegiatan Pondok Pesantren Darul Ma'wa	44
B. Pelaksanaan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i> di Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karangdadap	46
1. Pelaksanaan dan Sasaran Pembacaan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i> di Pondok Pesantren Darul Ma'wa	47
2. Urutan Pembacaan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	49
C. Kondisi Ketenangan Jiwa Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa ...	53
1. Pemaknaan Ketenangan Jiwa Oleh Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karangdadap.....	53
2. Pengalaman Merasakan Ketenangan Jiwa.....	54
3. Proses dan Tantangan Mencapai Ketenangan Jiwa	56
4. Aspek-Aspek Ketenangan Jiwa	58
D. Korelasi Ketenangan Jiwa Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa dan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	61
1. Jiwa yang Tidak Tenang Sebelum Penerapan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	62
2. Penerapan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	62
3. Dampak Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i> Terhadap Ketenangan Jiwa.....	65

BAB IV ANALISIS ZIKIR <i>RATIB AL-HADDAD</i> UNTUK KETENANGAN JIWA SANTRI USIA KERJA	70
A. Analisis Kondisi Ketenangan Jiwa Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa	70
B. Analisis Korelasi Ketenangan Jiwa Santri Usia Kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa dan Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>	73
BAB V Kesimpulan dan Saran	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran - saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR TABEL

Table 1.1 Penelitian Terdahulu	11
Tabel 3.1 Data Subjek Penelitian	46



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan salah satu contoh masalah dalam aspek psikologi. Tidak dapat diabaikan, tercatat stres menjadi pendorong meningkatnya kasus bunuh diri. Sebesar 30% kasus bunuh diri dikalangan mahasiswa meningkat dalam 2022-2023¹. Depresi dan kecemasan juga muncul dari ketidakstabilan mental. Lebih parah akan berkembang menjadi bipolar dan skizofrenia². Diperlukan ketenangan jiwa untuk mengatasi masalah akibat ketidakstabilan mental³.

Kesehatan mental yang buruk juga berhubungan dengan masalah dalam aspek spiritual. Seseorang yang mengalami ketidakstabilan mental mungkin merasa kehilangan makna dalam hidup mereka. Menilik hal tersebut, menjadikan pendekatan aspek spiritual sebagai bagian penting dari proses penyembuhan, pemulihan, kemudian membantu seseorang kembali memaknai hidup dengan memperbaharui harapan dan tujuan⁴.

Globalisasi membawa corak hedonisme, dimana pelakunya cenderung menyukai kenikmatan individu atau pribadi, dan pemenuhan materi⁵. Pengabaian terhadap sisi spiritual disebabkan manusia lebih fokus pada pemenuhan jasmani dan hal lain yang dekat dengan duniawi. Krisis spiritualitas semakin terasa di era modern

¹ Bella Mayta Tindaon, 'Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Satu Di Stikes Santa Elisabeth Medan', *Stikes Santa Elisabeth*, 1.2 (2022).

² Faktor-faktor Psikologis Kesejahteraan, 'Kepribadian Dan Kesehatan Mental : Hubungan Antara', *Stefanus Lugu*, 2020, hal. 1–9.

³ Syifa Anivitariy Aqilah and others, 'Peran Konseling Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *At-Taujih: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2.1 (2023), hal. 69–82 <<https://jurnal.iaihnwpancor.ac.id/index.php/taujih>>.

⁴ Iklima Salji dkk, 'Pengaruh Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Penganutnya', *Islamika*, 4.1 (2022), hal. 47–57, doi:10.36088/islamika.v4i1.1598.

⁵ Vionnalita Jennyya dan Maria Heny Pratikno Selvie Rumampuk, *Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa Universitas Sam Ratulangi*, 14.3 (2021), hal. 1–16.

ini. Miskinnya ranah spiritualitas manusia mengantarkan pada kosongnya makna hidup⁶.

Salah satu tempat menempa dan menimba spiritualitas adalah pondok pesantren⁷. Sebagai lembaga pendidikan yang berfokus pada bidang agama, khususnya agama islam, pondok pesantren erat kaitannya dengan masalah spiritualitas. Dalam sistem pendidikan pesantren, para santri, sebutan bagi orang yang menimba ilmu di pesantren, dibimbing oleh kyai dalam hal spiritual⁸. Bimbingan dilakukan secara langsung, melalui *ngaji bandongan*, atau pengajian bersama, maupun melalui perantara ustadz dan santri yang lebih senior.

Para santri yang ditempa di pesantren juga mengemban amanah lebih untuk membimbing masyarakat kelak ketika telah menyelesaikan pendidikan pesantren. Melalui para santri masyarakat belajar dan meningkatkan sisi spiritual. Diharapkan pula masyarakat secara umum dapat mencapai tingkat spiritual yang mengantarkan ketenangan dalam jiwa.

Masalah psikologis dapat diminimalisir ketika seseorang telah mencapai ketenangan jiwa. Ketidakstabilan mental, kecemasan, kekhawatiran berlebih dapat diatasi. Salah satu penelitian menjelaskan ketenangan jiwa dapat merangsang tubuh untuk menyembuhkan penyakit-penyakit jasmani⁹.

Untuk membimbing seseorang mencapai ketenangan jiwa tentunya para santri dituntut untuk sampai pada titik ketenangan jiwa itu sendiri. Banyak hal yang dapat

⁶ Riyanti Vianica Sibuea, 'Hubungan Kebutuhan Spiritual Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Lansia', 288, hal. 36–42.

⁷ Aulia Marhamah dkk, 'Sejarah Dan Perkembangan Pondok Pesantren Di Indonesia', 3.1 (2025), hal. 1–7.

⁸ Makna Sapaan, D I Pesantren, Kajian Linguistik-antropologis, 'Makna Sapaan Di Pesantren: Kajian Linguistik-Antropologis', 3 (2018), hal. 11–22.

⁹ David Amnur, 'Dzikir Dan Pengaruh Terhadap Ketenanngan Jiwa Menurut Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)', 2010, hal 2 <<http://repository.uin-suska.ac.id/10445/>>.

dilakukan untuk mencapai ketenangan jiwa. Melalui bimbingan kyai biasanya santri melakukan beberapa amalan. Ada yang berbentuk *riyadhah* (latihan diri) maupun dengan melakukan serangkaian zikir.

Dalam perjalanan menempuh pendidikan di pesantren, para santri sering dihadapkan pada berbagai tantangan yang dapat memengaruhi ketenangan jiwa mereka. Rutinitas pesantren yang padat, mulai dari kewajiban menjalankan ibadah, menghafal Al-Qur'an, mengikuti pelajaran agama dan umum, hingga mengikuti berbagai kegiatan tambahan, menuntut stamina fisik dan mental yang kuat. Beban tanggung jawab ini kerap kali menjadi sumber tekanan, terutama bagi santri yang baru beradaptasi dengan lingkungan pesantren.

Selain itu, jauhnya jarak dari keluarga sering kali menjadi salah satu penyebab utama gangguan emosional pada santri. Perasaan rindu terhadap orang tua dan rumah, terutama bagi santri yang masih berusia muda, dapat menimbulkan kecemasan dan rasa tidak nyaman¹⁰. Hal ini diperburuk oleh kurangnya sistem dukungan emosional di lingkungan pesantren yang terkadang terlalu fokus pada disiplin dan prestasi¹¹.

Tidak jarang, para santri juga mengalami rasa khawatir yang berlebihan terkait tuntutan akademik dan spiritual. Kewajiban menghafal, misalnya, sering kali diiringi dengan ketakutan akan kegagalan atau ketidakmampuan memenuhi target yang telah ditentukan¹². Hal ini dapat memicu perasaan rendah diri, stres, bahkan putus asa jika tidak diatasi dengan baik.

¹⁰ Wawancara dengan Adi Putro P, tanggal 26 Desember 2024 di Pondok Pesantren Darul Ma'wa

¹¹ *ibid*

¹² N M Fauziah, 'Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan', *Universitas Medan Area*, 2021 <<http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/16360%0Ahttp://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/16360/1/178600020> - Nedra Meutia Fauziah - Fulltext.pdf>.

Faktor lainnya adalah interaksi sosial antar-santri yang tidak selalu harmonis. Perbedaan karakter, latar belakang, dan cara berpikir dapat menimbulkan konflik, baik secara terang-terangan maupun tersembunyi¹³. Konflik ini, jika dibiarkan, dapat menjadi sumber tekanan mental tambahan bagi santri.

Semua faktor ini menunjukkan bahwa santri sangat rentan mengalami gangguan ketenangan jiwa, seperti stres, kecemasan, dan ketidakstabilan emosional. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang tepat untuk membantu santri mengatasi masalah-masalah ini, salah satunya adalah melalui pendekatan spiritual seperti zikir. Hal ini penting mengingat zikir memiliki potensi besar dalam membantu individu mencapai ketenangan jiwa, menguatkan mental, dan menghadapi berbagai tantangan hidup di lingkungan pesantren.

Pondok pesantren Darul Ma'wa menerapkan Zikir *Ratib Al-Haddad*. Salah satu tangga para santri untuk mencapai ketenangan jiwa¹⁴. Secara konsisten para santri melakukan Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk melatih sisi spiritual mereka. Ketenangan jiwa menjadi salah satu tujuan dari dilakukannya Zikir *Ratib Al-Haddad*.

Seperti yang telah dipaparkan diatas bahwa santri akan mengemban amanah di lingkungan masyarakat, kegiatan keagamaan yang ada di dusun Karanganyarkidul dipimpin oleh salah seorang santri lulusan Darul Ma'wa. Kegiatan keagamaan yang dilakukanpun beragam, mencakup berbagai lapisan usia dan strata sosial. Hal ini menuntut ketangan bagi beliau, karena ketika salah merespon ketika menghadapi mereka, dapat mengurangi minat masyarakat dalam mengikuti kegiatan keagamaan.

¹³ Saskia Tri Hamidah, *Komunikasi Antarpribadi Santri Dan Santri Dalam Membangun Hubungan Keakraban Di Sma Pesantren Unggul Al-Bayan Cibadak Sukabumi*, 2020.

¹⁴ Wawancara dengan Pengasuh Ponpes Darul Ma'wa, tanggal 28 Desember 2024 di Pondok Pesantren Darul Ma'wa

Dari latar belakang yang telah peneliti paparkan, peneliti tertarik untuk mengulik lebih lanjut mengenai Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk ketenangan jiwa dan mengangkatnya dalam penelitian dengan mengangkat judul :

ZIKIR *RATIB AL-HADDAD* UNTUK KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA SANTRI USIA KERJA PONDOK PESANTREN DARUL MA'WA DESA KARANGDADAP).

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah yang telah di terangkan dan memperhatikan pokok-pokok pikiran di atas, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan Zikir *Ratib Al-Haddad* di pondok pesantren Darul Ma'wa?
2. Bagaimana kondisi ketenangan jiwa santri usia kerja pondok pesantren Darul Ma'wa?
3. Bagaimana korelasi ketenangan jiwa santri usia kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa dan Zikir *Ratib Al-Haddad*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan, maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut

1. Untuk mengetahui rangkaian pelaksanaan Zikir *Ratib Al-Haddad*
2. Untuk mengetahui kondisi ketenangan jiwa santri usia kerja Darul Ma'wa
3. Untuk mengetahui korelasi ketenangan jiwa santri usia kerja Darul Ma'wa dan Zikir *Ratib Al-Haddad*

D. Manfaat Penelitian

Dengan tujuan penelitian yang berusaha penulis capai, melalui penelitian ini penulis berharap dapat memberi manfaat, baik itu secara langsung maupun tidak langsung dibidang pendidikan dan perguruan tinggi.

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan secara teoritis hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan, memberi sumbangsih yang berharga dan dapat memberi manfaat untuk semua civitas akademik terkhusus civitas akademik program studi tasawuf dan psikoterapi. khususnya mengenai Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk ketenangan jiwa (studi kasus pada santri usia kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karangdadap).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi para santri pondok pesantren Darul Ma'wa

Dari penelitian ini diharapkan para santri dapat mengetahui dan lebih yakin mengenai Zikir yang mereka lakukan. Menambah wawasan mengenai hubungan antara Zikir *Ratib Al-Haddad* yang mereka lakukan dan ketenangan jiwa. Sehingga memperbesar keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikan di pondok pesantren

b. Bagi mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi

Dapat digunakan sebagai bahan pengetahuan dan pengembangan untuk mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi mengenai pengamalan Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk meningkatkan Ketenangan Jiwa.

c. Bagi pembaca

Bagi pembaca, dapat menjadikan Penelitian ini sebagai pengetahuan dalam melakukan penelitian dan dapat menjadi pembandingan dengan penelitian lainnya serta memperkaya penelitian mengenai Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk Ketenangan Jiwa (Studi Kasus pada Santri usia kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa Desa Karandadap).

E. Kajian Pustaka

1. Analisis teori

a. Zikir

Zikir secara etimologi berasal dari kata *dzakara* yang berarti "mengingat" atau "menyebut"¹⁵. Secara pelaksanaan Zikir dibagi menjadi dua, Zikir *Jahr* dan Zikir *Sir*. Zikir *Jahr* dilakukan dengan cara pelafalan secara lisan dengan suara lisan. Sedang Zikir *Sir* kebalikan dari Zikir *Jahr*, yaitu dilakukan dalam hati tanpa bersuara¹⁶.

Ibnu Qoyyim Al-Jauziyyah menuliskan tentang fungsi Zikir dalam kitab al Waabilus Syayyib dan pada kitab Rafi'ul. Total ada tujuh fungsi Zikir yang telah dituturkan :

- 1) Zikir menjaga diri dari syaitan
- 2) Menumbuhkan rasa ridho kepada Allah SWT.
- 3) Zikir mengantarkan perasaan gembira, bahagia dan tentram pada hati
- 4) Mempermudah jalan rezeki
- 5) Membuka pintu pengampunan Allah SWT.
- 6) Menghindarkan diri dari siksa api neraka

¹⁵ Lutfi Ghazali, Umar Fauzi, and Setyo Kurniawan, 'Berdzikir Mengaktifkan Berakhlak Mulia Lutfi Ghazali (1) , Umar Fauzi (2) , Setyo Kurniawan (2) 1', 1.1 (2024), hal. 65.

¹⁶ *Ibid*

7) Ibadah yang paling ringan untuk dilakukan¹⁷

Dalam konteks psikologi Islam, Zikir dianggap sebagai sarana untuk mencapai ketenangan jiwa (*nafs muthma'innah*), yang ditandai dengan kedamaian, kestabilan emosi, dan perasaan dekat dengan Allah SWT¹⁸.

Ditilik dari susunannya, Zikir memiliki beberapa macam. Disebutkan oleh syekh Abdullah bin Ahmad Basaudan Al-Kindi yang dikutip oleh Nur Kholiq dkk, bahwa Zikir ada 3 macam sebutan bagi kumpulan Zikir, doa dan *tawajjuh* yang dihimpun, yaitu hizib, wirid dan ratib¹⁹. Dalam penelitian ini zikir yang akan diangkat adalah Zikir *Ratib*.

Ratib sendiri ada beberapa macam, dinamai berdasarkan pengarang atau penyusunnya. Diantara ratib-ratib yang ada adalah *ratib Al-Haddad*, *ratib Al-Athas*, *ratib Alaydrus*.

b. Ketenangan Jiwa

Islam mengartikan ketenangan jiwa dengan kondisi damai dan tenang yang dirasakan oleh hati dan tidak memiliki kegelisahan, dipenuhi sara berserah pada Allah SWT. Ketenangan juga biasa disebut dengan *thuma'ninah*. Keadaan dimana ketenangan dan rasa khidman hadir dalam pikiran, perasaan, dan hati²⁰. Imam al-Ghazali mendefinisikan jiwa yang memiliki ketenangan (*al-muthmainah*) dengan keadaan seseorang mampu menyingkirkan

¹⁷ Muniruddin, 'Bentuk Dzikir Dan Fungsinya Dalam Kehidupan Seorang Muslim', *Jurnal Pengembangan Masyarakat*, V.5 (2018), hal. 1–17.

¹⁸ Nur Kholik Afandi dan Iain Samarinda, 'Nafs Mutmainah Sebagai Dasar Dalam Menciptakan Kesejahteraan Spiritual', 3.2 (2021), hal. 169–81.

¹⁹ Heni Pujiastuti² Fitri Apriliawati¹, 'Etnomatematika: Analisis Konsep Matematika Pada Aktivitas Membaca Ratib Al-HaddAD', 2.2 (2023), hal. 71–80.

²⁰ Etty setiawati Rahman, 'Terapi Psikoprobem Melalui Shalat Dalam Menjawab Permasalahan Masyarakat Modern', *Mudabbir: Jurnal Manajemen Dakwah*, 2.1 (2021), hal. 69–90, doi:10.20414/mudabbir.v2i1.3489.

kegundahan dan mengekang hawa nafsunya. Hal ini didasari pada Al-Qur'an surah Al-Fajr ayat 27-28²¹.

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٧﴾

Artinya: *“Wahai jiwa yang tenang! (27) Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya (28)”*
(QS. Al-Fajr 27-28)

Ketenangan jiwa dapat kita lampau ketika diri dihiasi dengan sifat-sifat yang dekat dengan kebahagiaan. Sifat-sifat yang dimaksud ialah penyabar, mensyukuri nikmat, takut dan menghindari dosa serta siksa Allah, hanya mengharap cinta, barokah dan cinta dari Allah SWT. Sifat itulah yang dapat mendekatkan diri pada kebahagiaan. Begitulah pendapat dari sang *hujjatul islam* atau imam Al-Ghazali dalam tulisan Abdul Rozak, dkk²².

Dalam pandangan Prof. Dr. Zakiah Daradjat, ketenangan jiwa adalah bentuk harmoni antara faktor-faktor jiwa, sehingga mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah yang biasa ditemui di kehidupan, dapat merasakan kebahagiaan dan mengenali potensi diri²³. Faktor ketenangan jiwa dibagi menjadi dua, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi hal-hal yang berkaitan dengan agama, seperti beribadah, berzikir, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Adapun faktor eksternal yang dimaksud adalah pemenuhan kebutuhan²⁴.

²¹ Abdul Rozak, Ali Maftuhin, dan Syamsurizal Yazid, 'Dzikir Dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis', 2025.

²² Fuadi, 'Refleksi Pemikiran Hamka Tentang Metode', *Substantia*, 20.April (2018), hal. 17–34.

²³ Ega Ananda Kurnia and others, 'Hubungan Ketenangan Jiwa Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Lanjut Usia (Lkslu) Di Kabupaten Nganjuk', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3 (2024), hal. 28–38.

²⁴ Assyifa Noor Izzah Tanjung dan Cucu Setiawan, 'Peran Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat', *Gunung Djati Conference Series*, 8 (2022), hal. 214–25.

Abd Al-Qadir Jailani menerangkan ketenangan jiwa dapat dimiliki seseorang apabila individu tersebut dapat konsisten mempersiapkan dirinya dengan selalu bertakwa dan beramal sholeh ketika di dunia bertujuan agar selamat di akhirat kelak. Dari konsistensi yang dilakukan, dapat meningkatkan derajatnya ke yang lebih tinggi, dan menghindarkannya dari siksaan, kemudian memperoleh perasaan damai secara rohani yang nikmat yaitu ketenangan jiwa²⁵.

Dalam Al-Quran , tanda- tanda ketenangan jiwa dimiliki seseorang sebagai berikut :

- 1) Memiliki keyakinan yang kukuh terhadap kebenaran
- 2) Memiliki rasa aman, tidak risau terhadap kesedihan dan ketakutan di Dunia
- 3) Hati yang tentram karena senantiasa mengingat Allah

Ketiga indikator tersebut dirumuskan dari QS. An-nahl ayat 106, QS. Al-maidah ayat 13, QS. An-nisa ayat 13, QS. Fussilat ayat 30 , dan QS. Ar-ra'd ayat 28²⁶.

2. Penelitian Relevan

Peneliti melakukan studi pada beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu, yang sejenis dengan tema penelitian ini. Tujuan dilakukan studi pada penelitian terdahulu yang sejenis, untuk memfokuskan pada suatu masalah penelitian, serta menghasilkan penelitian baru. Selain itu pemetaan penelitian yang akan dikerjakan oleh peneliti. Berangkat dari hal tersebut, peneliti

²⁵ Sarihat Cihat Nawawi, 'Rahasia Ketenangan Jiwa Dalam Al-Qur'an', *MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 6.1 (2021), hal. 30–46, doi:10.24090/maghza.v6i1.4476.

²⁶ Anton Widodo and Fathur Rohman, 'Konsep Jiwa Yang Tenang Dalam Surat Al Fajr 27-30 (Perspektif Bimbingan Konseling Islam)', *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1.2 (2019), hal. 21–34.

melakukan studi literatur pada hasil penelitian yang terdahulu. Kemudian hasil studi literatur yang dilakukan akan dijabarkan dalam tabel berikut.

Table 1.1 Penelitian Terdahulu

No	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Implementasi <i>Zikir Ratib Al-Haddad</i> Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Al-Amin Salatiga ²⁷	- Variabel yang dibahas sama yaitu <i>Zikir Ratib Al-Haddad</i> Dan Ketenangan Jiwa	- Subjek penelitian yang diteliti berbeda
2.	Terapi <i>Dzikir Ratib Al-Haddad</i> Untuk Meraih Ketenangan Jiwa (Studi Kasus: Jamaah Majelis Taklim Al Ghanna Jakarta Barat) ²⁸	- Mempunyai persamaan pembahasan, membahas perihal <i>Zikir Ratib Al-Haddad</i> dan ketenangan jiwa	- Subjek yang diteliti berbeda
3.	<i>Zikir Ratib Al-Haddad</i> Dan Ketenangan Jiwa: Studi Fenomenologi Terhadap Jamaah Majelis Annisa Dukuh Tawangrejo, Desa Pablengan, Kecamatan Matesih ²⁹	- Pembahasan sama, perihal <i>ratib Al-Haddad</i> kemudian Ketenangan Jiwa	- Perbedaan terdapat pada subjek penelitian yang diteliti - Merupakan penelitian fenomenologi, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan

²⁷ Ana Milatul Asqiyah, *Implementasi Dzikir Ratib Al-Haddad Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Al-Amin Salatiga*, 2023.

²⁸ Bagas Prasetya, 'TERAPI ZIKIR RATIB AL-HADDAD UNTUK MERAIH KETENANGAN JIWA (Studi Kasus: Jamaah Majelis Taklim Al Ghanna Jakarta Barat)', 2024.

²⁹ SYAMSIYAH NITIA WAHID SITI, 'ZIKIR RATIB AL-HADDAD DAN KETENANGAN JIWA: STUDI FENOMENOLOGI TERHADAP JAMAAH MAJELIS ANNISA DUKUH TAWANGREJO, DESA PABLENGAN, KECAMATAN MATESIH', 2021.

			merupakan studi kasus
4.	Manfaat Dzikir bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus pada Jamaah Tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu) ³⁰	- Pembahasan sama mengenai Ketenangan Jiwa - Memiliki Persamaan Penelitian kualitatif dengan jenis penelitian Studi Kasus	- Zikir yang dipakai untuk penelitian ini tidak spesifik pada Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i> - Subjek penelitian daluhu meneliti pada jamaah tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu sedangkan penelitian ini pada santri Darul Ma'wa desa Karangdadap
5.	PENGARUH DZIKIR MANAQIB SYEKH ABDUL QADIR AL- JAILANI TERHADAP KETENANGAN JIWA JAMA'AH DI PONDOK PESANTREN SALAFI MIFTAHUL HUDHA JATAKE	- Perihal variable sama-sama membahas mengenai ketenangan jiwa yang dipengaruhi oleh zikir	- Perbedaan pada zikir yang diangkat, zikir yang dibahas diskripsi ini membahas mengenai zikir manaqib, sedangkan skripsi yang peneliti bahas mengangkat Zikir <i>Ratib Al-Haddad</i>

³⁰ Despa Reni Suryani, 'Manfaat Zikir Bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus Pada Jamaah Tarekat Syadziliyah Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu)', 3.2 (2018),

	KABUPATEN TANGERANG ³¹		- Penelitian merupakan penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian yang peneliti angkat merupakan penelitian kualitatif
--	--------------------------------------	--	--

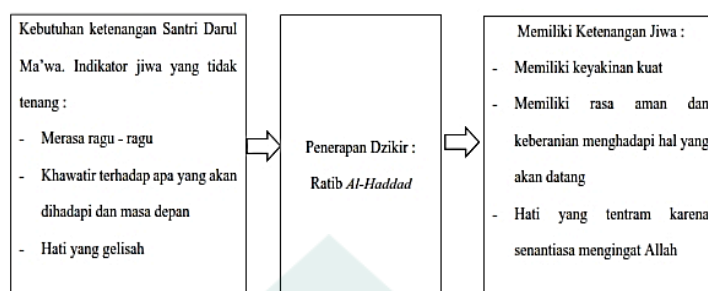
Berdasarkan penelitian relevan yang sudah dipaparkan terdapat kesenjangan antara penelitian terdahulu dan penelitian yang peneliti angkat. Kesenjangan tersebut terdapat pada subjek penelitian dan penelitian ini merupakan studi kasus.

Faktor lingkungan yang dipengaruhi dan mempengaruhi subjek penelitian ikut menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Interaksi sosial masyarakat disekitar Pondok Pesantren Darul Ma'wa cukup erat satu sama lain. Dapat dilihat ketika sore hari, banyak perkumpulan masyarakat di teras rumah dan tempat berkumpul lainnya seperti lapangan olahraga, gardu atau masjid. Selain itu partisipasi yang tinggi dari masyarakat dalam melaksanakan kegiatan keagamaan menjadi alasan penelitian ini dilakukan.

3. Kerangka Berpikir

dalam melakukan penelitian, peneliti memiliki kerangka berpikir dengan peta konsep sebagai berikut :

³¹ Putri Auliani, “Pengaruh Dzikir Manaqib Syekh Abdul Qadir Al- Jailani Terhadap Ketenangan Jiwa Jama'ah Di Pondok Pesantren Salafi Miftahul Huda Jatake Kabupaten Tangerang”, 2022.



segala macam tekanan yang membebani santri, seperti kedisiplinan, target hafalan, dan kegiatan pondok pesantren lainnya tidak jarang membuat para santri stres. Kegiatan yang monoton dari pondok pesantren juga mempengaruhi hal itu. Masalah ini berusaha diatasi dengan Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk bisa mencapai ketenangan jiwa.

F. Metode Penelitian

1. Paradigma / Perspektif penelitian

Peneliti memakai Paradigma dengan pendekatan psikologi sufistik. Alasan peneliti memakai paradigma psikologi sufistik dikarenakan peneliti berupaya untuk menemukan bagaimana Zikir *Ratib Al-Haddad* untuk meningkatkan ketenangan jiwa para santri usia kerja Darul Ma'wa desa Karandadap. Penggabungan antara pokok ajaran psikologi dengan metode tasawuf yang digunakan pendekatan ini. Tujuannya sendiri yaitu untuk mendekatkan diri pada Tuhan dan mencapai ketenangan jiwa. Dari ketenangan jiwa itu, dapat menunjang para santri untuk mengatasi berbagai masalah yang timbul saat mengenyam pendidikan di pondok pesantren.

2. Jenis dan Pendekatan

Penelitian yang dilakukan oleh penulis merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus adalah penelitian mendalam

terhadap individu, kelompok atau perkumpulan untuk mengetahui kasus tertentu. Dipilihnya jenis dan pendekatan ini karena peneliti hendak memahami bagaimana penerapan metode *Zikir Ratib Al-Haddad* untuk mencapai ketenangan jiwa yang diterapkan oleh santri pondok pesantren Darul Ma'wa, dengan fokus mengeksplor pengalaman pelaku penelitian dalam konteks tertentu.

Dari pendekatan ini, penulis berusaha menggali pengalaman pelaku penelitian secara mendalam. Penggalan dan pengumpulan data dengan menggunakan wawancara mendalam, observasi dan analisis dokumen. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisa secara kualitatif sehingga menghasilkan deskripsi yang menyeluruh tentang pelaksanaan praktek *Zikir Ratib Al-Haddad* yang memberi dampak berupa ketenangan jiwa.

3. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian meneliti para Santri Usia kerja Pondok Pesantren Darul Ma'wa yang rutin melakukan *Zikir Ratib Al-Haddad*. Yang dimaksud usia kerja ialah santri yang sudah tidak mengenyam Pendidikan formal dan melakukan kegiatan belajar secara informal di Pondok Pesantren sekaligus bekerja untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari. Objek Penelitian ini berfokus pada pelaksanaan *Zikir Ratib Al-Haddad*, bagaimana pengamalannya dan juga bagaimana *Zikir Ratib Al-Haddad* dapat mendatangkan ketenangan pada jiwa.

4. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan individu yang menjadi objek penelitian. populasi dari penelitian ini yaitu para santri pondok pesantren

Darul Ma'wa desa Karandadap yang telah bekerja dan melakukan Zikir *Ratib Al-Haddad* sesuai ketentuan yang telah dituturkan.

Perlu diketahui, jumlah santri yang menetap di pondok pesantren Darul Ma'wa pada bulan maret tahun 2025 ada 25 orang. Dengan santri yang sudah bekerja berjumlah 3 orang dan santri yang masih sekolah formal 22 orang³².

b. Sampel

Sampel merupakan bagian populasi yang digunakan ketika melakukan penelitian. Melihat jumlah populasi yang relatif kecil pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampel jenuh. Teknik sampel jenuh digunakan dengan cara mengambil semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian³³. Pemilihan teknik ini dimaksudkan supaya data yang diperoleh lebih akurat dan dapat mencerminkan kondisi sebenarnya.

Dengan menggunakan teknik sampel jenuh, seluruh santri yang telah bekerja dan melakukan Zikir *Ratib Al-Haddad* akan diwawancarai dan diobservasi untuk mengetahui bagaimana pengaruh Zikir *Ratib Al-Haddad* terhadap ketenangan jiwa mereka.

5. Sumber Data

Penelitian kualitatif memiliki dua variabel apabila dilihat dari jenis dan kedudukannya. Variabel yang di maksud adalah :

a. Data primer

sumber data primer adalah segala data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari objeknya. Sebutan lain dari data primer

³² Wawancara dengan Pengasuh Ponpes Darul Ma'wa, tanggal 16 maret 2025 di Pondok Pesantren Darul Ma'wa

³³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D.*, Bandung : Alfabeta, 2017, XVIII.

ialah data asli. Selain itu data primer juga disebut data baru yang memiliki sifat *up to date*³⁴. Sumber data pokok penelitian ini diambil dari sumber data primer. Penelitian yang dilakukan mengambil sumber data dari para santri pondok pesantren Darul Ma'wa, dipilih melalui teknik sampel jenuh, maka semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

b. Data sekunder

Sumber data sekunder ialah sumber data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber atau referensi yang telah ada³⁵.

Penelitian ini memiliki data sekunder dari buku, artikel, jurnal, dan lain-lain.

6. Teknik Pengumpulan Data

Beberapa Berdasarkan rencana pada penulisan penelitian ini, metode yang digunakan memiliki beberapa teknik, dalam pencairan data untuk memecah permasalahan, diantaranya sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara ialah bentuk cara pencairan sumber data yang dilakukan di lapangan secara langsung, biasanya dilakukan oleh seorang pewawancara dan narasumber. Wawancara ini dilakukan dengan menggunakan metode komunikasi yang baik, dengan tujuan narasumber dapat berkenan sesuai yang kita inginkan.

Wawancara dilakukan untuk mendapatkan data dari narasumber mengenai topik yang sedang dibahas. Penulis membutuhkan keterangan mengenai pengalaman subjektif dari para narasumber. Data yang diperoleh akan dianalisis

³⁴ Sodik and Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian Dr. Sandu Siyoto, SKM, M.Kes M. Ali Sodik, M.A. 1, Dasar Metodologi Penelitian*, 2015.

³⁵ Annisa Rizky Fadilla and others, 'Literature Review Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data', *Mitita Jurnal Penelitian*, 1.3 (2023), hal. 34–46.

untuk mencapai sebuah kesimpulan. Dalam penelitian ini narasumbernya ialah para santri pondok pesantren Darul Ma'wa yang melanggengkan Zikir *Ratib Al-Haddad*.

b. Observasi

Observasi, seiring dengan mengamati secara langsung . metode observasi adalah komponen pada penelitian memiliki tujuan berupa pengaplikasian suatu kegiatan yang berorientasi pada tujuan, rancangan dan dapat dilaksanakan secara terukur dan sistematis.

Observasi dilakukan untuk mengamati pelaksanaan Zikir *Ratib Al-Haddad* yang dilakukan oleh subjek penelitian. Selain itu perilaku dan respon subjek ketika melaksanakan ratib *Al-Haddad* juga menjadi hal yang peneliti perhatikan.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan hasil yang berbentuk visual, sebagaimana dalam penelitian sangat di perlukan guna bukti data pendukung secara nyata. Menurut Tung Plan, pengertian dari dokumentasi ialah catatan data asli yang menjadi bukti sah pada hukum dan bisa di pertanggungjawabkan menurut aturan. Dokumentasi bisa berupa foto, kertas, audio ataupun yang berbentuk audio visual.

Dokumentasi dilakukan untuk mengumpulkan data-data berupa foto ketika pelaksanaan ratibul haddad berlangsung. Selain itu ada yang berbentuk tulisan untuk mendokumentasikan sejarah pondok pesantren darul ma'wa, sanad ratib *Al-Haddad* yang dimiliki oleh pengasuh ponpes, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan topik yang sedang dibahas oleh peneliti.

Data yang kami himpun melalui dokumentasi ini diambil dari catatan-catatan dari pengasuh pondok pesantren. Ataupun dari dokumen-dokumen lain yang ada di pondok pesantren Darul Ma'wa. Selain itu dokumen lain yang berkaitan dengan Penelitian ini juga diperhatikan oleh peneliti, seperti surat kabar yang memuat mengenai pondok pesantren.

7. Teknik Analisis Data

Metode analisis merupakan jenis teknik berupa kumpulan data yang telah di susun secara sistematis sehingga memudahkan peneliti pada saat menarik kesimpulan.

- a. Reduksi data, ialah proses pemilihan, mengabstrakan dan mentransformasi data yang di tulis dari catatan lapangan naratif³⁶. Metode ini, berorientasi pada penelitian kualitatif. Pengumpulan sumber pada tahap ini berupa membuat ringkasan, memberi kode, pencarian tema, dan membuat gugus-gugus. Lakukan proses transformasi ini hingga laporan akhir tersusun lengkap setelah penelitian dari lapangan.
- b. Display data (penyajian data), Penelitian kualitatif menggambarkan data dengan cara seperti diagram, deskripsi singkat, serta menunjukkan hubungan antara kategori-kategori yang berbeda. Menurut Miles dan Huberman, dalam penelitian kualitatif, data sering disajikan dalam bentuk naratif atau uraian singkat yang mendalam mengenai data yang terkumpul³⁷. Mereka juga mengemukakan bahwa proses penampilan data dapat melibatkan penggunaan matriks, grafik, diagram, dan jaringan kerja.

³⁶ Ahmad Rijali, 'Analisis Data Kualitatif', *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwa*, 17.33 (2018), hal. 81–95.

³⁷ D. Dewi, R. D. L. P., Aslindah, A., Masruhim, M. A., Taufik, M. Z., Rahmatiyah, R., Brantasari, M., ... & Suprayitno, *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pendidikan*. (T. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024). Hal 176

- c. Penarikan kesimpulan, Milles dan Huberman, menyatakan bahwa kesimpulan pertama merupakan kesimpulan sementara, jika ditemukan perubahan harus disertakan bukti kuat mendukung pada tahap pengumpulan, sehingga kesimpulan dapat diambil secara kredibel³⁸.

G. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pemahaman dalam menjawab masalah penelitian, penulis merancang struktur penulisan sebagai berikut:

Bab I : Pendahuluan, pada bab ini peneliti memberikan gambaran umum tentang keseluruhan isi proposal skripsi meliputi: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Metode Penelitian, dan Sistematika Penelitian.

Bab II : Landasan Teori, yaitu teori yang berisikan mengenai teori Zikir, pengertian *ratib*, macam-macam *ratib*, sejarah *Ratib Al-Haddad*, pengertian ketenangan jiwa, faktor-faktor ketenangan jiwa, indikator dan aspek-aspek ketenangan jiwa.

Bab III: Kerangka konsep, yang meliputi penelitian relevan, berupa buku dan penelitian terdahulu yang digunakan sebagai tinjauan pustaka untuk memahami silsilah teori Zikir *Ratib Al-Haddad* dan ketenangan jiwa.

Bab IV: Metode penelitian, yang meliputi: Paradigma/perspektif penelitian, jenis penelitian, subjek dan objek penelitian, sampel dan teknik pengambilan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik keabsahan data metode analisis data.

Bab V: Penutup, yang berisi simpulan dan saran

³⁸ Hengki Wijaya, Sekolah Tinggi, and Filsafat Theologia, 'Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan', August, 2020.

BAB V

Kesimpulan dan Saran

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai praktik Zikir *Ratib Al-Haddad* dan pengaruhnya terhadap ketenangan jiwa santri usia kerja di Pondok Pesantren Darul Ma'wa, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Zikir *Ratib Al-Haddad* di Pondok Pesantren Darul Ma'wa dilakukan setiap hari setelah sholat subuh dan setiap malam kamis. Target jama'ah yang mengikuti Zikir *Ratib Al-Haddad* adalah santri pondok pesantren Darul Ma'wa khususnya dan masyarakat sekitar pondok pesantren Darul Ma'wa pada umumnya. Pembacaan Zikir *Ratib Al-Haddad* Pondok Pesantren Darul Ma'wa mempunyai tambahan berupa pembacaan sholawat nariyah 3x sebelum Zikir *Ratib Al-Haddad* dibacakan. Pembacaan dilakukan dengan disuarakan atau *jahr*. Termasuk dalam zikir khaqiqi ditinjau dari bentuk zikirnya.
2. Kondisi ketenangan jiwa santri usia kerja secara keseluruhan tergolong sudah cukup baik. Ketenangan jiwa para narasumber sudah terpenuhi faktor internalnya, namun dari segi faktor eksternal belum terpenuhi. Sedangkan dari pemenuhan aspek-aspek ketenangan jiwa Adi dan Kamaluddin sudah baik. Sedangkan Khilmi masih dalam ditaraf cukup
3. Zikir *Ratib Al-Haddad* terbukti membawa ketenangan jiwa para santri. Keadaan jiwa santri yang tadinya sering mencemaskan masa depan, pikiran yang tidak tenang, dan sering lalai terhadap Allah SWT. menjadi tidak mencemaskan masa depan, memiliki pikiran yang lebih jernih sehingga bisa lebih fokus menghadapi masa depan, dan lebih mudah untuk senantiasa mengingat Allah SWT .

B. Saran - saran

1. Untuk mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah khususnya Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, diharapkan dapat mengintegrasikan nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan pribadi dan akademik, serta mengembangkan praktik spiritual seperti zikir sebagai metode psikoterapi Islam. Penelitian-penelitian ke depan juga perlu menggali lebih dalam dampak amalan-amalan spiritual seperti *Ratib Al-Haddad* terhadap kesehatan jiwa masyarakat.
2. Bagi Masyarakat Umum, Khususnya Santri Pondok Pesantren Darul Ma'wa, para santri diharapkan terus menjaga konsistensi dalam melaksanakan Zikir *Ratib Al-Haddad* dan memahami maknanya sebagai bentuk pembinaan jiwa. Dengan ketenangan jiwa yang terlatih melalui *Zikir*, santri dapat menjadi teladan dalam masyarakat serta mampu menghadapi tekanan hidup di usia kerja dengan lebih stabil secara emosional dan spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. K. (2021). Nafs Mutmainah Sebagai Dasar Dalam Menciptakan Kesejahteraan Spiritual., 3(2), 169–181.
- Al-Ghazali, Imam. (2011). *Ihya' Ulumuddin*. Darul Fikr.
- Al-Ghazali, Imam. (2020). *Raudhat ath-Thalibin wa 'Umdat as-Salikin*. Dar al-Fikr.
- Amnur, D. (2010). *Zikir Dan Pengaruh Terhadap Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*. UIN Suska Riau. <http://repository.uin-suska.ac.id/10445/>
- Anshori, S. (2009). *Tasawuf dan Psikoterapi Islam*. Pustaka Pelajar.
- Aqilah, S. A., Nasichah, F. P. S., & Naufal, M. (2023). Peran Konseling Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 69–82.
- Asqiyah, A. M. (2023). *Implementasi Zikir Ratib Al-Haddad Terhadap Ketenangan Jiwa Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan Al-Amin Salatiga*.
- Bastaman, H. D. (2007). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. RajaGrafindo Persada.
- Daradjat, Z. (1996). *Kesehatan Mental*. Gunung Agung.
- Dewi, R. D. L. P., Aslindah, A., Masruhim, M. A., Taufik, M. Z., Rahmatiyah, R., Brantasari, M., ... & Suprayitno, D. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pendidikan*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Edy, S., & Sumarta. (2020). *Urgensi Pendidikan Agama Islam dalam Pembinaan Mental dan Pembentukan Karakter Kepribadian Anak*. Deepublish.
- Fadilla, A. R., & Wulandari, P. A. (2023). Literature Review Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data. *Mitita Jurnal Penelitian*, 1(3), 34–46.
- Fitri Apriliawati, & Pujiastuti, H. (2023). Etnomatematika: Analisis Konsep Matematika Pada Aktivitas Membaca Ratib *Al-Haddad* 2(2), 71–80.
- Fuadi. (2018). Refleksi Pemikiran Hamka Tentang Metode. *Substantia*, 20, 17–34.
- Ghazali, L., Fauzi, U., & Kurniawan, S. (2024). BerZikir Mengaktifkan Berakhlak Mulia., 1(1), 65–76.

- Hifni, Abd al-Mu'nim. (2010). *Ensiklopedi Zikir dan Doa*. Maktabah al-Tsaqafah al-Diniyah.
- Ibnu 'Athailah as-Sakandari. (2013.). *Al-Hikam*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyah.
- Jennyya, V., & Rumampuk, M. H. P. S. (2021). Gaya Hidup Hedonisme di Kalangan Mahasiswa Universitas Sam Ratulangi. *14*(3), 1–16.
- Kurnia, E. A., Siswoaribowo, A., & Rachmania, D. (2024). Hubungan Ketenangan Jiwa Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Lanjut Usia (Lkslu) Di Kabupaten Nganjuk. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3, 28–38.
- Lugu, S. (2020). Kepribadian Dan Kesehatan Mental: Hubungan Antara Faktor-faktor Psikologis Kesejahteraan], 1–9.
- Maraghi, Ahmad Musthafa al-. (1993). *Tafsir al-Maraghi*. Dar Ihya' at-Turats al-'Arabi.
- Muniruddin. (2018). Bentuk Zikir Dan Fungsinya Dalam Kehidupan Seorang Muslim. *Jurnal Pengembangan Masyarakat*, *V*(5), 1–17.
- Nawawi, S. C. (2021). Rahasia Ketenangan Jiwa Dalam Al-Qur'an. *MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 6(1), 30–46. doi:10.24090/maghza.v6i1.4476
- Prasetia, B. (2024). *Terapi Zikir Ratib Al-Haddad Untuk Meraih Ketenangan Jiwa (Studi Kasus: Jamaah Majelis Taklim Al Ghanna Jakarta Barat)*.
- Rahman, E. S. (2021). Terapi Psikoprobem Melalui Shalat Dalam Menjawab Permasalahan Masyarakat Modern. *Mudabbir: Jurnal Manajemen Dakwah*, 2(1), 69–90. doi:10.20414/mudabbir.v2i1.3489
- Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwa*, 17(33), 81–95.
- Rozak, A., Maftuhin, A., & Yazid, S. (2025). *Zikir Dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis*.
- Salji, I., Fauziah, I. D., Putri, N. S., & Zuhri, N. Z. (2022). Pengaruh Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Penganutnya. *Islamika*, 4(1), 47–57. doi:10.36088/islamika.v4i1.1598
- Sibuea, R. V. (2020). Hubungan Kebutuhan Spiritual Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Lansia 36–42.
- Sodik, M. A., & Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.

- Suryani, D. R. (2018). Manfaat Zikir Bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus Pada Jamaah Tarekat Syadziliyah Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu). 3(2), 91–102.
- Syamsiyah Nitia Wahid, S. (2021). *Zikir Ratib Al-Haddad Dan Ketenangan Jiwa: Studi Fenomenologi Terhadap Jamaah Majelis Annisa Dukuh Tawangrejo, Desa Pablengan, Kecamatan Matesih*.
- Tanjung, A. N. I., & Setiawan, C. (2022). Peran Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat. *Gunung Djati Conference Series*, 8, 214–25.
- Tindaon, B. M. (2022). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Satu Di Stikes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Stikes Santa Elisabeth*, 1(2).
- Trimingham, J. S. (1971). *The Sufi Orders in Islam*. Oxford University Press.
- Widodo, A., & Rohman, F. (2019). Konsep Jiwa Yang Tenang Dalam Surat Al Fajr 27-30 (Perspektif Bimbingan Konseling Islam). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 219–34.
- Widodo, A., & Rohman, F. (2010). *Psikologi Islam: Konsep dan Aplikasinya dalam Kehidupan*. Refika Aditama.
- Wijaya, H. (2020). Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan. *Sekolah Tinggi Filsafat Theologia*.
- Yusuf, M. (2015). *Psikologi Kesehatan Mental dalam Islam*. Kencana.