



**KEGIATAN *TAWAJJUHAN* UNTUK
KETENANGAN JIWA PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN LUQMAN
HAKIM ROWOLAKU**



**SRI INDAH MAULANA IRNASARI
NIM. 3320012**

2024

**KEGIATAN *TAWAJJUHAN* UNTUK KETENANGAN
JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN
LUQMAN HAKIM ROWOLAKU**

SKRIPSI

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



Oleh:

SRI INDAH MAULANA IRNASARI

NIM. 3320012

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

**KEGIATAN *TAWAJJUHAN* UNTUK KETENANGAN
JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN
LUQMAN HAKIM ROWOLAKU**

SKRIPSI

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



Oleh:

SRI INDAH MAULANA IRNASARI

NIM. 3320012

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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Sri Indah Maulana Irnasari
NIM : 3320012
Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Usluhudin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **KEGIATAN TAWAJJUHAN UNTUK KETENANGAN JIWA 'ADA SANTRI PONDOK PESANTREN LUQMAN HAKIM 'OWOLAKU'** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

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

Pekalongan, 22 Juli 2024

Penulis,



Sri Indah Maulana Irnasari
NIM. 3320012

NOTA PEMBIMBING

Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag

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

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Sri Indah Maulana Irnasari

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.g 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 : Sri Indah Maulana Irnasari

NIM : 3320012

Judul : **KEGIATAN TAWAJJUHAN UNTUK
KETENANGAN JIWA PADA SANTRI PONDOK
PESANTREN LUQMAN HAKIM ROWOLAKU**

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

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 26 Juli 2024
Pembimbing,



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



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 511
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:

Jama : Sri Indah Maulana Irnasari
JIM : 3320012
Judul Skripsi : **KEGIATAN TAWAJJUIHAN UNTUK KETENANGAN JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN LUQMAN HAKIM ROWOLAKU**

Yang telah diujikan pada Hari Kamis, 11 Juli 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

Cintami Farmawati, M.Psi.
NIP. 198608152019032009

Penguji II

Annisa Mufonharoh, M.Psi.
NIP. 199106022023212033

Pekalongan, 26 Juli 2024

Disahkan Oleh

Dekan



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

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

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

1. Konsonan

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

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

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

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

2. Vokal

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

a. Vokal Tunggal

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

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ	Fathah	A	A
◌ِ	Kasrah	I	I

◌ُ	Dhammah	U	U
----	---------	---	---

b. Vokal Rangkap

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

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

Contoh:

- | | |
|----------|-----------|
| كَتَبَ | - Kataba |
| فَعَلَ | - Fa'ala |
| ذَكَرَ | - žukira |
| يَذْهَبُ | - yažhabu |
| سُئِلَ | - su'ila |
| كَيْفَ | - kaifa |
| هَوَّلَ | - haula |

3. Maddah

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

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
... ا... يَ	Fathah dan alif atau ya	A	A dan garis di atas
... يَ	Kasrah dan ya	I	I dan garis di atas
... وَ	Hammah dan wau	U	U dan garis di atas

Contoh:

- | | |
|-------|--------|
| قَالَ | - Qāla |
| رَمَى | - Ramā |
| قِيلَ | - Qīla |

4. Ta'arbutah

Transliterasi untuk ta'arbutah ada dua:

a. Ta'arbutah hidup

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

b. Ta'arbutah mati

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

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

Contoh:

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

5. Syaddah

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

Contoh:

رَبَّنَا	-	Rabbanā
نَزَّلَ	-	Nazzala
الْبِرَّ	-	al-birr
	-	

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال namun dalam transliterasi ini kata sandang itu di

bedakan atas kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah dan kata sandang yang diikuti huruf qamariyah.

- a. Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah.

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

Contoh:

الرَّجُلُ - *ar-rajulu*

السَّيِّدُ - *as-sayyidu*

الشَّمْسُ - *as-syamsu*

- b. Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah.

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

Contoh:

القَلَمُ - *al-qalamu*

البَدِيعُ - *al-badī'u*

الْجَلَالُ - *al-jalālu*

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

7. Hamzah

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

Contoh:

النَّوْءُ - *an-nau'*

شَيْئٌ - *syai'un*

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim maupun harf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain

karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka transliterasi ini, penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ *bismillāhimajrehāwamursahā*
هَآؤُمْرُسَآهَآ
إِبْرَاهِيمَ الْخَلِيلِ *ibrāhīm al-khalīl*
ibrāhīmul-khalīl

9. Huruf Kapital

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

Contoh:

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ *Wa mā Muhammadun illā rasl*

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

Contoh:

نُصِرْنَا مِنَ اللَّهِ وَفَتَحَ قَرَيْبٌ *Nasrunminallāhiwafathunqarīb*

10. Tajwid

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

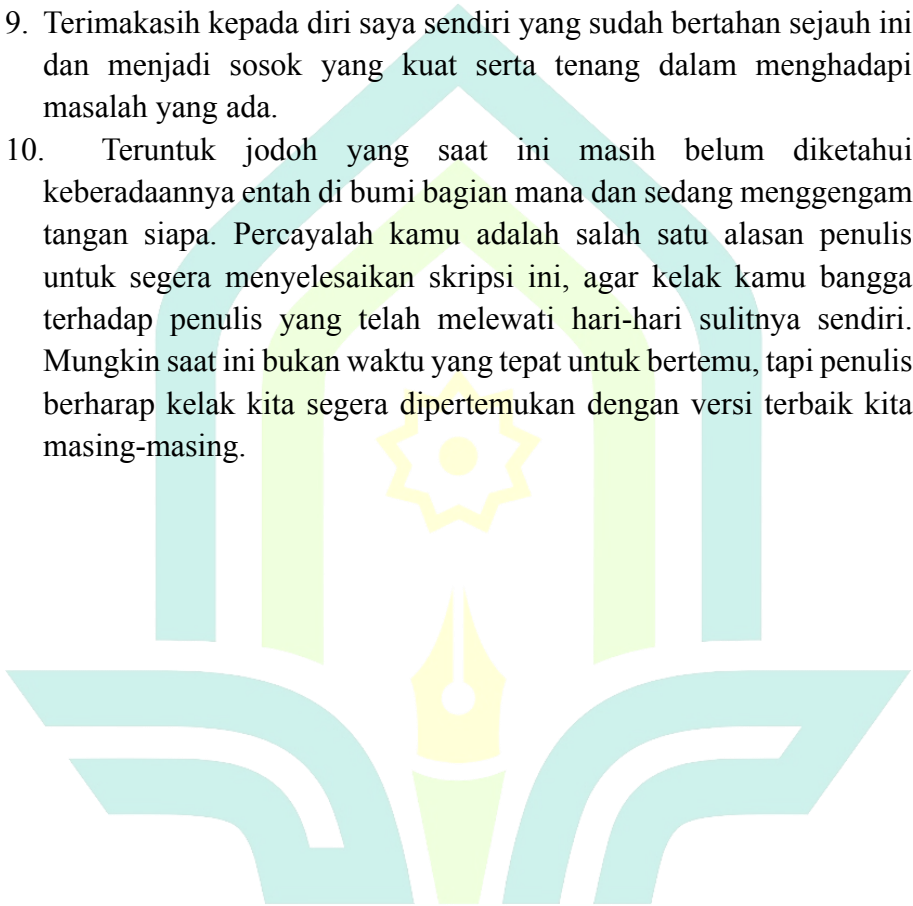
PERSEMBAHAN

Alhamddulillah dengan rasa syukur yang mendalam, dengan telah diselesaikannya skripsi ini, penulis mempersembahkan kepada:

1. Kedua Orang tua tercinta, Bapak Moh. Djamili dan Ibu Mundiroh yang tidak pernah lelah untuk menyayangi, mencintai, mendidik, mengasuh, membimbing, mendukung dalam setiap detik di hidup saya. Serta saya ucapkan terimakasih dan skripsi ini saya persembahkan khusus untuk kedua orang tua saya yang telah menjadi motivasi terbesar dalam hidup saya.
2. Keluarga besarku terutama kakak dan adikku yaitu Herman Santoso, Akhmad Syefudin, Buchori Muslim, dan Rizka saputri tak ketinggalanpun kepada kaka iparku dan keponakanku yaitu Rahyuni, Siti Mariana Ulfa, Rifqoh Nur khanifah, Rizqi Akbar Ramadhan, Juni Dwi Nugroho, Adiva Myesha Azzahra, Deffan Akhmad Dwy Saputra yang menjadi inspirasi untukku agar tetap semangat dalam berjuang untuk menghadapi segala masalah.
3. Almamater Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Usluhuddin Adab dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Dosen pembimbing skripsi saya Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag yang sabar dan baik hati dalam membimbing serta selalu memberikan masukan dan nasehat sehingga skripsi dapat diselesaikan.
5. Ibu Cintami Farmawati, M. Psi. selaku wali studi, yang banyak memberikan bimbingan dan suportnya kepada saya selama menjalani studi sejak semester awal hingga semester akhir. Serta dosen dan seluruh staff FUAD UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, terkhusus seluruh dosen Tasawuf dan Psikoterapi yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuannya kepada saya.
6. Sahabat-sahabat saya yang selalu support saya yaitu zakiyahurrahmah, Annisa Septia bagas Gading, Eno larassanti

Mutiara Rohma Dhiny, Indah Surya Ningsih dan masih banyak lagi yang tidak bisa saya sebut satu-persatu.

7. Temen-temen seperjuangan Tasawuf dan Psikoterapi 2020 yang sudah berjuang sama-sama baik suka maupun duka.
8. Segenap keluarga besar Pondok Pesantren Luqman Hakim yang sudah berkenang untuk dijadikan tempat penelitian sekaligus memberikan dukungan dan motivasi kepada saya.
9. Terimakasih kepada diri saya sendiri yang sudah bertahan sejauh ini dan menjadi sosok yang kuat serta tenang dalam menghadapi masalah yang ada.
10. Teruntuk jodoh yang saat ini masih belum diketahui keberadaannya entah di bumi bagian mana dan sedang menggenggam tangan siapa. Percayalah kamu adalah salah satu alasan penulis untuk segera menyelesaikan skripsi ini, agar kelak kamu bangga terhadap penulis yang telah melewati hari-hari sulitnya sendiri. Mungkin saat ini bukan waktu yang tepat untuk bertemu, tapi penulis berharap kelak kita segera dipertemukan dengan versi terbaik kita masing-masing.



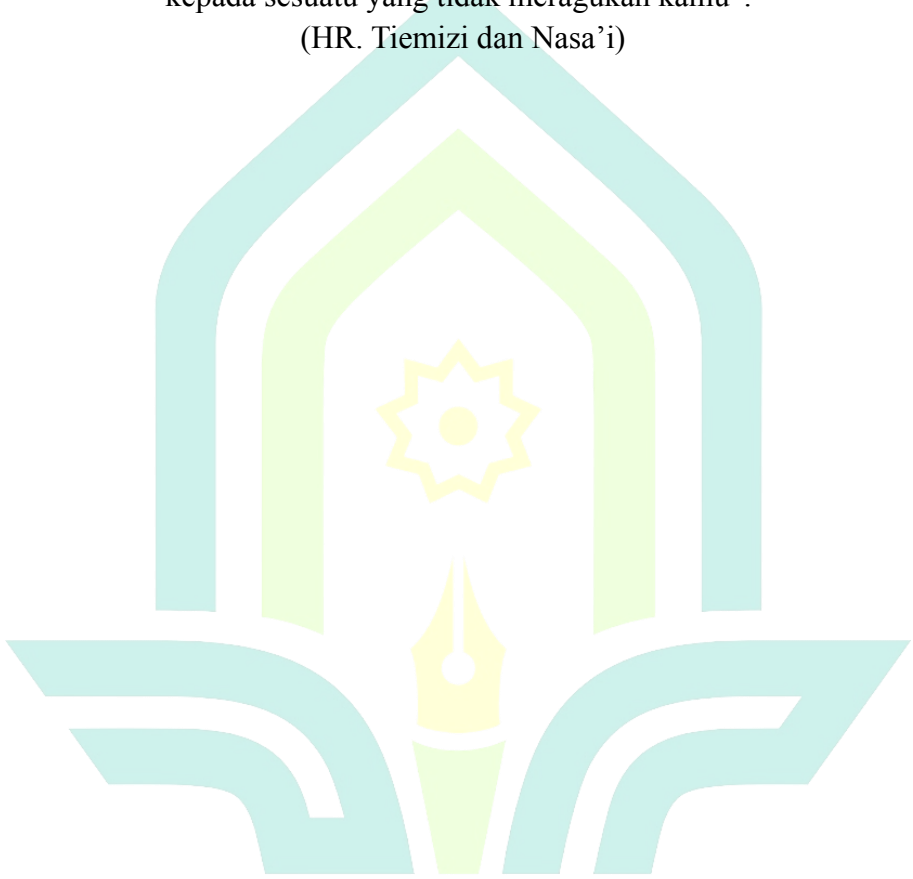
MOTTO

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ نِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

“Cukuplah bagi kami Allah, sebaik-baiknya pelindung dan sebaik-baiknya penolong kami”

“Tinggalkanlah sesuatu yang meragukan kamu dan (beralihlah) kepada sesuatu yang tidak meragukan kamu”.

(HR. Tiemizi dan Nasa’i)



ABSTRAK

Irnasari, Sri Indah Maulana. 2024. “Kegiatan *Tawajjuh*an untuk Ketenangan Jiwa Pada Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku”. Skripsi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Usluhuddin Adab dan Dakwa UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Dosen Pembimbing: Dr. H. Miftahul Ula, M. Ag

Kata Kunci: *Kegiatan Tawajjuh*an, *Ketenangan Jiwa*

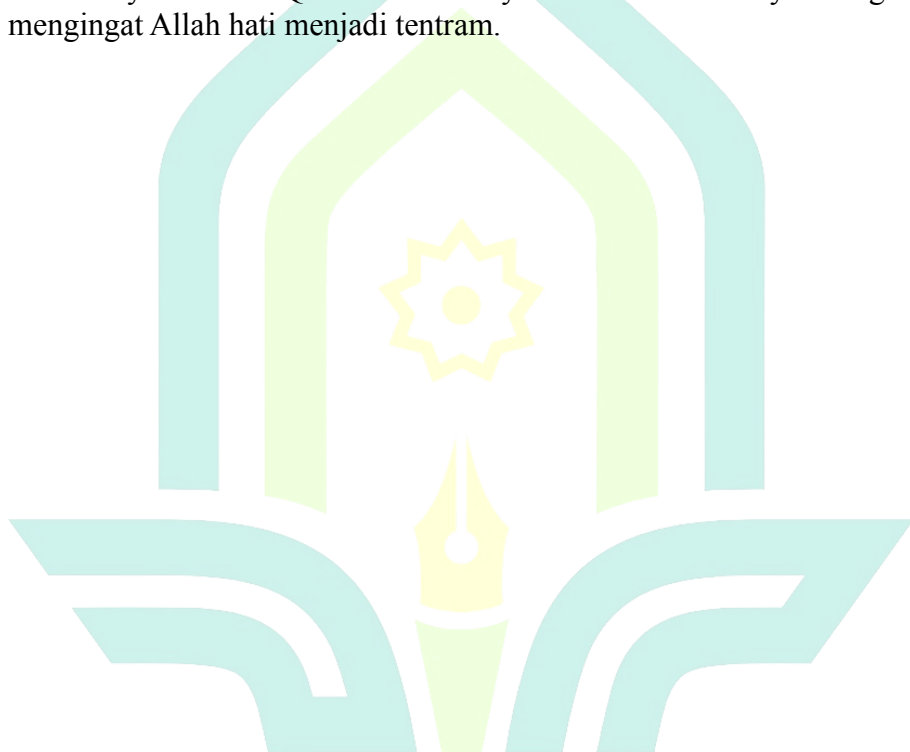
Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya suatu pelaksanaan kegiatan *Tawajjuh*an di pondok pesantren yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt serta memberi pelatihan dzikir kepada santri agar senantiasa mengingat Allah swt dan meminta pertolongan setiap mendapatkan sebuah masalah agar pikiran, hati, menjadi tenang dan dapat berkonsentrasi.

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana kondisi ketenangan jiwa santri sebelum dan sesudah kegiatan *Tawajjuh*an dan bagaimana Kegiatan *Tawajjuh*an untuk ketenangan jiwa pada santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kondisi ketenangan jiwa santri Pondok Pesantren Luqman Hakim sebelum dan sesudah *Tawajjuh*an dan bagaimana kegiatan *Tawajjuh*an untuk ketenangan jiwa pada santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku. Manfaat penelitian secara teoritis yaitu penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan bidang keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi khususnya pada *Tawajjuh*an untuk ketenangan jiwa dan manfaat praktis yaitu bagi peneliti yang akan datang, Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku dan masyarakat.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan metode kualitatif fenomenologi. Penelitian ini berfokus untuk memeriksa/meneliti esensi atau struktur pengalaman ke dalam kesadaran. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah pengasuh, pimpinan pengurus, dan santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku. Sedangkan sumber data sekunder adalah buku-buku tasawuf, buku-buku psikologi, jurnal-jurnal, media internet, dan penelitian terdahulu. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara, observasi dan dokumentasi. Sedangkan untuk menganalisis data yang diperoleh, penulis menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini adalah kondisi ketenangan jiwa santri sebelum melakukan kegiatan *Tawajjuh*an dari 3 kategori mengalami

ketidatenangan yang berupa pesimis, tidak bersabar, dan jauh dari Allah. Setelah mereka melakukan kegiatan *Tawajjuh* mereka mengalami perubahan dan mendapatkan ketenangan jiwa seperti optimis, sabar, memiliki rasa syukur, dan dekat dengan Allah. Kegiatan *Tawajjuh* di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku merupakan sebuah praktik spiritual yang bertujuan untuk membantu para santri mencapai ketenangan jiwa dan kedekatan dengan Allah SWT. Kegiatan ini terdiri dari sholat hajat, sholat witr, pembacaan dzikir dan sholawat, yasin dan tahlil, doa dan syair Abu Nawas. Melakukan *Tawajjuh* secara rutin (*istiqomah*) dapat membantu para santri untuk mencapai ketenangan jiwa dan kedekatan dengan Allah SWT, sebagaimana firman-Nya dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28 bahwa hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, wa syukurillah, puji syukur saya sampaikan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Agama Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya sampaikan terima kasih kepada

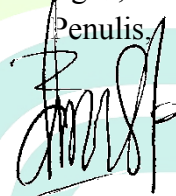
1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Prof. Dr. Sam'ani, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Ibu Cintami Farmawati, M.Psi, selaku ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Bapak Aris Priyanto, M. Ag, selaku sekretaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
5. Bapak Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag, selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis.
6. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang telah mendidik, memotivasi dan memberikan banyak ilmu kepada penulis.
7. Staf Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang selalu berusaha memberikan pelayanan terbaik bagi penulis.
8. Bapak, Ibu dan segenap keluarga tercinta, yang banyak berkorban demi keberhasilan penulis dalam mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan tugas akhir ini. Serta senantiasa mendo'akan, mendukung dan memberi semangat tanpa henti kepada penulis.

9. Seluruh teman-teman seperjuangan penulis di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan dari seluruh fakultas yang banyak berbagai ilmu dan pengalamannya kepada penulis terkait penulisan tugas akhir, khususnya angkatan 2020 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.
10. Pengasuh Pondok Pesantre Luqman Hakim Rowolaku, beliau Bapak KH. Imronuddin, M.si yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian untuk penugasan akhir perkuliahan S1.
11. Para pengurus dan santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, terimakasih telah meluangkan waktu dan berkenan untuk diwawancarai guna penyelesaian tugas penelitian akhir semester.
12. Dan seluruh pihak yang telah membantu penulis hingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktur sangat penulis harapkan demi peningkatan kualitas penulis yang akan datang. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Pekalongan, 2 Juni 2024

Penulis

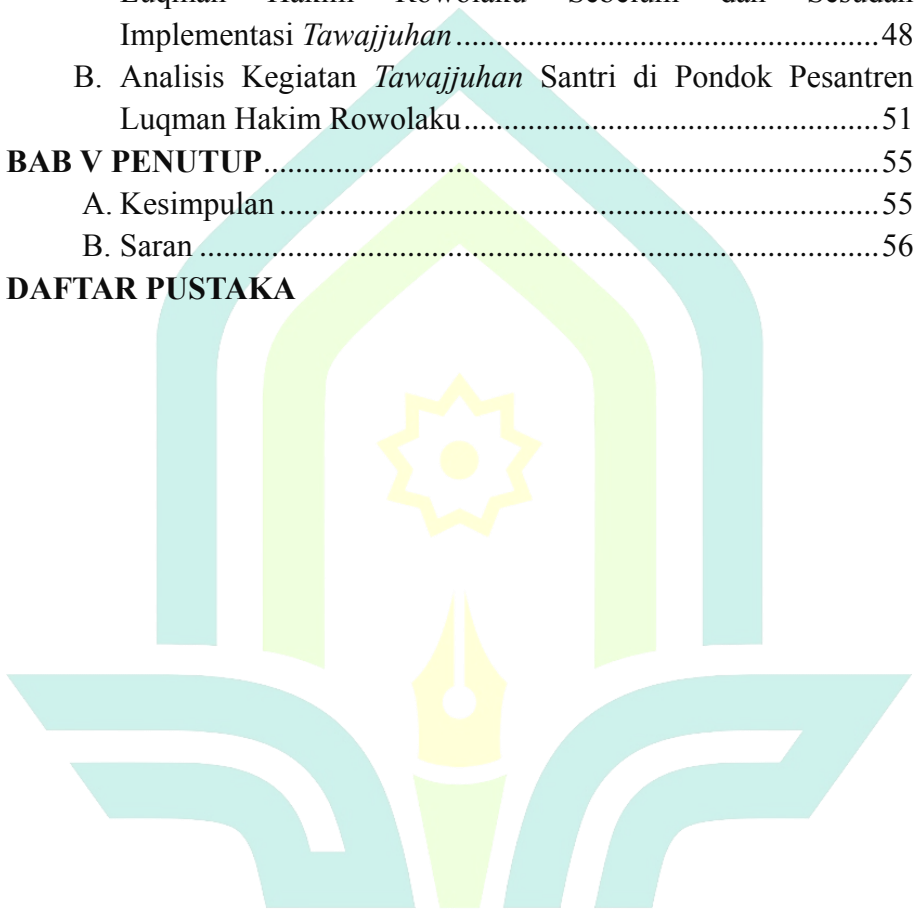


Sri Indah Maulana Irnasari
NIM. 3320012

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	v
PERSEMBAHAN	xi
MOTTO	xiii
ABSTRAK	xiv
KATA PENGANTAR	xvi
DAFTAR ISI	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka.....	6
F. Kerangka Berpikir.....	11
G. Metode Penelitian	13
H. Sistematika Penulisan	17
BAB II KAJIAN TEORI	19
<i>Tawajjuh</i>, Ketenangan Jiwa	19
A. <i>Tawajjuh</i>	19
B. Ketenangan Jiwa	Error! Bookmark not defined.
BAB III KEGIATAN <i>TAWAJJUH</i> UNTUK KETENANGAN JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN LUQMAN HAKIM ROWOLAKU	33
A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.....	33
B. Kondisi Ketenangan Jiwa Santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku	36

C. Kegiatan <i>Tawajjuhan</i> untuk Ketenangan Jiwa Bagi Santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku	42
BAB IV ANALISIS KEGIATAN TAWAJJUHAN UNTUK KETENAGAN JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN LUQMAN HAKIM ROWOLAKU	48
A. Analisis Kondisi Ketenagan Jiwa Santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku Sebelum dan Sesudah Implementasi <i>Tawajjuhan</i>	48
B. Analisis Kegiatan <i>Tawajjuhan</i> Santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku	51
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dzikir, berasal dari kata Arab "dzakara" yang berarti mengingat, merupakan amalan inti dalam Islam untuk senantiasa mengenang Allah SWT. Dzikir dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun, baik dengan lisan maupun dalam hati. Ibadah ini tergolong dalam ibadah *mahdhah*, yaitu ibadah yang ditujukan langsung kepada Allah SWT. Contohnya, dzikir sebelum dan setelah shalat, saat berhaji dan umrah, dan lain sebagainya¹. Tujuan utama dzikir adalah untuk mempererat hubungan spiritual antara manusia dengan Allah SWT. Dengan berdzikir, kesadaran kita kepada Allah SWT akan semakin kuat, sehingga menumbuhkan rasa cinta, kasih sayang, dan kedekatan dengan-Nya. Dzikir juga memperkuat keimanan seseorang, menjadikannya lebih tegar dalam menghadapi berbagai rintangan hidup. Keimanan yang kuat ini kemudian tercermin dalam amal perbuatan yang bermanfaat, baik dalam hubungan vertikal dengan Allah SWT maupun horizontal dengan sesama manusia. Hal ini pun ditegaskan oleh para Ulama'Haqiqat. Mereka memandang dzikir sebagai landasan utama dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dzikir menjadi sarana untuk menghubungkan jiwa manusia dengan Dzat Allah SWT.

Di samping tujuan utamanya, dzikir memiliki berbagai fungsi lain yang luar biasa. Pertama, dzikir bagaikan kunci pembuka alam malakut, alam malaikat, yang ditandai dengan kehadiran mereka di sekitar kita. Kedua, dzikir membuka pintu gerbang alam ghaib, mendatangkan kebaikan, meredakan kegelisahan, dan menuntun kita menuju jalan kesucian dan kewalian. Ketiga, dzikir menjadi kerangka kokoh yang menuntun jiwa untuk semakin dekat dengan Allah SWT (*taqarrub illallah*). Keempat, dzikir bagaikan api yang membakar jiwa, membangkitkan rasa cinta dan ketundukan kepada Allah SWT (*tawhid dzauqi*). Untuk mencapai tujuan tersebut,

¹ M. Khalilurrahman al Mahfani, *Keutamaan Doa dan Dzikir Untuk Hidup Bahagia Sejahtera*, (Jakarta:PT WahyuMedia, 2006) hal. 30-33

diperlukan kesungguhan dalam menjaga diri, menjauhi hal-hal yang meragukan, menjaga makanan, minuman, pakaian, ucapan, dan pikiran. Komitmen teguh terhadap syariat Islam pun menjadi kunci utama. Dengan berdzikir kepada Allah SWT, iman manusia semakin kuat dan terlindungi dari godaan setan yang menyesatkan. Dzikir merupakan landasan keimanan kepada Allah SWT. Berdzikir dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah *Tawajjuh*.²

Tawajjuh merupakan tindakan menghadapkan diri dan mengarahkan hati kepada Allah SWT dengan penuh ketulusan. Dalam arti yang lebih luas, tawajjuh berarti mengendalikan dan menundukkan seluruh aspek kehidupan, baik jiwa, raga, maupun aktivitas, untuk tunduk dan patuh kepada Allah SWT. Hal ini merupakan perwujudan iman dan keyakinan seorang mukmin bahwa tiada Tuhan selain Allah SWT. Tawajjuh mengharuskan kita untuk mendedikasikan seluruh aspek kehidupan, baik aspek ketuhanan (*uluhiyah*) maupun aspek ibadah (*ubudiyah*), hanya untuk Allah SWT. Seperti yang tergambar dalam bacaan doa iftitah, tawajjuh menjadi landasan utama dalam menjalin komunikasi dengan Allah SWT.

لِلَّهِ أَكْبَرُ كَبِيرًا وَالْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا وَسُبْحَانَ اللَّهِ بُكْرَةً وَأَصِيلًا. أَنَىٰ وَجْهَتْ وَجْمِي لِلَّذِي
فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا مَّسْلَمًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ
وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا مِنَ الْمُسْلِمِينَ

Artinya: “Dengan penuh ketulusan, aku menyerahkan diriku seutuhnya kepada Sang Pencipta langit dan bumi. Aku tunduk dan patuh kepada-Nya dengan hati yang ikhlas. Seluruh hidupku, dari shalat, ibadah, hingga kematian, aku persembahkan hanya untuk Allah SWT, Tuhan semesta alam. Dia adalah satu-satunya Tuhan yang patut disembah, tanpa sekutu sedikitpun. Inilah perintah yang aku terima, dan dengan penuh keyakinan aku menjadi bagian dari kaum muslimin.”³

² Muhammad Basyrul Muvid, “*Pendidikan Tasawuf: Sebuah Kerangka Proses Pembelajaran Sufistik Ideal Di Era Milenial*”, (Surabaya: Pustaka Idea, 2019) hal. 105

³ M. Abdul Mujieb, dkk, “*Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*”, (Jakarta Selatan: Hikmah PT. Mizan Publika 2009), hal. 539

Dengan demikian, seseorang yang melakukan *Tawajjuh* menghadapkan diri kepada Allah SWT dengan maksud menyerahkan diri dan berusaha menjaga hati serta pikirannya untuk selalu mengingat Sang Pencipta serta diberikan rasa ketenangan pada jiwanya.

Ketenangan jiwa bagaikan mengendalikan diri dari godaan hawa nafsu. Hawa nafsu dapat menyeret manusia pada jurang putus asa sebelum berusaha, keraguan saat mengambil keputusan, serta perasaan kacau, cemas, depresi, dan amarah. Semua ini adalah fitrah manusia, ada yang mampu mengatasinya, dan ada yang terjebak di dalamnya. Kecemasan dapat muncul dari berbagai situasi, terutama di era modern ini dengan segudang pilihan dan hal baru yang seringkali memicu kebingungan dan kekesalan. Dalam situasi ini, individu mungkin merasa hampa dan kehilangan arah.⁴

Ketenangan bagaikan sumber air di tengah gurun kehidupan yang penuh gejolak. Setiap insan mendambakannya, baik ketenangan pikiran, raga, maupun jiwa. Ketenangan ini menjadi kunci kebahagiaan sejati, fondasi kokoh dalam menjalani hidup. Tanpa ketenangan, rasa cemas, depresi, keraguan diri, dan berbagai emosi negatif lainnya akan mudah menguasai. Ketenangan jiwa merupakan anugerah terindah, di mana jiwa terhubung dengan kedamaian hakiki, mengendalikan hawa nafsu, dan senantiasa dekat dengan Allah SWT.⁵

Kondisi santri yang ada di Pondok Pesantren Luqman Hakim menunjukkan adanya ketidaktenangan pada jiwa mereka seperti, gelisah, pesimis, jauh dari Allah, kurang bersyukur, sulit mengelola emosi, hilangnya rasa kepercayaan diri dan kurangnya bersemangat dalam menjaani kehidupan. Sedangkan menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mental atau ketenangan jiwa adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri sendiri antara manusia dengan

⁴ KH. Adrian Mafatillah Kariem, "*Lepas Dari Lepas Hidup: Terapi Islam Agar Hidup Lebih Bermakna*", (Jakarta: Republik Penerbit, 2017), hal.194

⁵ Fery Taufiq El-aquene, "*Keajaiban Tahajud, Subuh dan Dhuha*" (Yogyakarta: Araska, 2019), hal.195

dirinya sendiri dan lingkungannya berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia dunia dan akhirat.⁶

Al-Qur'an mengatakan bahwa ketenangan hati dapat dicapai melalui mengingat Allah SWT atau melalui berdzikir. Hal ini disebutkan dalam ayat 28 surah ar-ra'd.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “yaitu, orang-orang yang beriman dan hatinya menjadi tenang dengan mengingat Allah SWT, sesungguhnya hanya mengingat Allah SWT hati menjadi tenang.”

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikatakan bahwa kegiatan tawajuhan ampuh menenangkan jiwa dan selalu mengingat Allah SWT dalam segala aktivitas melalui dzikir. Pernyataan tersebut diperkuat dengan wawancara penulis dan pengasuh pondok pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

“kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap malam Rabu untuk anak-anak yang di harapkan dapat memberikan dampak positif ketenangan jiwa pada santri”.⁷

Data yang diperoleh dari pengasuh pesantren mengungkapkan bahwa kegiatan yang dilaksanakan setiap malam Rabu dapat memberikan efek positif dan dapat menenangkan jiwa santri. Pertanyaan lain diperoleh dari seorang santri berinisial Laras yang mengatakan:

“Ketika seseorang menghadapi suatu permasalahan maka jalan keluarnya adalah dengan mendekatkan diri kepada Allah salah satunya dengan mengikuti Tawajjahan, karena dalam Tawajjahan ada benang merah permasalahannya diserahkan kepada Allah SWT, selain itu juga ada upaya untuk mencari jalan keluarnya. solusi untuk mengatasi masalah tersebut, karena segala

⁶ Susilawati, “Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjad”, (Lampung: Skripsi, 2017), hal 18.

⁷ KH. Imronudin pengasuh Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Rowolaku-Kajen-Pekalongan, 07 Januari 2024

sesuatu datang dalam hidup kita dari Allah SWT dengan izin. Mengingat Allah SWT membangkitkan pikiran positif, semangat dan kebahagiaan meningkat.”⁸

Berdasarkan kenyataan di atas maka penulis terdorong untuk meneliti **“KEGIATAN TAWAJJUHAN UNTUK KETENANGAN JIWA PADA SANTRI PONDOK PESANTREN LUQMAN HAKIM ROWOLAKU”** sekaligus menjadikannya judul skripsi yang dikerjakan penulis.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi ketenangan jiwa santri sebelum dan sesudah kegiatan *Tawajjuhan*?
2. Bagaimana kegiatan *Tawajjuhan* untuk ketenangan jiwa pada santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku?

C. Tujuan Penelitian

Dari latar belakang dan rumusan diatas, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kondisi ketenangan jiwa santri sesudah dan sebelum melakukan praktik *Tawajjuhan*.
2. Untuk mengetahui kegiatan *Tawajjuhan* untuk ketenangan jiwa pada santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki dua kegunaan, yaitu:

1. Kegunaan teoritis

Sebagai karya tulis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan bidang keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi khususnya pada *Tawajjuhan* untuk ketenangan jiwa.

⁸ Laras, Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Rowolaku-Kajen-Pekalongan, 07 Januari 2024

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi peneliti yang akan datang, dapat menambah pengetahuan keilmuan serta referensi mengenai *Tawajjuh* sebagai terapi untuk ketenangan jiwa.
- b. Bagi Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dalam pelaksanaan *Tawajjuh* untuk kedepannya.
- c. Bagi santri Pondok Pesantren Luqman Hakim, dapat membantu untuk mengembangkan kesadaran akan dimensi spiritual, mengelola emosional dalam kehidupan sehari-hari.
- d. Dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan salah satu rujukan bagi masyarakat dalam mempelajari *twajjuh* sebagai bentuk untuk ketenangan jiwa.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. *Tawajjuh*

Tawajjuh, atau dulu lebih dikenal dengan istilah tafakkur, merupakan ilmu untuk menyatukan, menunggalakan, meneguhkan, atau mengkonsentrasikan ingatan batin atau *hudhurul qolbi* (hadirnya hati), yakni dengan mengosongkan hati dari segala macam hal kecuali makna kata-kata yang terucap dalam *Tawajjuh*. Lawan dari *hudhur* adalah *ghoflah*. *Ghoflah* adalah penyebab utama penderitaan, baik secara zahir, batin, mental, emosi, dan sebagainya. Orang yang memiliki ketidaktenangan dalam jiwa atau batinnya dapat ditangani melalui amaliah tawajjuh ini. Tawajjuh merupakan tradisi yang terus menerus diperihara oleh para Sufi sejak zaman Baginda Nabi Muhammad SAW sebagai alat atau tarekat handalan

untuk membersihkan batin dan memurnikan jiwa yang menjadikan kondisi jiwa menjadi tenang.⁹

Dalam buku *ensiklopedia tasawuf Imam Al-Ghazali* karya M. Abdul Mujieb dkk, dikatakan tawajjuh artinya menghadap, mengarahkan, atau memperuntukkan. Menghadapkan diri dan membulatkan hati kepada Allah swt. Dengan seluruh jiwa, raga, dan aktivitas seseorang yang sedang bertawajjuh haruslah tertuju kepada Allah swt. Rasulullah saw. Sebagai teladan bagi seluruh umatnya telah berhasil mewujudkan pengabdianya secara sempurna. Shalatnya, ibadahnya, dan seluruh hidup dan matinya benar-benar hanya diperuntukkan (*tawajjuh*) bagi Allah swt sang Sang Maha Pencipta alam semesta yang tidak ada sekutu bagi-Nya.¹⁰ Implementasi secara umum dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti pelaksanaan atau penerapan. Istilah implementasi biasanya dikaitkan dengan suatu kegiatan yang dilaksanakan untuk mencapai tujuan tertentu. Dengan demikian kegiatan *Tawajjuhan* adalah suatu kegiatan yang harus disertai sarana yang mendukung yang nantinya akan menimbulkan dampak atau akibat terhadap seseorang yang melaksanakannya.¹¹

b. Ketenangan jiwa

Ketenangan jiwa merupakan istilah psikologi yang terdiri dari dua kata yaitu jiwa dan ketenangan. Secara bahasa jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa, atau alat untuk berfikir. Sedangkan dalam bahasa Arab disebut *an Nafs*. Imam al-Ghazali, seorang tokoh tasawuf mengatakan bahwa jiwa merupakan suatu yang halus dari manusia, yang mengetahui dan merasa.

⁹ *Ibid*, hal. 15

¹⁰ M. Abdul Mujieb dkk, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: Mizan Publika, 2009), hal., 539-540

Sedangkan ketenangan berasal dari kata tenang yang mendapat tambahan ke-an. Terenang berarti diam tidak berubah-ubah (diam tidak bergerak), tidak gelisah, tidak susah, tidak ribut, tidak tergesah-gesah.

ketenangan jiwa dapat ditandai dengan rasa damai, emosi yang seimbang, rasa puas dengan hidup, penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemampuan dalam menghadapi masalah, hubungan sosial yang sehat, dan hidup sesuai dengan nilai-nilai agama. Di saat jiwa dilanda keresahan, agama hadir sebagai penunjuk jalan dan penyejuk hati. Dengan mengenal dan menjalankan ajaran agama, seseorang dapat meraih ketenangan jiwa. Berbagai upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, seperti shalat, dzikir, membaca Al-Qur'an, dan sedekah, menjadi langkah nyata dalam mencapai ketenangan jiwa.¹² Ketenangan jiwa adalah ketenangan jiwa, kesejahteraan jiwa, atau Kesehatan mental. Menurut Zakiah Daradjat, Kesehatan mental atau ketenangan jiwa adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri sendiri anantara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia dunia dan akhirat.¹³ Sedangkan menurut Imam Al-Ghazali jiwa yang tenang ialah jiwa yang diwarnai dengan sifat-sifat yang mmyebabkan selamat dan bahagia. Diantaranya adalah memiliki rasa sabar, optimis, memiliki rasa syukur dan dekat dengan Allah.¹⁴

¹² Nur Fitriyani Hardi, L.Fina Mahzuni Azki Sururi, "Ketenangan Jiwa dan *Psychological Well-Being*: Studi Pada Santri Mahasiswa Di Pondok Pesantren", (Yogyakarta: *JPI: Jurnal Psikologi Islam* Vol. 1, No. 2, 2022), hal. 3

¹³ Susilawati, "Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat", (Lampung: *Skripsi*, 2017), hal 18.

¹⁴ Zagran Redeska, "Ketenangan Jiwa Menurut Al-Ghazali", (Riau: *Skripsi Fakultas Usluhuddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim*, 2021) hal. 58

2. Penelitian Relevan

Berdasarkan hasil riset yang telah dilakukan, ditemukan kajian-kajian penelitian terdahulu yang masih berkaitan dengan tema yang diangkat namun dalam hal ini tidak ditemukan judul yang sama. Adapun penelitian yang memiliki kedekatan dengan penelitian yang dilakukan sebagai berikut:

- a. Nurjanah, 2018, pada penelitian "*Implikasi Majelis Taklim dan Tawajjuh terhadap Partisipasi Masyarakat*", hasil penelitiannya adalah partisipasi aktif dari jamaah majlis taklim dan *Tawajjuhan* sangat penting. Melalui pengajian tersebut seluruh jamaah memperoleh Pendidikan tentang nilai-nilai keislaman yang dimana sistem ini dijadikan dasar untuk berinteraksi dalam masyarakat luas. Setelah mengikuti pengajian pada majlis taklim dan tawajjuh jamaah mengalami perubahan akhlak, terjalinnya hubungan baik dengan sesama masyarakat dan dapat menghindari ghibah.¹⁵Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang sedang diteliti adalah penelitian terdahulu meneliti untuk mengetahui implikasi majelis terhadap patisipasi para jamaah majlis taklim dan *Tawajjuhan* sedangkan penelitian yang sedang diteliti mengenai pelaksanaan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan jiwa seseorang. Persamaan pada penelitian ini adalah sama sama menggunakan metode penelitian kualitatif namun dengan pendekatan yang berbeda peneliti terdahulu menggunakan deskriptif sedangkan penulis menggunakan fenomenologi.
- b. Diah Puji Astuti, 2017, "*Pelaksanaan Dzikir Untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana di Rumah*

¹⁵ Nurjanah, "Implikasi Majelis Taklim dan Tawajjuh Terhadap Partisipasi Masyarakat", (Aceh: Vol 20 No 2: *Substantia Jurnal Ilmu-ilmu Ushuluddin* 2018)

Tahanan Negara Kelas II B Boyolali".¹⁶ Hasil penelitiannya adalah untuk mengetahui pelaksanaan dzikir dalam menumbuhkan ketenangan jiwa narapidana, Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang sedang diteliti adalah terletak pada tempat pelaksanaannya. Persamaan dalam penelitian ini adalah membahas mengenai ketenangan jiwa.

- c. Aulia Satriani, 2018, pada penelitian "*Tradisi Suluk dan Tawajjuh Di Dayah Nurul Yaqin Desa Limun Saring Kecamatan LABuhan Haji Timur Kabupaten Aceh Selatan*".¹⁷ Hasil penelitiannya adalah untuk mengetahui pelaksanaan serta makna dari tradisi suluk dan tawajjuh yang ada ditempat tersebut, melalui tradisi seseorang dapat mendekatkan diri kepada Allah swt. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang sedang diteliti adalah penelitian terdahulu meneliti untuk mengetahui pelaksanaan dan makna suluk dan *Tawajjuhan* sedangkan penelitian yang sedang diteliti mengenai pelaksanaan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan jiwa seseorang. Persamaan pada penelitian ini yakni sama-sama membahas mengenai *Tawajjuhan*, yang dimana kegiatan *Tawajjuhan* bertujuan untuk menfokuskan diri kepada Allah dan selalu dekat dengan-Nya.
- d. M. Ma'ruf, 2018, pada penelitian "*Nilai-Nilai Edukatif Dalam Tasawuf: Telaah Terhadap Tawajuhan Thariqah Qodariyyah Wa Naqsabandiyyah (Srudi Kasus Di*

¹⁶ Diah Puji Astuti, "Pelaksanaan Dzikir Untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana Di Rumah Tahanan Negara Kelas II B Boyolali", (Surakarta: skripsi, 2017)

¹⁷ Aulia Satriani, "Tradisi Suluk dan Tawajjuh Di Dayah Nurul Yaqin Desa Limun Saring Kecamatan LABuhan Haji Timur Kabupaten Aceh Selatan", (Aceh: Skripsi, 2018)

Pondok Pesantren Cabean Pesuruan Jawa Timur).¹⁸

Hasil penelitiannya adalah untuk mendeskripsikan dan mengeksplorasi nilai-nilai edukatif dalam tasawuf yang diterapkan pada Thariqah Qodariyyah Wa Naqsabandiyyah di Pondok Pesantren At-Taqwa Cabean Pasuruan yang dimana terdapat tiga hal yaitu kedamaian dan ketenangan hati, *tawadhu'* (rendah diri atau rendah hati), dan kebahagiaan lahir dan batin. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang sedang diteliti terletak pada pendekatan metodologi. Peneliti terdahulu menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif sedangkan yang sedang diteliti menggunakan pendekatan fenomenologi kualitatif.

Dari beberapa penelitian yang relevan diatas penelitian yang ditulis memiliki pembaharuan yang berupa peningkatan dalam sebuah teori dan pendekatan dalam metodologi yang digunakan oleh penulis.

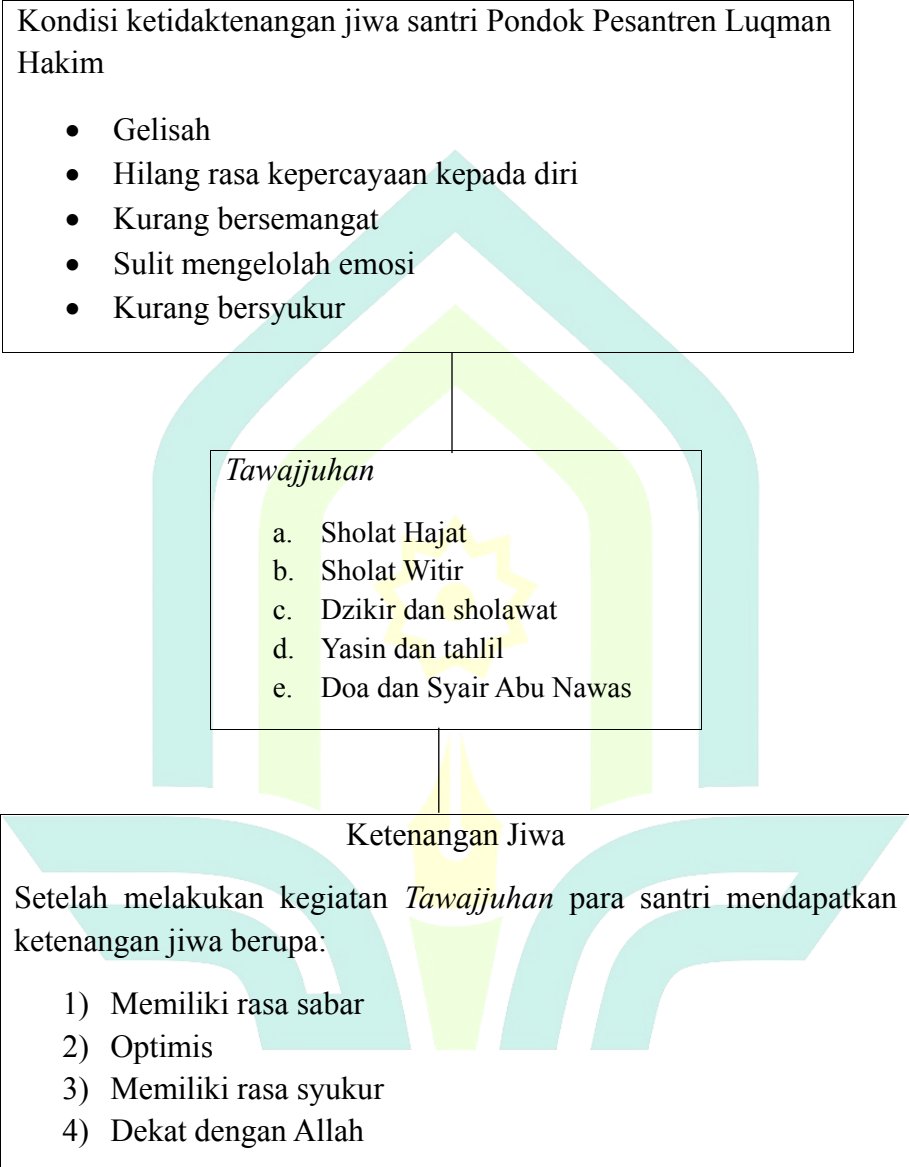
F. Kerangka Berfikir

Tawajjuhan merupakan sebuah kegiatan yang dapat membantu untuk ketenangan jiwa seseorang. Yang dimana kondisi santri yang ada di Pondok Pesantren Luqman Hakim menunjukkan adanya ketidaktenangan pada jiwa mereka seperti, gelisah, pesimis, jauh dari Allah, kurang bersyukur, sulit mengelola emosi, hilangnya rasa kepercayaan diri dan kurangnya bersemangat dalam menjaani kehidupan.¹⁹ Yang dimana kondisi tersebut sangat mengganggu ketenangan jiwa santri dan juga sulitnya untuk berkonsentrasi ataupun berpikir dengan jernih. Dengan adanya *Tawajjuhan* ini dapat membantu untuk menenangkan jiwa santri yang dimana telah disampaikan oleh Al-Ghazali mengenai aspek-aspek ketenangan jiwa

¹⁸ M. Ma'ruf, pada penelitian Nilai-Nilai Edukatif Dalam Tasawuf: Telaah Terhadap Tawajjuhan Thariqah Qodariyyah Wa Naqsabandiyyah (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Cabean Pesuruan Jawa), (*Jurnal Al-Makrifat* vol. 3, No. 1, 2018)

¹⁹ Observasi Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, Pekalongan, 15 Juli 2024

meliputi memiliki rasa sabar, optimis, memiliki rasa syukur dan dekat dengan Allah.²⁰ Untuk memudahkan para pembaca penulis membuatnya dalam tabel kerangka berfikir sebagai berikut:



Tabel 1.1. Kerangka berfikir

²⁰ Imam al-Ghazali, “Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qolbi Terj. Ismail Yakub. Jilid 4” (Jakarta: Tirta Mas 1984) hal. 123

G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Field Research* (penelitian lapangan). Menurut Dedy Mulyana penelitian lapangan (*Field Research*) adalah jenis penelitian yang mempelajari fenomena dalam lingkungannya yang alamiah.²¹

b. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Bogdan dan Taylor, menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.²² Sedangkan metode fenomenologi adalah metode yang dimulai oleh Edmund Husserl dan dikembangkan oleh Martin Heidegger untuk memahami atau mempelajari pengalaman hidup manusia. Penelitian ini berfokus untuk memeriksa/meneliti esensi atau struktur pengalaman ke dalam kesadaran manusia.²³

2. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang dikumpulkan langsung dari objek penelitian, tanpa perantara pihak lain. Peneliti berperan aktif dalam mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen yang telah disiapkan. Data primer diperoleh di lokasi penelitian, bukan dari

²¹ Dedy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif (Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya)*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004, hlm. 160.

²² I Wayan Suwendra, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan dan Keagamaan*, (Bandung: Nilacakra, 2018), hal., 4

²³ Helaluddin, *Mengenal Lebih Dekat Dengan Pendekatan Fenomenologi: Sebuah Penelitian Kualitatif*, (Makasar: UIN Sultan Maulana Hasanuddin, *Artikel*, 2018) hal., 7

sumber yang sudah diolah sebelumnya. Hal ini memastikan keaslian dan keakuratan data.²⁴

Data primer dalam penelitian ini didapatkan dari pengasuh dan santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku yang sudah melaksanakan kegiatan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan jiwa para santri. Data tersebut didapat dari informan dari 3 tingkatan karakteristik yakni sebagai berikut:

1. Santri baru dan belum pernah mondok sama sekali memiliki karakter yang susah diatur, sopan, sering melanggar beberapa peraturan, masih sering pulang ke rumah setiap minggu sekali.
2. Santri baru namun sudah lama mondok sebelumnya, memiliki karakter pendiam, sopan, ramah.
3. Santri baru yang sudah lama tinggal di Pondok sekarang, memiliki karakter pendiam, tidak mau ikut campur urusan orang, legowo.

Dari 3 klasifikasi diatas, diambil perwakilan 1 orang santri sehingga jumlahnya 3 orang santri sebagai sumber untuk mendapatkan data tersebut.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan sumber data yang tidak secara langsung memberikan informan untuk pengumpulan data, seperti dari atau melalui orang lain dari suatu dokumen. Data sekunder berasal dari dokumen, arsip, buku literatur atau media alternative lain yang berkaitan dengan permasalahan dan sumber bahan yang dibahas dalam penelitian ini untuk menyusun literatur berdasarkan landasan teori²⁵

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

²⁴ Deni Darwaman, *Metode Penelitian Kualitatif*, Cet. Ke-II, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), hal, 1-3

²⁵ *Ibid*, hal, 13

Wawancara adalah sebuah metode penelitian yang melibatkan percakapan tatap muka antara peneliti dan informan untuk mendapatkan informasi. Dalam wawancara, peneliti mengajukan pertanyaan lisan kepada informan dan mencatat jawabannya. Teknik ini digunakan ketika peneliti membutuhkan interaksi langsung dengan informan untuk menggali informasi yang lebih mendalam dan memahami perspektif mereka. Wawancara yang dilakukan oleh peneliti yaitu wawancara terstruktur, yang dimana memiliki daftar pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya dan urutannya pun sudah diatur.²⁶

Wawancara dilakukan untuk memperoleh data mengenai bagaimana ketenangan jiwa santri sesudah dan sebelum praktik *Tawajjuhan* di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku dan kegiatan *Tawajjuhan* untuk ketenangan jiwa santri .

b. Observasi

Observasi merupakan bagian dari pengumpulan data. Observasi srtinya mengumpulkan informasi langsung dari lapangan. Informasi yang diamati dapat berupa gambaran sikap, tingkah laku, Tindakan, komunikasi umum antar manusia.²⁷ Hasil penelitian ini meliputi observasi terhadap pelaksanaan *Tawajjuhan*. Observasi dilakukan untuk mengetahui implementasi *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan jiwa santri dan bagaimana ketenangan jiwa santri ssesudah dan sebelum praktik *Tawajjuhan* di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

²⁶ Etta Mamang Sangadji, Sopiah, *Metodologi Penelitian-Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2010), hal.,171

²⁷ Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif, Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*, (Gransindo), hal.,112

c. Dokumentasi

Dokumentasi berarti mengumpulkan informasi dengan cara mencari catatan-catatan atau dokumen-dokumen yang ada berkaitan dengan masalah penelitian untuk memperoleh informasi berupa naskah teks atau foto-foto yang berkaitan dengan masalah penelitian.²⁸ Di dalam penelitian ini meliputi data Pondok Pesanten Luqman Hakim Rowolaku, dokumentasi kegiatan *Tawajjuh*, dan dokumentasi wawancara.

Dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan sebuah data tentang bagaimana implementasi *Tawajjuh* untuk meningkatkan ketenangan jiwa santri dan bagaimana ketenangan jiwa santri sesudah dan sebelum praktik *Tawajjuh* di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses pengumpulan data secara sistematis untuk mempermudah peneliti dalam memperoleh kesimpulan. Menurut Miles dan Huberman analisis terdiri dari empat alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.²⁹ Berikut penjelasannya:

a. Pengumpulan data

Tahap ini melibatkan pengumpulan semua data yang relevan untuk penelitian yang diperoleh dari berbagai sumber seperti, survai, wawancara, observasi, dokumentasi, dan lain-lain.

b. Reduksi data

Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menonjolkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasikan data sedemikian rupa

²⁸ Rukin, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Surabaya: CV Jakad Media Publishing, 2021), hal.,72

²⁹Samiaji Sorasa, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2021), hal. 3

sehingga diperoleh kesimpulan akhir dan terifikasi. Dalam hal ini peneliti memfokuskan penelitian tentang implementasi *Tawajuhan* untuk meningkatkan ketenangan jiwa santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

c. Penyajian data

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk tabel, gambar, diagram, atau narasi deskriptif. Tujuan dari penyajian data ini adalah untuk membuat informan yang terkandung dalam data menjadi lebih mudah dipahami dan digunakan dalam proses analisis. Untuk penyajian data pada peneliti ini yaitu dengan bentuk narasi deskriptif.

d. Penarikan kesimpulan

Pada tahap ini, peneliti melakukan interpretasi terhadap data yang telah disajikan dan mencoba untuk menyimpulkan temuan atau pola yang muncul dari data tersebut.

H. Sistematika Penulisan

Demi memberikan pemahaman yang menyeluruh tentang skripsi ini, peneliti membaginya menjadi lima bab yang saling terhubung dan berkesinambungan. Hal ini menjadikan skripsi ini sebagai sebuah kesatuan yang utuh dan tak terpisahkan. Berikut merupakan sistematika pembahasan dalam skripsi ini:

Bab I membahas tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistem pembahasan.

Bab II memuat tiga sub pembahasan. Subbab pertama membahas tentang pengertian tawajuhan, hukum tawajuhan, waktu pelaksanaan tawajuhan dan tata cara pelaksanaan tawajuhan. Subbab kedua membahas tentang pengertian ketenangan, tingkatan jiwa, faktor yang mempengaruhi ketenangan jiwa, dan ciri-ciri ketenangan jiwa. Dan subbab yang ketiga membahas tentang behaviorisme.

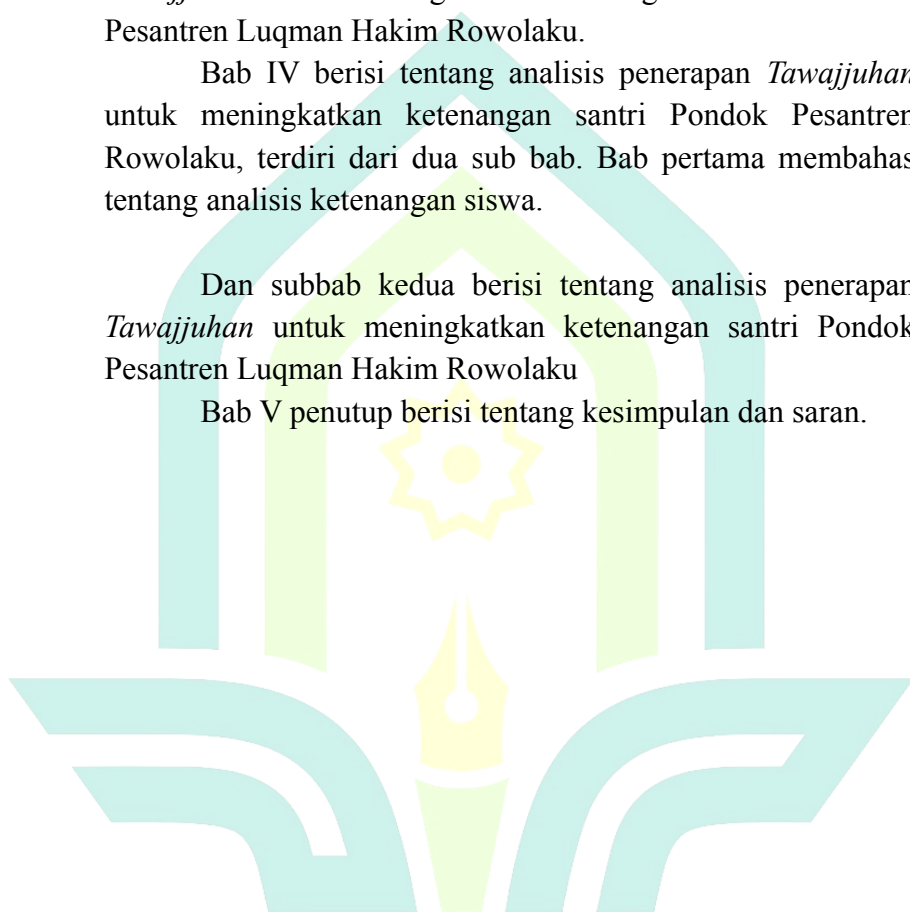
Bab III berisi gambaran umum dan hasil penelitian tentang pelaksanaan tawajuhan untuk meningkatkan

ketenangan santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku. Tinjauan tersebut mencakup gambaran umum lokasi penelitian, yaitu. Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolak dan gambaran pelaksanaan *Tawajjuhan*. Hasil penelitian terdiri dari dua subbagian. Subbab pertama mengupas tentang keadaan damai jiwa santri. Subbab kedua mengkaji penerapan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku.

Bab IV berisi tentang analisis penerapan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan santri Pondok Pesantren Rowolaku, terdiri dari dua sub bab. Bab pertama membahas tentang analisis ketenangan siswa.

Dan subbab kedua berisi tentang analisis penerapan *Tawajjuhan* untuk meningkatkan ketenangan santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku

Bab V penutup berisi tentang kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

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

1. Kondisi ketenangan jiwa santri sebelum dan sesudah melakukan kegiatan *Tawajjuh*. Sebelum *Tawajjuh*, Nanda (Pesimis, jauh dari Allah, bingung, gelisah, resah, ingin mencari ketenangan batin). Mauli (Pesimis, tidak sabar, rumpek/sumpek, sulit berkonsentrasi, selalu bertanya tentang kemampuan diri, tergesah-gesah). Laras (Tidak sabar, jauh dari Allah, mudah emosi, merasa jauh dari jalan Allah). Adapun perubahan positif setelah *Tawajjuh* Nanda (Memiliki rasa syukur, optimis, dan dekat dengan Allah, dapat berpikir jernih, menerima keadaan, semangat baru, tersentuh hatinya, ingin menjadi pribadi yang lebih baik). Mauli (Memiliki rasa sabar, optimis, dan dekat dengan Allah). Laras (Memiliki rasa sabar, syukur, optimis, dan dekat dengan Allah).
2. Kegiatan *Tawajjuh* di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku merupakan sebuah praktik spiritual yang bertujuan untuk membantu para santri mencapai ketenangan jiwa dan kedekatan dengan Allah SWT. Pelaksanaan *Tawajjuh*: Sholat hajat (4 rakaat 2 kali salam), Sholat witr (minimal 1 rakaat, maksimal 11 rakaat), Pembacaan dzikir dan sholawat, Yasin dan tahlil, Doa dan Syair Abu Nawas (I'tikaf). Waktu Pelaksanaan setiap malam Rabu, mulai jam 21.30 WIB. Untuk mendapatkan ketenangan jiwa para santri melakukan kegiatan tersebut ada yang cukup satu kali ada juga yang sampai 4 empat kali. *Tawajjuh* secara rutin (istiqomah) dapat membantu mencapai ketenangan jiwa yang lebih lama. Istiqomah memungkinkan seseorang untuk mencapai manfaat-manfaat secara tetap dan teratur. Dengan demikian *Tawajjuh* yang dilakukan secara khusus dan

istiqomah dalam pelaksanaannya, menjadi bagian penting dari upaya para santri di Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku untuk mencapai ketenangan jiwa dan kedekatan dengan Allah SWT. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28 bahwa hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar meningkatkan lagi ketelitian baik dalam segi kelengkapan data mulai dari informan, data- data lapangan yang diperoleh dari data penelitian yang telah dilakukan sehingga penelitian tersebut bisa berjalan menjadi lebih baik lagi.

2. Pengasuh Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku

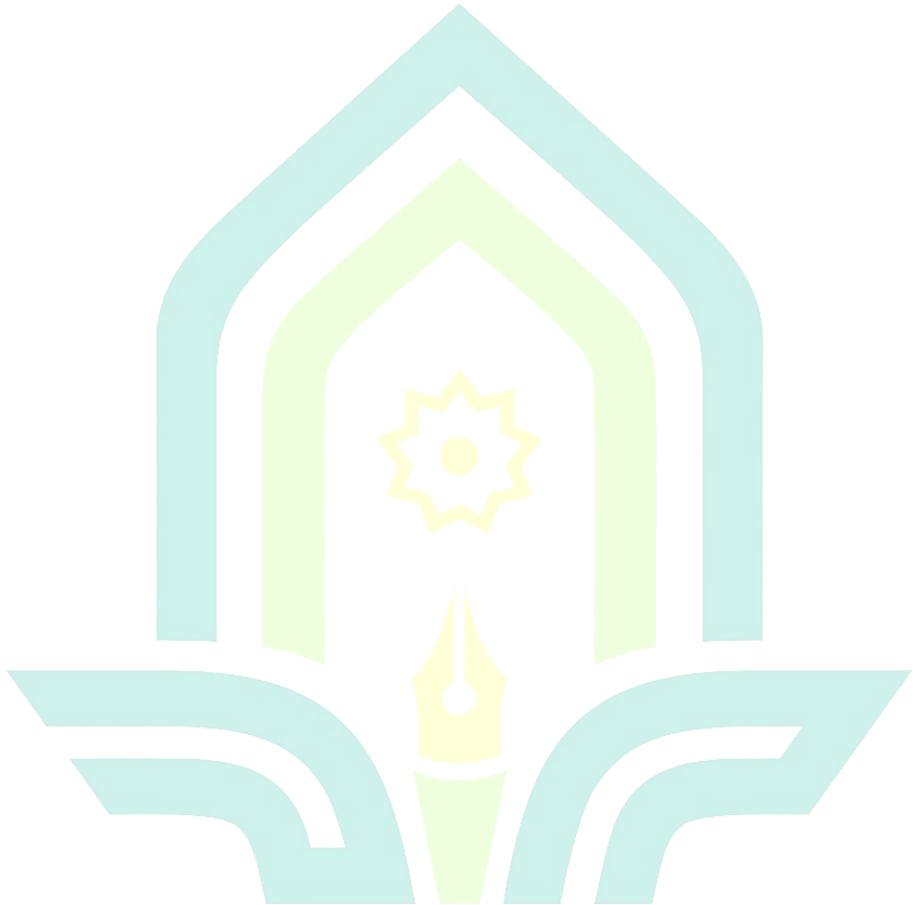
Implementasi *Tawajjuhan* di Pondok Pesantren Luqman Hakim agar ditingkatkan kembali mengenai waktunya sehabis sholat isyha jam 21.00 agar ketenangan jiwa seseorang juga semakin meningkat serta semakin kuat untuk memiliki rasa syukur, sabar, dan dekat dengan Allah SWT. diadakannya konseling sebaya agar santri yang memiliki masalah baik di perkuliahan, pondok ataupun di rumah dapat diatasi dan dicarikan solusi melalui sesi konseling tersebut.

3. Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku

untuk menguatkan dan meningkatkan ketenangan jiwa melalui *Tawajjuhan*, maka santri harus menanamkan makna disetiap bacaan dzikir dan sholawat kedalam hati dan mempraktekan makna tersebut kedalam tingkah laku agar hati dan pikiran merasa aman, nyaman dan tentram ketika menghadapi masalah. Jadikan pelaksanaan *Tawajjuhan* sebagai pegangan hidup untuk meminta kepada Allah SWT agar diberi perlindungan serta diri kita selalu dekat dengan-Nya. Dan selalu bersholawat agar kita selalu mendapatkan syafaat di akhirat kelak.

4. Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian bagi masyarakat agar selalu berdzikir dan berdoa kepada Allah SWT dan tetap menjaga jiwanya agar tidak mudah goyah ketika mendapi masalah.



DAFTAR PUSTAKA

- Al Mahfani Khalilurrahman M, 2006, *Keutamaan Doa dan Dzikir Untuk Hidup Bahagia Sejahtera*, (Jakarta:PT WahyuMedia)
- Al-Ghazali Imam, *Ihya Ulumuddin Bab Ajaibul Qalbi*. Terj. Ismail Yakub. Jilid 4. (Jakarta: Tirta Mas, 1984)
- Astuti Puji Diah, 2017, "Pelaksanaan Dzikir Untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana Di Rumah Tahanan Negara Kelas II B Boyolali", (Surakarta: skripsi)
- Ahmad Fajri, 2007, "Metode Dakwah *suluk* dan *Tawajjuh* dalam Tarekat Naqshabandiyah", (Jurnal: *Media Komukasi dan Dakwah*, Vpl. 12 No. 02, 2022)
- Kairunnas Rajab, "Al- Maqam dan Al-Ahw al Dalam TASawuf", (Jurnal *Ushuhuddi, Universiti Malaya*), <https://jummec.um.edu.my/index.php/JUD/article/view/5078>
- Ainun Hilda, 2024, pengurus Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, Wawancara Pribadi, Kajen-Pekalongan, 20 Mei
- Bugin B., 2015, *Penelitian Kualitatif: KOMunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Bandung: Kencana Prenada Media Group)
- Barsihannor dan Nizar, 2017, Pemikiran Etika Ibn Miskawih, (Jurnal: *Kuriositas* vol 11, no. 1, Juni)
- Brosur Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku
- Creswell W. J, 2016, *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*, (Jakarta: Pustaka pelajar)
- Conny R. Semiawan, 2016 *Metode Penelitian Kualitatif, Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*, (Gransindo)
- Djamaludin Ancok, dkk, 2011, "Psikologi Islami solusi islam atas Problem-problem psikologi", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet VII, Desember)
- Darwaman Deni, 2014, *Metode Penelitian Kualitatif*, Cet. Ke-II, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya)
- Daradjat Zakiah, 1982, Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental. cet. IV, (Jakarta: Bulan Bintang)

- El-aquene Fery Taufiq, 2019 “*Keajaiban Tahajud, Subuh dan Dhuha*” (Yogyakarta: Araska)
- Hayat J. Teten, 2022, *Meditasi Tawajjuh: Latihan Kosentrasi dan Keteguhan Batin*, (Guepedia)
- Helaluddin, 2018, Mengenal Lebih Dekat Dengan Pendekatan Fenomenologi: Sebuah Penelitian Kualitatif, (Makasar: UIN Sultan Maulana Hasanuddin, *Artikel*)
- Hawari Dadang, 2005, *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*. (Jakarta: Balai Penerbit FKUI)
- Hakim Awaludin, 2017, Doa Dalam Perspektif AlQuran Kajian *Tafsir Ibnu Kathir dan Tafsir Al-Azhar*, (*Jurnal al-Fath*, Vol. 11 No. 01)
- Havis Aravika, Achmad Irwan Hamzani, Nur Khasanah, 2021, “Dinamika Kepribadian dalam Perspektif Psikologi Islam: Telaah Konsep Amarah, Lawwamah, dan Muthmainnah serta Kolerasinya dengan Iman, Islam, dan Ihsan”, (*Jurnal: sosial dan Budaya Syar-I*, Vol. 8 No. 2)
<https://ldtqn.or.id/berusaha-istiqomah-dalam-beribadah/>, (di uploud pada 15 juni 2023)
- Ibrahim Syauqi Ahmad , 2011, *Misteri Potensi Gaib Manusia*, (Jakarta: Qisthi Press)
- Ismail Usman Asep, 2023, *Kuliah Akhlak Tasawuf*, (Jakarta: PT Bumi Aksara)
- Sahara Adjie Samudra, “Aspek Teologi Dalam Islam”, (*Makalah Studi Islam*,
https://www.academia.edu/35288865/Aspek_Teologi_dalam_Islam)
- Kamaluddin M ,2016, *Rahasia Kedasyatan Sholat Sunnah Setahun Penuh*, (Pustaka Ilmu Semesta)
- KH. Imronudin pengasuh Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Rowolaku-Kajen-Pekalongan, 07 Januari 2024
- Laras, Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Pekalongan, 15 Juli 2024,

- Muvid Basyrul Muhammad, 2019, *“Pendidikan Tasawuf: Sebuah Kerangka Proses Pembelajaran Sufistik Ideal Di Era Milenial”*, (Surabaya: Pustaka Idea)
- Mafatillah Kariem Adrian KH, 2017, *“Lepas Dari Lepas Hidup: Terapi Islam Agar Hidup Lebih Bermakna”*, (Jakarta: Republik Penerbit,)
- Mujieb Abdul M, dkk, 2009, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: Mizan Publika)
- Ma’ruf M, 2018, “Nilai-Nilai Edukatif Dalam Tsawuf: Telaah Terhadap Tawajuhan Thariqah Qodariyyah Wa Naqsabandiyyah” (Srudi Kasus Di Pondok Pesantren Cabean Pesuruan Jawa), (*Jurnal Al-Makrifat* vol. 3, No. 1)
- Mulyana Dedy, 2004, *Metodologi Penelitian Kualitatif (Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya)*, Bandung:Remaja Rosdakarya
- Moleong, LJ, 2017, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (PT Remaja Rosdakarya)
- Mawangir Muhammad, 2017, “Zakiah Daradjat Dan Pemikirannya Tentang Peran Pendidikan Islam Dalam Kesehatan Mental”, *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama* 16, no. 2)
- Makarim Rizal Fadli, <https://www.halodoc.com/artikel/ini-ciri-ciri-seseorang-mengalami-gangguan-kesehatan-mental> ,
- Mauli, Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Pekalongan, 15 Juli 2024
- Nanda, Santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Pekalongan, 15 Juli 2024
- Nurul Khair dan Kirana Fatmawati, 2022, Psikologi Islam Ibn Miskawaih Dalam Rehabilitasi Penyakit Mental Manusia, (*Jurnal keislaman dan Humaniora: Islamika Inside*, vol. 8, no. 2)
- Nurjanah, 2018, “Implikasi Majelis Taklim dan Tawajjuh Terhadap Partisipasi Masyarakat”, (Aceh: Vol 20 No 2: *Substantia Jurnal Ilmu-ilmu Ushuluddin*)
- Observasi Pondok Pesantren Luqman Hakim rowolaku

Rosni Lubis, Safrudin, Sri Mulyati, 2018, *Pengembangan Kepribadian dan Profesionalisme Bidan*, (Malang: Wineka Media)

Sururi Azki Mahzuni, Nur Fitriyani Hardi, L.Fina, 2022, "Ketenangan Jiwa dan *Psychological Well-Being*: Studi Pada Santri Mahasiswa Di Pondok Pesantren", (Yogyakarta: *JPI: Jurnal Psikologi Islam* Vol. 1, No. 2)

Susilawati, 2017, "Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjad", (Lampung: *Skripsi*)

Redeska Zagan, 2021 "Ketenangan Jiwa Menurut Al-Ghazali", (Riau: *Skripsi Fakultas Usluhyudin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim*)

Rahman Arifin, 2016, *Paduan Sholat Wajib & Sunnah Sepanjang Masa Rasulullah*, (Sahih)

Rukin, 2021, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Surabaya: CV Jakad Media Publishing)

Satriani Aulia, 2018, "Tradisi Suluk dan Tawajjuh Di Dayah Nurul Yaqin Desa Limun Saring Kecamatan LAbuhan Haji Timur Kabupaten Aceh Selatan", (Aceh: *Skripsi*)

Suwendra Wayan I, 2018, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan dan Keagamaan*, (Bandung: Nilacakra)

Sopiah, Sangadji Mamang Etta, 2010, *Metodologi Penelitian-Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Offset)

Sari Efiti Ayu, 2015, "Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa Di Majelisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek", (Skripsi, IAIN, Tulung Agung)

Sukma, santri Pondok Pesantren Luqman Hakim Rowolaku, wawancara pribadi, Rowolaku, Kajen, Pekalongan, tanggal 18 Mei 2024

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Sri Indah Maulana Irnasari, yang dilahirkan di Tegal pada tanggal 18 Juni 2001. Anak Keempat dari Lima bersaudara, dari pasangan Bapak Moh. Djamili dan Mama Mundiroh.

Penulis lahir dari keluarga yang sederhana. Jenjang pendidikan formal yang penulis tempuh yaitu mulai dari SDN 02 Balapulang Kulon, lulus pada tahun 2014, lalu melanjutkan MTs Ikhsaniyah Balapulang, lulus pada tahun 2017, kemudian melanjutkan di MA Al-Ittihad Balapulang pada jurusan IPS, lulus pada tahun 2020, dan melanjutkan kuliah di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan dengan jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Usluhuddin Adab dan Dakwah pada tahun 2020.

Selama menjadi mahasiswa di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan Fakultas Usluhuddin Adab dan Dakwah jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Penulis aktif di organisasi Intera dan Ekstra Kampus yaitu:

1. Uni Kegiatan Mahasiswa Fakultas Tazkisoul sebagai anggota pada periode 2021-2022
2. Himpunan Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi sebagai anggota pada periode 2021-2022
3. Ikatan Mahasiswa Tegal sebagai pengurus di bidang Departemen Kewirausahaan pada periode 2022-2023

Demikian Riwayat singkat penulis.