

**PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL
MUSTAGHFIRIN DALAM MENGENGEMBANGKAN
KONTROL DIRI JAMA'AH MAJELIS TAKLIM
NURUL MUHAMMAD DESA KERTO HARJO KOTA
PEKALONGAN**

SKRIPSI

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



Oleh :

LILIK MALIKA
NIM. 3320006

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

**PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL
MUSTAGHFIRIN DALAM MENGENGEMBANGKAN
KONTROL DIRI JAMA'AH MAJELIS TAKLIM
NURUL MUHAMMAD DESA KERTO HARJO KOTA
PEKALONGAN**

SKRIPSI

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



Oleh :

LILIK MALIKA
NIM. 3320006

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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Lilik Malika

NIM : 3320006

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL MUSTAGHFIRIN UNTUK MENGEBAHKAN KONTROL DIRI PADA JAMA’AH MAJELIS TAKLIM NURUL MUHAMMAD DESA KERTOHARJO KOTA PEKALONGAN”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 03 Februari 2024

Yang Menyatakan,



LILIK MALIKA
NIM. 3320006

NOTA PEMBIMBING

H. Miftahul Ula, M.Ag

Karangjampo 01/02 Tirto Kec. Tirto Kab. Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Lilik Malika

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 : Lilik Malika
NIM : 3320006
Judul : **PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL
MUSTAGHFIRIN DALAM MENGEMBANGKAN
KONTROL DIRI JAMA'AH MAJELIS TAKLIM
NURUL MUHAMMAD DESA KERTOHARJO
KOTA PEKALONGAN**

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

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 03 Februari 2024
Pembimbing,



Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag
NIP. 197409182805011004



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

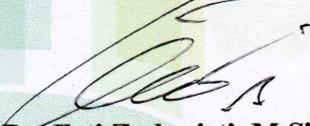
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **LILIK MALIKA**
NIM : **3320006**
Judul Skripsi : **PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL
MUSTAGHFIRIN DALAM MENGEMBANGKAN
KONTROL DIRI JAMA'AH MAJELIS TAKLIM
NURUL MUHAMMAD DESA KERTOHARJO KOTA
PEKALONGAN**

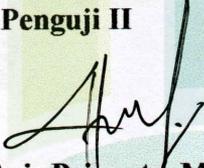
yang telah diujikan pada Hari Selasa, 19 Maret 2024 dan dinyatakan
LULUS serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar
Sarjana Agama (S.Ag) dalam Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I


Dr. Esti Zaduqisti, M.Si
NIP. 197712172006042002

Penguji II


Aris Priyanto, M.Ag.
NITK. 19880406202001D1025

Pekalongan, 22 Maret 2024

Disahkan Oleh

Dekan




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

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan ini adalah hasil Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158 Tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 0543b//U/1987. Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam 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	Ša	š	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	Ẓal	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	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
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

- Vokal Tunggal**, vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	a	a
ِ	Kasrah	i	i
ُ	Dammah	u	u

- Vokal Rangkap**, vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	ai	a dan u
...وَ	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba

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

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...آ...	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
...إ...	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
...و...	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla

4. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup
Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".
2. Ta' marbutah mati
Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl

- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah

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

6. Kata Sandang

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

c. **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'khužu
- شَيْءٌ syai'un

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan kalimat hamdalah, sebagai wujud dari rasa syukur, cinta, dan kasih kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Terimakasih kepada Allah SWT atas segala nikmat dan pertolongan serta kemudahan untuk saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Diri saya sendiri yang telah berusaha dan berjuang sampai skripsi ini selesai.
3. Orang tua saya, Ibu Syafi'ah (almh) dan Bapak Khusnudin yang membesarkan saya dan selalu mendoakan kesuksesan saya hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Kakak dan adik saya Apriyanto, Lubnatul Maula, Oktavia Rahma Ningrum dan My Best Partner Tegar Saputra yang telah memberikan dukungan penuh hingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah membimbing dan memberikan dukungan serta motivasi baik selama masa perkuliahan maupun penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Mustofa selaku pemilik dan pengasuh dari Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan yang telah banyak membantu penulis untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian serta ilmu yang telah diberikan kepada penulis.
7. Teman-teman Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2020 beserta alumni yang sudah berbaik hati berbagi informasi, pengalaman serta memotivasi agar terus semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Almameter saya tercinta Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan, kesehatan, dan kemudahan untuk kita semua, baik dalam urusan dunia ataupun akhirat Aamiin

MOTTO

“Tidak ada yang akan menuai kecuali apa yang mereka tabur”

Q.S Al-An'am :164



ABSTRAK

Lilik Malika. 3320006. 2024. *Pelaksanaan Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin untuk Mengembangkan Kontrol Diri Pada Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pembimbing: Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag

Kata Kunci: Pelaksanaan *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin*, Kontrol Diri.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya individu yang memiliki ketidakmampuan dalam mengontrol dirinya sehingga mengakibatkan individu tersebut mengambil langkah yang salah dalam setiap menghadapi stimulus yang ada, baik dari stimulus dalam dirinya maupun stimulus dari lingkungannya misalnya, individu tidak mampu mengendalikan perilakunya dengan baik sehingga sering merugikan dirinya sendiri dan orang lain yang berada disekitarnya. Adapun untuk mengatasi ketidakmampuan individu tersebut mampu diatasi dengan mengamalkan bacaan *mujahadah nihadlul mustaghfisin* karena didalam bacaan tersebut mampu membuat jiwa dan hati seseorang menjadi tenang, sehingga dalam keadaan tenang tersebut individu mampu untuk mengambil setiap tindakan baik dalam hidupnya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: a) Bagaimana keadaan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan?; b) Bagaimana pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan?. Sedangkan tujuan penelitian ini adalah: a) Untuk mengetahui keadaan kontrol diri jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan; b) Untuk mengetahui pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian dengan menggunakan pendekatan fenomenologi dengan jenis penelitian kualitatif serta menggunakan penelitian lapangan dan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sedangkan untuk analisis

data menggunakan teori dari Milles & Huberman dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan dilakukan dengan tiga tahap diantaranya: Tahap pertama persiapan yakni mempersiapkan diri dan segala sesuatu yang akan digunakan dalam rutinan *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. Tahap kedua yakni inti dari rutinan dimana jama'ah memfokuskan dirinya untuk mengamalkan bacaan dalam *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. Tahap ketiga yakni tahapan terakhir dimana biasanya diisi oleh pengasuh untuk memberikan informasi yang berkaitan dengan kegiatan Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Sedangkan gambaran kontrol diri pada jama'ah dilihat dari tiga indikator yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan, yang dibuktikan dengan adanya perubahan kearah yang lebih positif seperti, jama'ah mampu mengendalikan perilakunya agar tidak merugikan dirinya dan orang lain. Selain itu, jama'ah juga mulai mampu mengontrol dirinya untuk mengambil keputusan ataupun memilih sebuah pilihan dengan tidak tergesa-gesa dan menggunakan pikirannya agar menghasilkan keputusan yang matang.

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 mampu menyelesaikan skripsi berjudul "*Pelaksanaan Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin untuk Mengembangkan Kontrol Diri pada Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan*" shalawat salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW, yang kita nanti-nantikan syafaatnya kelak di yaumul kiyamah nanti.

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

1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M. Ag selaku Rektor UIN K. H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi di UIN K. H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Prof. Dr. H. Sam'ani, M. Ag selaku Dekan fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K. H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi.
3. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag selaku Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K. H. Abdurrahman Wahid Pekalongan dan dosen pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan bimbingan, dukungan dan motivasi kepada penulis selama masa studi dan penyusunan skripsi.
4. Ibu Cintami Farmawati, M. Psi selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN K. H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan kontribusi dan semangatnya dalam penyelesaian skripsi.
5. Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

6. Serta seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis yang tidak mampu penulis sebutkan satu persatu.

Dalam pembuatan skripsi ini walaupun penulis telah berusaha dengan maksimal, tentunya masih banyak kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki, oeh karena itu diharapkan saran dan kritik untuk membangun kesempurnaan skripsi ini, serta semoga karya ini mampu memberikan manfaat bagi pembacanya.

Pekalongan, 03 Desember 2023

Penulis,

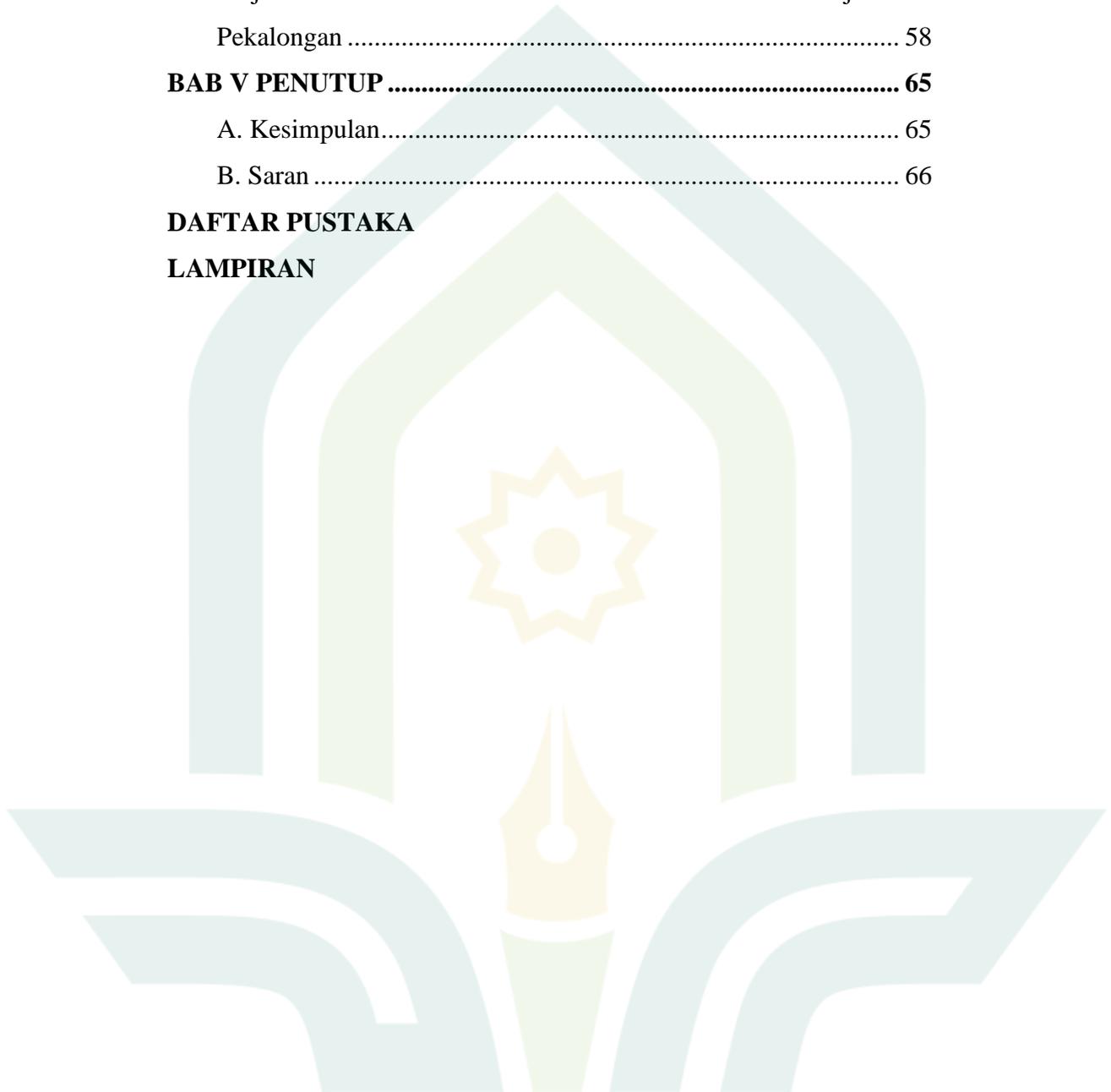


DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	v
PERSEMBAHAN	x
MOTTO	xi
ABSTRAK	xii
KATA PENGANTAR	xiv
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Tinjauan Pustaka.....	7
F. Metode Penelitian	13
G. Sistematika Penulisan.....	16
BAB II Mujahadah dan Kontrol Diri	18
A. Mujahadah	18
1. Pengertian Mujahadah	18
2. Adab Mujahadah	19
3. Manfaat Mujahadah.....	20
4. Macam-Macam Mujahadah.....	21

B. Kontrol Diri	21
1. Pengertian Kontrol Diri	21
2. Jenis Kontrol Diri	25
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	27
C. Hubungan Antara Pelaksanaan <i>Mujahadah</i> dengan Kontrol Diri	28
BAB III PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL MUSTAGHFIRIN UNTUK MENGEMBANGKAN KONTROL DIRI JAMA'AH MAJELIS TAKLIM NURUL MUHAMMAD DESA KERTOHARJO KOTA PEKALONGAN.....	31
A. Gambaran Umum Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan	31
1. Profil Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan	31
2. Struktur Pengurus	32
3. Program Kegiatan	32
B. Kontrol Diri pada Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan	34
C. Pelaksanaan <i>Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin</i> untuk Mengembangkan Kontrol Diri Pada Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.....	48
BAB IV ANALISIS PELAKSANAAN MUJAHADAH NIHADLUL MUSTAGHFIRIN UNTUK MENGEMBANGKAN KONTROL DIRI PADA JAMA'AH MAJELIS TAKLIM NURUL MUHAMMAD DESA KERTOHARJO KOTA PEKALONGAN	64
A. Analisis Kontrol Diri pada Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.....	54

B. Analisis Pelaksanaan <i>Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin</i> di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan	58
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR LAMPIRAN

1. Pedoman Observasi
2. Pedoman Wawancara
3. Pedomanan Dokumentasi
4. Hasil Observasi
5. Hasil Wawancara
6. Hasil Dokumentasi
7. Surat Keterangan Similaryti Checking
8. Surat Penunjuk Dosen Pembimbing
9. Surat Pemeriksaan Skripsi
10. Surat Telah Melakukan Penelitian
11. Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kontrol diri disebut sebagai sebuah kemampuan serta kecakapan individu dalam membaca serta mengamati suatu kondisi dari lingkungan yang sedang terjadi. Selain itu juga sebagai sebuah kemampuan yang mampu mengendalikan dan mengontrol faktor perilaku yang sesuai dengan keadaan didalam sebuah lingkungan, dan adanya kecenderungan untuk menyesuaikan setiap bentuk perilakunya agar mampu diterima dengan baik oleh orang lain, serta mampu menyenangkan orang lain dan cenderung akan menutup perasaannya sendiri dihadapan orang lain.¹

Individu dengan tingkat kontrol diri tinggi dengan individu tingkat kontrol diri rendah pasti memiliki perbedaan yang nyata dalam menghadapi setiap kondisi, mengarahkan bentuk perilakunya, maupun dalam pengambilan sebuah keputusan untuk diri individu sendiri. Individu yang memiliki tingkat kontrol diri tinggi cenderung mampu menghadapi setiap kondisi, mampu mengarahkan bentuk perilakunya pada dampak positif, serta mampu dalam mengatur stimulus yang mengakibatkan emosi yang menjadikan individu kesusahan dalam mengambil sebuah keputusan bagi dirinya. Sedangkan individu yang memiliki tingkat kontrol diri rendah cenderung kurang tepat dalam menghadapi setiap kondisi yang dialami, serta mengarahkan dirinya dalam bentuk perilaku yang berdampak negatif, dan tidak dapat mengatur stimulus yang memicu emosi pada dirinya sendiri.²

Kontrol diri sering pula dimaksud sebagai bentuk kemampuan mengontrol, membimbing, serta mengarahkan

¹ Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Rajawali Press, 2019), hlm. 22.

² Bukhori, *Dzikir al-Asma al-Husna*, (Semarang: Syiar Media Publishing, 2015), hlm. 3.

kedalam bentuk perilaku yang memberi dampak positif bagi diri individu. Selain itu, kontrol diri juga sangat berpengaruh bagi individu dalam lingkungan kehidupan, karena kontrol diri menjadi salah satu potensi dalam diri individu yang mampu dikembangkan dengan baik selama proses kehidupan berlangsung. Seseorang cenderung mengubah dan memperbaiki bentuk-bentuk perilakunya sesuai dengan keadaan lingkungan sosial yang sedang dihadapi yang akan berguna untuk perbaikan dirinya sendiri serta lingkungannya.³ Untuk memperlancar jalan seseorang menjadi seperti demikian yang diinginkannya, pasti tidak lupa dari adanya sebuah usaha yang harus dilakukan seseorang untuk mencapai keinginan tersebut misalnya dengan menggunakan cara dakwah islam.

Salah satu syiar islam yang dilakukan dalam rangka membantu memperbaiki hidup manusia yang diakibatkan dari ketidakmampuan mengendalikan diri dari perilaku menyimpang adalah dengan senantiasa mengingat dan berhubungan dengan Allah swt, seperti halnya dengan melafadzkan bacaan dzikir pada setiap waktu. Selain melafadzkan bacaan dzikir juga mengamalkan bacaan yang terdapat pada amalan-amalan *mujahadah*. Bacaan dzikir dengan *mujahadah* memiliki saling berkaitan antara satu dengan lainnya, karena bacaan yang ada didalam *mujahadah* ialah bacaan-bacaan yang biasanya dilafadzkan saat seseorang melakukan dzikir. Adapun dzikir dan *mujahadah* dijadikan sebagai salah satu cara seseorang untuk senantiasa mengingat pada Allah swt, selain itu seseorang yang selalu mengamalkan dzikir ataupun *mujahadah* akan mengakibatkan seseorang dapat menahan serta mengontrol dirinya.⁴

Mujahadah dimaksudkan sebagai sarana yang dapat digunakan seseorang untuk memperbaiki keadaan hidup yang

³ Garungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2018), hlm. 58-59.

⁴ Muhammad Fauqi Hajjaj, *Tasawuf Islam & Akhlak*, (Jakarta: Amzah, 2016), hlm. 101.

mengalami ketidakseimbangan didalam kehidupan seperti kecemasan, stress, serta dapat mengontrol diri. Pelaksanaan *mujahadah* sendiri sudah marak dilakukan oleh beberapa lembaga majelis dzikir yang di Indonesia, salah satunya ialah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

Menurut keterangan dari pengasuh majelis taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, beliau menjalankan program *mujahadah* kepada para jama'ahnya berfungsi sebagai salah satu alternatif atau jalan keluar agar para jamaa'ah mendapatkan mengatur, mengontrol, membimbing, maupun mengarahkan bentuk-bentuk perilakunya kearah perilaku yang positif serta mampu berjuang dalam melawan hawa nafsu pada dirinya sendiri.⁵

Adapun jenis dari *mujahadah* sendiri sangat bermacam-macam, namun *mujahadah* memiliki maksud dan tujuan yang sama. *Mujahadah* yang diamalkan dalam Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan yaitu *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. Pelaksanaan kegiatan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* sendiri dilakukan pada malam hari yang tepatnya pada malam Selasa pada pukul 20.00 WIB. Pertama kali yang akan dilakukan yaitu mendirikan shalat sunah secara berjamaah yaitu shalat hajat yang dipimpin langsung oleh pengasuh majelis taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Setelah selesai mendirikan shalat hajat, pengasuh langsung memimpin para jamaah untuk melakukan *mujahadah* yang berisi amalan-amalan yang dibaca, namun sebelum masuk kedalam pembacaan amalan-amalan tersebut pengasuh akan memimpin para jamaah untuk melakukan *tawassul* kepada para ulama yang mengamalkan *mujahadah* tersebut, setelah selesai *bertawassul* dilanjutkan dengan membaca amalan-amalan inti dari *mujahadah nihadlul mustaghfirin* yang salah satu

⁵ Mustofa, Pengasuh *Mujahadah* Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 16 Agustus 2023.

bacaannya yaitu *istighfar*, shalawat nabi, al-Fatihah, lafadz ayat kursi, al-Ikhlash, tahlil serta ditutup bacaan doa *Kanzul Arsy*.

Adapun manfaat yang didapat dari kegiatan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* yaitu untuk menjadikan jamaah mampu mengendalikan hawa nafsu, mampu mengontrol diri saat marah, serta mampu mengendalikan diri saat mengambil keputusan. Selain itu, manfaat lain dari mengikuti kegiatan *mujahadah nihadlul mustaghfirin*, misalnya meningkatnya spiritual jama'ah serta memiliki perilaku terpuji, karena didalam *mujahadah berisikan amalan dzikir langsung yang senantiasa diucapkan dengan istiqomah serta terdapat nasihat yang diberikan oleh pengasuh saat kegiatan mujahadah berlangsung.*

Mujahadah nihadlul mustaghfirin di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan sendiri memiliki beberapa keunikan diantaranya untuk mengajarkan kepada para jamaahnya senantiasa bersikap disiplin, karena didalam pelaksanaan *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* tersebut terdapat beberapa peraturan yang harus ditaati dan dilaksanakan oleh jamaahnya, sebagai berikut:⁶

1. Anggota jamaah harus datang sebelum jam 20.00 WIB dan setelah-telatnya pukul 20.10 WIB,
2. Anggota jamaah harus izin setiap tidak dapat mengikuti kegiatan *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin*,
3. Anggota jamaah hanya diberi kesempatan sebanyak 3x untuk tidak mengikuti *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* tanpa keterangan (bolos),
4. Pakaian yang dikenakan oleh jama'ah laki-laki harus kemeja putih bersarung dan peci hitam, sedangkan untuk jama'ah perempuan baju bebas sopan dan diharuskan membawa mukena bagi yang sedang tidak berhalangan (haid).

Penuturan dari salah satu jamaah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan bahwa

⁶ Mustofa, Pengasuh Mujahadah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 16 Agustus 2023.

mujahadah nihadlul mustaghfirin yang diselenggarakan di majelis taklim tersebut memiliki pengaruh besar bagi dirinya karena terdapat peningkatan terhadap kondisi diri dimana leebih mampu mengendalikan diri sendiri. Adapun yang melatarbelakangi jamaah tersebut mengikuti *mujahadah nihadlul mustaghfirin* ini dikarenakan adanya fikiran bahwa setiap manusia yang hidup memerlukan adanya kegiatan dimana selalu mengingat Allah swt, maupun senantiasa berinteraksi dengan-Nya melalui dzikir serta salawat nabi. Dzikir dan salawat nabi tersebut sudah ada dalam satu paket di amalan-amalan dalam *mujahadah nihadlul mustaghfirin*.⁷

Selain itu menurut penuturan jamaah tersebut *mujahadah* banyak mendatangkan manfaat untuk dirinya sendiri, selain untuk berinteraksi dan mendekatkan diri kepada Allah swt, *mujahadah* juga mampu meningkatkan tingkat kontrol diri individu, mulai dari kontrol perilaku yang dapat dikendalikan, kontrol keputusan yang mampu dipertimbangkan dengan lebih baik, dan kontrol kognitif yang baik. Tidak hanya sampai pada meningkatnya kontrol diri yang baik, melaksanakan *mujahadah* juga membuat individu selalu merasa serba kecukupan dan terpenuhi terhadap kebutuhan yang dibutuhkan untuk menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan dari latar belakang diatas, maka dapat diambil sebuah judul penelitian yaitu ***“Pelaksanaan Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Untuk Mengembangkan Kontrol Diri Pada Jama’ah Di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan”***.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang dengan memperhatikan pokok pikiran di atas, maka pokok permasalahan utama pada penelitian ini yakni:

⁷ Fais Al-qorni, Wawancara Jamaah Mujahadah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, (Pekalongan: Kertoharjo, 2023), 16 Agustus 2023.

1. Bagaimana keadaan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan?
2. Bagaimana pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian yakni sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keadaan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

D. Kegunaan Penelitian

Setelah memperhatikan tujuan di atas, maka diharapkan dapat memberi manfaat, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Dengan karya ilmiah ini semoga mampu memberikan sumbangan keilmuan tentang kontrol diri seseorang dengan menggunakan teknik *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. Sehingga karya ilmiah ini mampu menambah khasanah karya ilmiah di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah terkhusus program studi Tasawuf dan Psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

Mampu menjadi sarana pedoman pengasuh untuk mengetahui perkembangan kontrol diri pada jama'ah di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Melalui karya ilmiah ini diharapkan mampu memberi informasi serta pengetahuan pada pihak terkait pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad di Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

Serta menambah wawasan maupun pengalaman penulis dibidang keilmuan.

Harapan peneliti hasil ini dari penelitian dapat menjadi sumbangsih kepada UIN K.H ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN dalam rangka Tri Darma Perguruan Tinggi terutama Darma Penelitian.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Mujahadah

Mujahadah dalam pandangan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah disebut suatu usaha yang dijalankan dengan sungguh-sungguh untuk mencapai tujuan yaitu mendekatkan diri kepada sang pencipta dan senantiasa mampu menaklukkan segala rintangan dalam menuju tujuan tersebut. Selain itu, *mujahadah* itu sendiri dijadikan sebagai perjuangan panjang yang dilakukan oleh seseorang yang menempuh jalan rohani untuk senantiasa dekat dengan sang penciptanya, dan dalam perjalanan untuk senantiasa dekat dengan sang penciptanya akan menempuh serta melalui banyaknya rintangan yang ada dan ditaklukkan dengan penuh keyakinan serta kesabaran.⁸

Seseorang yang tengah sibuk dengan berbagai aktivitas yang dipandanginya sebagai *mujahadah* tetapi tidak sampai kepada jalan takwa. Ada juga seseorang yang berpindah dari *mujahadah* kepada menempuh jalan untuk takwa namun tidak pernah sampai kepada hakikat takwa. Semua itu terjadi karena kurangnya pemahaman seseorang terhadap *mujahadah*. Maka dari itu, memahami tentang *mujahadah* sudah menjadi

⁸ Ali Yunasril, *Jenjang-jenjang Ruhani*, (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2003), hlm. 110-111.

suatu keseharusan, begitupula dengan memahami jalan ketakwaan.⁹

Mujahadah dijadikan sebagai sebuah perjuangan batin, penyemangat yang penuh dengan sungguh-sungguh (jihad) serta sebuah cara untuk selalu mengetuk hati agar tidak terjerat dengan lembah setan atau hawa nafsu. Mujahadah sebagai salah satu jembatan dakwah yang digunakan untuk menghimbau masyarakat senantiasa berdoa, berdzikir, serta meminta pengampunan kepada Allah SWT, terhadap salah yang telah diperbuat. Selain itu, dengan mujahadah senantia membuat jiwa seseorang menjadi lebih tenang dan membuat keadaan diri atau *nafs* seseorang juga lebih baik.

b. Kontrol Diri

Kontrol diri yakni sebuah kemampuan kepekaan seseorang dalam membaca berbagai keadaan diri serta lingkungannya. Selain itu, sebagai kemampuan yang dapat mengendalikan perilaku yang sesuai dengan keadaan, menyenangkan orang lain, serta harapan merubah perilaku untuk sesuai keinginan orang lain dan menutup keinginannya.¹⁰ Dari apa yang telah berlalu, seseorang harus mengerti dari dua hal yakni mengerti tentang penyakit hati dan mengerti kontrol diri. Kontrol diri senantiasa diperlukan dalam menjalani kehidupan yang berguna untuk tidak menuruti penyakit hati serta berusaha untuk melepaskan diri dari penyakit hati.¹¹

Menurut Averill terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol

⁹ Sa'id Hawwa, *Pendidikan Spiritual*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 221.

¹⁰ M. Nur Ghufuron & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 21-22

¹¹ Sa'id Hawwa, *Pendidikan Spiritual*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), hlm. 211.

keputusan. Kontrol perilaku ialah tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi suatu keadaan yang tidak menyenangkan maupun keadaan menyenangkan. Kontrol kognitif ialah kemampuan individu mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau digunakan untuk mengurangi tekanan yang diperoleh. Kontrol keputusan yakni kemampuan seorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan yang berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui.¹²

Dari pemaparan teori diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk mengubah kebiasaan seseorang untuk memiliki sebuah kemampuan dalam pengendalian kontrol diri maka dapat dilakukan dengan ikut serta melaksanakan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Keroharjo Kota Pekalongan

2. Penelitian Relevan

Dari permasalahan yang diangkat oleh peneliti, maka sekiranya penulis perlu memaparkan beberapa karya dari penelitian yang memiliki kemiripan tema. Guna untuk mengetahui dimana letak perbedaan antara yang permasalahan yang penulis bahas dengan penelitian lain yang sudah ada, dibawah ini pemaparannya:

Pertama, karya Rois Abdullah Badruddin Yusuf tahun 2019 yang berjudul “*Mujahadah Untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumading Jepara)*”. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan hasil, pertama keadaan kontrol

¹² M. Nur Ghuftron & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 28-30.

diri pada santri pondok pesantren. Kedua, pelaksanaan mujahadah yaumiyah untuk meningkatkan kontrol diri pada santri pondok pesantren.¹³ Karya tersebut menggunakan jenis *mujahadah yaumiyah* sebagai pokok yang digunakan dalam meningkatkan kontrol diri santri, sedangkan pada penelitian penulis menggunakan jenis *mujahadah nihadlul mustaghfirin* sebagai pokok untuk mengembangkan kontrol diri pada jamaah Majelis Taklim Nurul Muhammad di Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

Kedua, karya Masruroh tahun 2012 yang berjudul “Pengaruh Intensitas Mengikuti *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* Terhadap Kontrol Diri Santri Di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang.” Karya ini dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian yakni terdapat dampak dalam melakukan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* terhadap kontrol diri santri, dimana dampak melakukan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* relevan dengan kontrol diri santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang.¹⁴

Ketiga, karya Umi Rosatun tahun 2020 dengan tema “Pembinaan Mental Keagamaan Pada Jamaah *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* Di Dusun Banaran Kecamatan Ngablak Kabupaten Magelang.” Karya ini dilakukan dengan metode penelitian kualitatif deskriptif. Hasil karya ini menunjukkan jika pelaksanaan pembinaan mental spiritual terhadap jamaah *mujahadah nihadlul mustaghfirin* memiliki dua program yakni *mujahadah* dengan pelaksanaan pada satu bulan dua kali yaitu pada sabtu wage

¹³ Rois Abdullah Badruddin Yusuf, “Mujahadah Untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumading Jepara”, *Skripsi Sarjana Agama*, (Semarang: Perpustakaan UIN Walisongo Semarang, 2019), hlm. 11.

¹⁴ Masruroh, “Pengaruh Intensitas Mengikuti *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* Terhadap Kontrol Diri Santri Di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang”, *Skripsi Sarjana Agama*, (Semarang: Perpustakaan UIN Walisongo Semarang, 2012), hlm. 15.

dan sabtu pahing yang dilaksanakan ba'da sholat isya' yang dipimpin oleh pembimbing, dan pembinaan sosial untuk pelaksanaan mengikuti kegiatan yang ada di Dusun Banaran Kecamatan Ngablak Kabupaten Magelang, bentuk pembinaannya berupa menghimbau pada jamaah untuk ikut serta melibatkan diri dalam kegiatan spiritual yang diselenggarakan seperti pengajian. Pada penelitian ini *mujahadah nihadlul mustaghfirin* digunakan untuk memberikan pembinaan mental pada jamaah, sedangkan pada penelitian yang diteliti oleh peneliti menggunakan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jamaah Majelis Taklim Nurul Muhammad di Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.¹⁵

3. Kerangka Berfikir

Berdasarkan kerangka teori yang telah dijelaskan diatas, maka dibutuhkan sebuah kerangka berfikir tentang pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* dalam mengembangkan kontrol diri. Untuk itu perlu dilakukannya sebuah kajian terkait *mujahadah nihadlul mustaghfirin* dalam mengembangkan kontrol diri jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa kertoharjo Kota Pekalongan.

Penelitian ini menggunakan teori kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill yang mana didalamnya terdapat beberapa indikator atau aspek yang salah satunya dialami oleh jama'ah yaitu sebagai berikut:

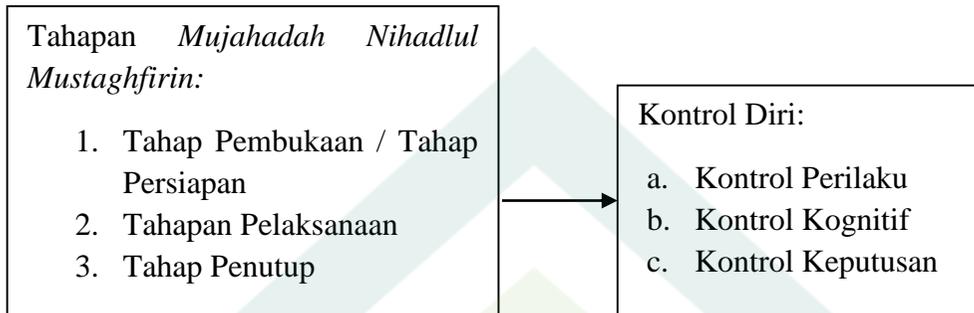
- a. Kontrol perilaku, ialah Suatu kesiapan respon yang dapat secara langsung dipengaruhi atau memodifikasi suatu kondisi, baik kondisi menyenangkan maupun kondisi yang kurang diinginkan.
- b. Kontrol kognitif, ialah suatu kecakapan seseorang dalam menerima serta mengelola informasi yang tidak

¹⁵ Umi Rosatun, "Pembinaan Mental Keagamaan Pada Jamaah Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Di Dusun Banaran Kecamatan Ngablak Kabupaten Magelang", *Skripsi Sarjana Agama*, (Salatiga: Perpustakaan IAIN Salatiga, 2020), hlm. 14.

diinginkan dengan upaya menginterpretasikan, menilai, serta menghubungkan suatu peristiwa-peristiwa.

- c. Kontrol keputusan., ialah suatu kecakapan individu untuk memilah hasil atau tindakan yang berdasarkan terhadap suatu yang diyakini atau yang sudah disetujui. Sedangkan untuk tahapan pelaksanaan rutin *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo memiliki tiga tahapan yakni:
 - a. Tahap persiapan, dimana pada tahap tersebut para jama'ah yang hendak mengikuti rutin menemptatkan posisi duduknya menghadap kearah kiblat serta mempersiapkan dirinya untuk mengikuti sholat sunah hajat terebih dahulu bagi jama'ah wanita yang sedan tidak halangan serta bagi seluruh jama'ah laki-laki.
 - b. Tahap pelaksanaan, inti dari rutin dimana para jama'ah baik jama'ah perempuan maupun jama'ah laki-laki mulai melantunkan bacaan-bacaan yang terdapat didalam rutin *mujahadah nihadlul mustaghfirin* yang dipimpin secara langsung oleh pengasuh Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.
 - c. Tahap penutup, dimana pada tahap tersebut biasanya diisi dengan penyampaian informasi-informasi dari pengasuh yang berkaitan dengan kegiatan dalam rutin *mujahadah nihadlul mustaghfirin* ataupun kegiatan dalam Madrasah Diniyah Nurul Muhammad yang masih terdapat kaitannya dengan *mujahadah* tersebut. Selain itu, juga diisi dengan evaluasi dari kegiatan-kegiatan yang telah berlangsung.

Adapun secara ringkas penjelasan kerangka berfikir sebagai berikut:



F. Metode Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini digunakan pendekatan fenomenologi, pendekatan ini salah satu bentuk pengetahuan untuk menggali serta mencari informasi terkait hakikat serta esensi yang berada dibalik bentuk perwujudan agama pada hidup manusia di muka bumi. Adapun pendekatan ini memiliki struktur kesadaran sebagaimana yang telah dialami oleh pelaku, sehingga fenomenologi memiliki keterkaitan yang kuat dengan pengetahuan tentang sejauh menampakkan diri dalam pengalaman dari pelaku.

2. Jenis Penelitian

Dari sumber data dan permasalahan yang telah terkumpul, sudah dapat diketahui dengan jelas jika penelitian ini yakni penelitian kualitatif, suatu teknik yang diperlukan dalam mengumpulkan data yaitu dengan menggunakan pengamatan langsung misalnya observasi. Dalam mengumpulkan data menggunakan data primer, seperti wawancara langsung terhadap responden. Selain itu, teknik yang diperlukan pada penelitian ini yakni memerlukan metode kualitatif. Metode ini bisa disebut juga dengan istilah observasi, wawancara individu ataupun kelompok, yang mana peneliti berusaha memahami dan menggali informasi kepada narasumber dan setelahnya dijabarkan menggunakan deskripsi atau kalimat oleh peneliti.

3. Sumber Data

a. Data Primer

Sehubungan dengan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan penelitian lapangan, maka sudah jelas bahwa sumber data utama yang digunakan berkaitan erat dengan pengasuh, pembina, dan anggota Jamaah yang memiliki peran dalam Majelis Taklim Nurul Muhammad di Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

b. Data Sekunder

Data sekunder didapat melewati pihak kedua atau adanya perantara. Adapun sumber data tangan kedua dalam penelitian ini menggunakan hasil karya berupa buku, skripsi, dan jurnal.

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Teknik mengumpulkan data dilakukan menggunakan cara mengikuti serta mengamati objek penelitian secara teliti, serta pencatatan hasil yang diperoleh dengan sistematis disebut observasi. Selain itu, observasi juga dikatakan sebagai pengamatan data secara langsung yang bersifat sistematis, logis, objektif, serta masuk akal dengan situasi yang sebenarnya.¹⁶

Observasi ini digunakan dalam penelitian untuk memperoleh data tentang bagaimana pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin*, apakah jamaah yang melakukan *mujahadah* tersebut mengalami peningkatan dalam mengendalikan kontrol diri sebagaimana dengan indikator dalam kontrol diri, seperti mampu mengendalikan perilaku, mampu mengendalikan kognitif, serta mampu mengendalikan keputusan.

b. Wawancara

¹⁶ Risky Kawasati, *Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif*, Jurnal STAIN Sorong, 2019, hlm. 9.

Secara ringkas dapat dijabarkan bahwa wawancara disebut sebagai suatu peristiwa atau proses interaksi antara pewawancara dengan narasumber melalui interaksi secara langsung.

Teknik wawancara ini digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data dengan melakukan wawancara secara langsung kepada pengasuh, pembimbing, serta jamaah yang berkaitan dengan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo tersebut. Oleh karena itu, peneliti menggunakan teknik wawancara secara terstruktur untuk mengumpulkan data berupa informasi dari pihak yang terkait untuk mengetahui bagaimana keadaan kontrol diri pada jamaah sebelum dan sesudah mengikuti jalannya *mujahadah nihadlul mustaghfirin* serta untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri Jamaah Majelis Taklim Nurul Muhammad di Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

c. Dokumentasi

Selain dengan kedua teknik diatas, teknik lain yang diperlukan yakni dokumentasi. Sebuah catatan kejadian yang telah terjadi, dokumentasi bisa berupa foto, video, maupun karya seseorang, disebut dengan dokumentasi. Dokumentasi sendiri digunakan sebagai pelengkap dalam sebuah penelitian.¹⁷ Dokumentasi dalam penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki serta menggali informasi dari buku-buku, kitab-kitab, gambar maupun video yang diambil dari Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan yang terkait terhadap pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* dalam mengembangkan kontrol diri jamaah.

5. Teknik Analisis

¹⁷ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), hlm. 85.

Adapun teknik analisis yang dijadikan pedoman dalam tulisan ini yakni berpedoman pada model analisis interaktif yang dikemukakan oleh Milles & Huberman, sebagai berikut:¹⁸

- a. Pengumpulan Data, suatu proses mengumpulkan data yang dilakukan ditempat lapangan penelitian yang dilakukan secara wawancara, observasi, ataupun dokumentasi yang dicatat dalam catatan laporan penelitian.
- b. Reduksi Data, yaitu proses memilah data yang telah ditemukan di lapangan yang relevan dan fokus terhadap permasalahan yang sedang dipecahkan oleh peneliti.
- c. Penyajian Data, menyajikan serta memaparkan data yang telah direduksi dapat berupa tulisan, kata-kata, tabel, atau grafik. Penyajian data sendiri bertujuan untuk menggabungkann informasi-informasi yang relevan dengan permasalahan sehingga dapat menjabarkan keadaan yang terjadi di lapangan penelitian.
- d. Penarikan Kesimpulan, proses mengambil sebuah makna secara keseluruhan dari data serta informasi yang telah diperoleh semala melakukan penelitian.

Dalam hal ini menjabarkan, mengungkap serta mengeksplor lebih dalam mengenai pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada Jamaah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

G. Sistematika Penulisan

Berikut susunan sistematika pembahasan yang digunakan penulis dalam mempermudah pembaca:

¹⁸ Miles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif*, (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1992), hlm. 15.

Bab pertama yaitu pendahuluan, dalam bagian ini berisi pendahuluan yang didalamnya terdapat latar belakang, rumusan permasalahan, tujuan penelitian, penelitian yang relevan, kerangka teori, metode penelitian, serta sistematika penulisan.

Bab dua yaitu tinjauan pustaka, didalam bab ini memuat tentang uraian teori mengenai mujahadah serta kontrol diri, maupun keterkaitan antara mujahadah dan kontrol diri.

Bab tiga hasil penelitian, bab ini memuat mengenai pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, yang dibagi menjadi dua sub bagian. *Pertama*, membahas mengenai keadaan kontrol diri Jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan sebelum dan sesudah melaksanakan *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. *Kedua*, membahas pelaksanaan dari *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri.

Bab empat yaitu analisis penelitian, didalam bab ini menjelaskan tentang analisis penelitian yang telah dilakukan peneliti terkait kondisi kontrol diri dan pelaksanaan *mujahadah* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan.

Bab lima yaitu penutup, bab ini sebagai bagian terakhir dalam penelitian, berisi kesimpulan dan berbagai saran. Kesimpulan sendiri pemaparkan singkat dan ringkas hasil penelitian yang telah diuraikan pada setiap bagian diatas. Adapun saran dikemukakan berdasar pada hasil penelitian yang membahas langkah yang akan dilakukan oleh pihak terkait terhadap penelitian tersebut.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah penulis melakukan penelitian serta menganalisis data terkait *mujahadah nihadlul mustaghfirin* untuk mengembangkan kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi kontrol diri pada jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan

Kondisi kontrol diri jama'ah sebelum mengikuti rutinan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan yang menjadi subjek penelitian, terdapat tiga jama'ah yang menjadi subjek penelitian. Dari hasil penelitian ketiga subjek jama'ah tersebut dapat digambarkan secara singkat mengenai keadaan kontrol diri pada jama'ah tersebut belum mempunyai kontrol diri yang baik, hal itu terlihat pada kecakapan untuk mengontrol dorongan dari dalam diri jama'ah kurang tepat serta jika dikaitkan dengan teori kualitas kontrol diri maka ketiga jama'ah tersebut masih berada pada level *under control*. Hal itu terbukti pada diri jama'ah yang memiliki kecenderungan bertindak tanpa memikirkan akibat dari tindakan tersebut, membuang-buang waktu hanya untuk suatu hal yang tidak bermanfaat. Akan tetapi keadaan kontrol diri pada jama'ah terlihat mulai membaik dan semakin membaik pada saat jama'ah mulai mengikuti kegiatan rutinan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, hal itu terlihat dari beberapa sifat yang tumbuh dalam diri jama'ah misalnya, mulai mampu menyesuaikan diri dengan peraturan yang ada dilingkungan rumah, mampu mengendalikan stimulus dari luar dirinya dengan tepat, mulai menjadi pribadi yang selalu memikirkan setiap resiko dari keputusan yang diambil.

2. Pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan

Pelaksanaan *mujahadah* di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan ini pada dasarnya sudah berjalan dengan baik, hal tersebut terbukti dari jumlah jama'ahnya yang seringkali bertambah serta jama'ahnya mampu beristiqomah dalam kegiatan rutin *mujahadah* tersebut. Adapun untuk jenis *mujahadah* yang digunakan yakni *mujahadah nihadlul mustaghfirin*, dimana *mujahadah* tersebut dilaksanakan pada setiap malam hari selasa pukul 20.00 s.d 21.30 WIB dengan toleransi keterlambatan 5 menit. *Mujahadah* sendiri sebagai salah satu kegiatan yang mampu menghentikan gambaran-gambaran negatif serta mampu untuk mengobati penyakit psikologis terutama untuk mengembangkan kontrol diri seseorang, karena pada dasarnya *mujahadah* dapat menenangkan jiwa individu.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan di Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan terkait Pelaksanaan *Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin* untuk Mengembangkan Kontrol Diri pada Jama'ah Majels Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, maka peneliti memberikan saran diantaranya:

1. Bagi pengasuh Majlis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, untuk lebih memperhatikan kepada jama'ah yang belum mampu mengistiqomahkan dirinya untuk mengikuti rutinan *mujahadah nihadlul mustaghfirin*.
2. Bagi jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan, terus semangat untuk memperbaiki diri menjadi sosok pribadi yang lebih baik

serta belajar beristiqomah dalam menjalankan suatu kebaikan.

3. Bagi Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi, mampu berguna untuk menambah wawasan keilmuan terkait tasawuf dan psikoterapi.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu untuk mengembangkan penelitian ini dengan memperhatikan kekurangan dan keterbatasan dalam penelitian ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Banjari. 1994. *Psikologi Islam Dan Sufisme*. Yogyakarta: Sypress.
- Al-qorni, F. 2023. Wawancara Jama'ah Mujahadah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Pekalongan: Kertoharjo.
- Basyar. 2019. *Meredam Gelisah Hati Abdullah Gymnastiar*. Bandung: MQS Pustaka Grafika.
- Budiraharjo, 1997. *Mengenal Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta: Kanisius.
- Gerungan. 2010. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ghufron, M. Nur, Rini Risnawita S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hawwa, Sa'id. 2006. *Pendidikan Spiritual*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Huberman, Miles. 1992. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Jannah, M. 2016. Efektifitas Kegiatan Mujahadah Dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Dan Perilaku Sosial Santri Di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Kembang Jepara. *Skripsi, Fakultas Tarbiyah STAIN Kudus*.
- Jihan. 2024. Jama'ah Mujahadah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Wawancara Pribadi. Pekalongan: Kertoharjo.
- Kawasati, Risky. 2019. Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif. *Jurnal STAIN Sorong*.
- Magfiroh, L. 2020. Penanaman Nilai Spiritual Melalui Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Terhadap Pembentukan Karakter Santri

Pondok Pesantren Tarbiyatul Islam Al-Falah Salatiga. *Jurnal UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*.

Masruroh. 2012. Pengaruh Intensitas Mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Terhadap Kontrol Diri Santri Di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang. *Jurnal UIN Walisongo Semarang*.

Muhammad Fauqi, Hajjaj. 2016. *Tasawuf Islam & Akhlak*. Jakarta: Amzah.

Muna. 2024. Jama'ah Mujahadah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Wawancara Pribadi. Pekalongan: Kertoharjo.

Musthofa. 2023. Wawancara Pengasuh Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan. Pekalongan: Kertoharjo.

Nawawi. 2016. *Tasawuf Islam & Akhlak*. Jakarta: Amzah.

Rahmadi. 2011. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin: Antasari Press.

Rahmat, A. dan Hitifah, Y. 2005. Hubungan Dzikir Dengan Kontrol Diri Santri Manula di Pesantren Roudhotul Ulum Kediri. *Jurnal Psikologi Islami*. Vol 1. Nomor 2.

Risnawita, Rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Rajawali Press.

Rosatun, U. 2020. Pembinaan Mental Keagamaan Pada Jamaah Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Di Dusun Banaran Kecamatan Ngablak Kabupaten Magelang. *Jurnal IAIN Salatiga*.

Sari, Andjani. 1991. Efektifitas Teknik Kontrol Diri Pada Pengendalian Kemarahan. *Jurnal Psikologi, Tahun Ke XVIII(01)*.

Shihab, Q. 1996. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.

- Tabataba'i, A., H. 2005. *Perjalanan Rohani*. Depok: Inisiasi Press.
- Toto, T. 2001. *Kecerdasan Rohaniyah*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Yunasril, Ali. 2003. *Jenang-jenang Ruhani*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Yusuf Badruddin Abdullah, Rois. 2019. *Mujahadah Untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumading Jepara)*. *Skripsi UIN Walisongo Semarang*.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

IDENTITAS DIRI

Nama : Lilik Malika
NIM : 3320006
Tempat/Tgl Lahir : Pekalongan, 01 Juni 2002
Agama : Islam
Alamat : Jl. Pelita V Kertoharjo Gg 08 Rt/Rw 02/06 Kel.
Kuripan Kertoharjo Kec. Pekalongan Selatan Kota
Pekalong

IDENTITAS ORANG TUA

Nama Ayah : Khusnudin
Pekerjaan : Buruh
Nama Ibu : Syafi'ah (almh)
Pekerjaan : -
Alamat : Jl. Pelita V Kertoharjo Gg 08 Rt/Rw 02/06 Kel.
Kuripan Kertoharjo Kec. Pekalongan Selatan Kota
Pekal

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. RA Muslimat 08 Kertoharjo
2. MI Salafiyah Kertoharjo
3. SMP Negeri 14 Pekalongan
4. SMA Negeri 4 Pekalongan
5. UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan