

**MUJAHADAH UNTUK MENGEMBANGKAN  
KONTROL DIRI SANTRI  
(Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API  
Sumanding Jepara)**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memeroleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)**

Oleh :  
Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
1401016082

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2019**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp : 5 (Lima) Eksemplar  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth. Dekan  
Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamua'alaikum Wr. Wb*

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap naskah skripsi atas nama mahasiswa :

Nama : Rois Abdullah Badruddin Yusuf

NIM : 1401016082

Fak/Jur : Dakwah dan Komunikasi/BPI

Judul Skripsi : Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara)

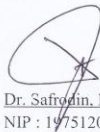
Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut dan oleh karenanya mohon untuk segera diujikan.

Atas perhatiannya kami sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Semarang, 09 Oktober 2019

Pembimbing



Dr. Saifuddin, M.Ag.

NIP : 19751203 200312 1 002

SKRIPSI

**Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri**  
(Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara)

Disusun Oleh :

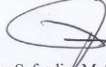
ROIS ABDULLAH BADRUDDIN YUSUF

1401016082

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 30 Oktober 2019 dan dinyatakan telah LULUS memenuhi syarat guna  
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua/Penguji I



Dr. Safroddin, M.Ag.  
NIP. 19751203 200312 1 002

Sekretaris/Penguji II



Dr. Agus Rivadi, S.Sos.L., M.S.I.  
NIP. 19800816 200710 1 003

Penguji III



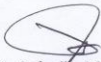
Yuli Nurkhasanah, S.Ag., M.Hum.  
NIP. 19710729 199703 2 005

Penguji IV



Dr. Hatta Abdul Malik, S.Sos.L., M.S.I.  
NIP. 19800311 200710 1 001

Pembimbing



Dr. Safroddin, M.Ag.  
NIP. 19751203 200312 1 002

Disahkan oleh  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
pada tanggal, 31 Oktober 2019



Supena, M. Ag.  
20410 200112 1 003

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 24 September 2019



Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
NIM: 1401016082

## KATA PENGANTAR

*Assalammualaikum Wr. Wb.*

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya. Sholwat dan salam senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad saw laksana pelita bagi keluarganya, sahabat-sahabatnya, para ulama', dan umat muslim sebagai pengikut sunnah-sunnahnya.

Dengan ridho Allah swt, Alhamdulillah telah selesai penulisan skripsi dengan judul: **“Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumbing Jepara”** dengan lancar dan semangat. Skripsi ini sebagai syarat penulis untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) di fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi penulis dengan baik. Oleh karena itu tidak lupa penulis menghaturkan rasa *ta'dzim* dan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang, yang telah memimpin lembaga tersebut dengan baik.
2. Bapak., Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

3. Ibu Ema Hidayati, S.Sos.I., M.S.I., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd., selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Safrodin, M.Ag. selaku wali dosen sekaligus dosen pembimbing yang telah berkenan membimbing dengan keikhlasan dan kebijaksanaannya meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran, untuk memberikan pengarahan-pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini. Semoga kebaikan dan keikhlasan bapak diberikan balasan oleh Allah swt.
5. Seluruh dosen dan staf di lingkungan civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan yang baik serta membantu kelancaran penulisan skripsi ini.
6. Kepala Perpustakaan UIN Walisongo Semarang serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan pelayanan keperpustakaan dengan baik.
7. Mbah Mustahar, Mbah Fathiyah, Mbah Abdul Halim, Lek Suliadi, Mbak Farid, Mas Edi, Mbak Nur, Kak Lis, Mbak Siti, Pakde Madun, Bude Madun, Kak Madun, Mbak Dewi, Dek Azka, Dek Ipung, Dek Inun, Dek Evan, Dek Khulya, Dek Tufa, Lek Fikron, Lek Riza, Keluarga Besar Mbah Abdul Manan, dan

Keluarga Besar Mbah Kantong yang selalu menyemangati penulis.

8. Teman-teman santri pondok pesantren Roudlotul Muta'allimin yang menemani dan menghibur penulis.
9. Teman-teman UKM KORDAIS fakultas dakwah dan komunikasi UIN Walisongo semua angkatan, terutama angkatan 2014.
10. Teman diskusi Zulul, Riza, Arif, Yayan, Farid, Wibi, Syafiq, Melinda, Dwi, Mas Hamam.
11. Teman-teman PPL di PKBI Kota Semarang, Wirto, Yusuf, Syamsul, Nia, Eni.
12. Teman-teman mahasiswa UIN Walisongo Semarang, khususnya kepada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Terutama ditunjukkan kepada teman-teman BPI C 2014.
13. Teman teman KKN ke 70 posko 05 UIN Walisongo Semarang.
14. Teman-teman komunitas CB UIN Walisongo.
15. Semua pihak yang telah ikut berjasa dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu. Tiada kata yang pantas saya ucapkan selain terimakasih karena telah memberi arti dalam hidup ini.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belumlah mencapai kesempurnaan yang ideal dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis

sendiri pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya *Amin Ya Rabbal Alamin.*

*Wassalammualaikum Wr. Wb.*

Semarang, 24 September 2019  
Peneliti,

Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
NIM : 1401016082



## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirobbil'alamin* dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT. Saya persembahkan skripsi ini untuk keluarga dan almamater tercinta Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang selama ini menjadi tempat untuk menimba ilmu.

1. Ayahanda tercinta Bapak Muh Ridlwan, Ibunda tercinta Ibu Lutfiatun Niswah, dan juga Adik tercinta Ahmad Azka Musyaffa' Shofiyullah dengan tulus ikhlas selalu mendo'akan, menyemangati, mendukung serta selalu mencurahkan kasih sayang, perhatian dan memberikan motivasi kepada penulis dalam segala hal. Semoga selalu dalam lindungan Allah swt, diberikan kesehatan dan umur panjang.
2. Alamamater tercinta, jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, yang telah memberikan begitu banyak ilmu dan pengalaman penulis dapatkan selama menempuh pendidikan di kampus tercinta. Semoga karya ini menjadi bakti cinta dan pengabdian kepada almamater.

## MOTTO

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمُ لِلنَّاسِ

*“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia” (HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni)*

## ABSTRAK

**Nama : Rois Abdullah Badruddin Yusuf**  
**Nim : 1401016082**  
**Judul Skripsi : Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara)**

Individu yang memiliki kontrol diri yang lebih tinggi akan mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya pada konsekuensi yang positif dan mampu mengendalikan dan menekan stimulus yang memicu emosi. Adapun individu yang memiliki kontrol diri rendah, maka individu tersebut tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya atau berperilaku yang cenderung negatif. Disinilah peran mujahadah diperlukan dalam salah satu upaya mengembangkan kontrol diri santri yang terdapat di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui kondisi kontrol diri santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, (2) mengetahui pelaksanaan mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah: observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber data dari penelitian ini adalah sumber data primer yaitu sumber data yang diperoleh secara langsung dari hasil wawancara dengan pengasuh, pengurus, dan santri pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Adapun sumber data sekunder yaitu sumber data tidak langsung yang diperoleh dari buku-buku, dokumen, *literatur*, dan bacaan terkait. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, berupa *data reduction* (reduksi data), *data display* (tampilan data), dan *Conclusion* (Kesimpulan).

Hasil penelitian ini adalah: Pertama, kondisi kontrol diri santri di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dapat dilihat dari lima aspek yaitu: kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian,

dan kemampuan mengontrol keputusan. Santri memiliki kontrol diri yang berbeda-beda, terdapat santri yang memiliki kontrol diri yang baik terhadap aturan, norma dan kondisi sosial, namun terdapat juga santri yang memiliki kontrol diri yang kurang baik seperti, sering melanggar tata tertib pondok pesantren, mudah terpengaruh, belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima, selalu berfikir negatif terhadap masalah yang dihadapinya, terburu-buru dalam bertindak. Hal ini dimungkinkan karena adanya latar belakang lingkungan rumah daerah asal, usia yang belum matang dan kuatnya pengaruh teman sebaya hal ini mengingat keadaan anak yang jauh dari keluarga.

Kedua, pelaksanaan mujahadah dalam mengembangkan kontrol diri santri di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah *mujahadah* jenis *yaumiyah* yakni yang dilakukan setelah maghrib dan tengah malam. Mujahadah merupakan salah satu kegiatan yang dapat menghentikan gambaran-gambaran negatif serta dapat mengobati penyakit psikologis terutama dalam meningkatkan kontrol diri. Karena pada dasarnya mujahadah tersebut dapat menenangkan jiwa seseorang. Internalisasi dari pemaknaan mujahadah dapat menumbuhkan dan meningkatkan kontrol diri terutama dalam mengontrol perilaku yang menyimpang dari ajaran agama Islam. Mujahadah yang di laksanakan di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara cukup efektif dalam mengembangkan kontrol diri santri. Santri yang melaksanakan mujahadah mengalami perubahan perilaku menjadi lebih baik, santri lebih berhati-hati dan mampu mengontrol hawa nafsu.

**Kata Kunci : Mujahadah dan Kontrol Diri.**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN NOTA PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAKS .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Tinjauan Pustaka .....	8
F. Metodologi Penelitian .....	13
G. Sistematika Penulisan Skripsi .....	22
<b>BAB II : MUJAHADAH DAN KONTROL DIRI.....</b>	<b>24</b>
A. Mujahadah .....	24
1. Pengertian Mujahadah .....	24
2. Hakikat Mujahadah .....	25
3. Adab Mujahadah .....	26
4. Manfaat Mujahadah .....	26

5. Macam-macam Mujahadah .....	27
B. Kontrol Diri.....	28
1. Pengertian Kontrol Diri .....	28
2. Jenis dan Aspek Kontrol Diri .....	33
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri .....	38
C. Hubungan Mujahadah dengan Kontrol Diri .....	40
<b>BAB III : KONDISI KONTROL DIRI SANTRI DAN</b>	
<b>PELAKSANAAN MUJAHADAH.....</b>	<b>43</b>
A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara .....	43
1. Profil Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara .....	43
2. Sejarah .....	44
3. Letak Geografis .....	47
4. Visi dan Misi .....	48
5. Tujuan .....	49
6. Struktur Kepengurusan .....	50
7. Kegiatan Pendidikan .....	51
8. Sarana dan Prasarana .....	53
B. Kondisi Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.....	54
1. Subjek Rianto .....	56
2. Subjek Sahal .....	60
3. Subjek Rifai .....	65
4. Subjek Putri .....	68

5. Subjek Ayun .....	72
C. Pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara .....	76
<b>BAB IV: ANALISIS KONTROL DIRI DAN MUJAHADAH....</b>	<b>81</b>
A. Analisis Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.....	81
1. Kemampuan Mengontrol Perilaku .....	81
2. Kemampuan Mengontrol Stimulus .....	83
3. Kemampuan Mengantisipasi Suatu Peristiwa atau Kejadian .....	84
4. Kemampuan Menafsirkan Suatu Peristiwa atau Kejadian .....	85
5. Kemampuan Mengambil Keputusan .....	86
B. Analisis Pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara .....	87
<b>BAB V : PENUTUP.....</b>	<b>93</b>
A. Kesimpulan .....	93
B. Saran .....	94
C. Penutup .....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
<b>BIODATA PENULIS</b>	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perubahan-perubahan sosial yang serba cepat sebagai konsekuensi modernisasi, industrialisasi, kemajuan ilmu pengetahuan, dan teknologi, mempunyai dampak kehidupan pada masyarakat. Perubahan sosial tersebut telah mempengaruhi nilai kehidupan masyarakat sehingga tidak semua orang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan tersebut, yang pada gilirannya dapat menimbulkan ketegangan atau stres pada dirinya (Hawari, 1999: 2). Dampak lain yang tampak jelas yakni adanya perubahan pola hidup/gaya hidup, yang menganggap asing nilai-nilai moral, etika, agama, dan meninggalkan tradisi lama yang telah berkembang kuat dalam masyarakat. Akan tetapi dalam kenyataannya kemakmuran materi yang diperoleh ternyata tidak selamanya membawa kesejahteraan (Hawari, 1999: 13).

Perubahan secara fundamental tersebut tampak nyata dalam kehidupan manusia yaitu dengan adanya bantuan-bantuan alat canggih, orang lebih efisien menguasai tantangan alam dan bisa menguasai lingkungan sekitar demi peningkatan kesejahteraan. Namun, di samping adanya manfaat dan keuntungan tersebut muncul pula dampak-dampak sampingannya, yaitu berupa akses teknologi dan mekanisasi berupa tindakan kekerasan dan penjarahan. Kejadian ini dibarengi dengan proses dehumanisasi terhadap umat manusia



sehingga terjadi disintegrasi orde-orde sosial (Kartono dan Andari, 1989: 190-191).

Pribadi manusia tidak dapat dirumuskan sebagai suatu keseluruhan atau kesatuan *an sich* (suatu individu saja) tanpa sekaligus meletakkan hubungannya dengan lingkungannya. Justru kepribadian itu menjadi kepribadian apabila keseluruhan sistem psikofisiknya termasuk bakat kecakapan dan ciri-ciri kegiatannya menyatakan dirinya dengan khas dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Kepribadian individu, kecakapan-kecakapannya, ciri-ciri kegiatannya, baru menjadi kepribadian individu dalam melakukan interaksi dengan lingkungannya. Individu memerlukan hubungan dengan lingkungan yang menggiatkannya, merangsang perkembangannya, atau yang memberikan sesuatu yang ia perlukan. Individu manusia senantiasa menyesuaikan dirinya dengan lingkungan baik secara fisik, psikis, maupun rohani. Penyesuaian tersebut dapat berubah sesuai dengan keadaan lingkungan dan dapat pula dengan suatu keinginan (Gerungan, 2010: 58-60).

Individu yang memiliki kontrol diri yang lebih tinggi akan mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya pada konsekuensi yang positif dan mampu mengendalikan dan menekan stimulus yang memicu emosi. Adapun individu yang memiliki kontrol diri rendah, maka individu tersebut tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya atau berperilaku yang cenderung negatif. Mereka

cenderung tidak toleran terhadap perilakunya yang tidak sesuai dengan situasi sosial, lebih tertutup dan ketika berinteraksi dengan orang lain dan tidak menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat pada dirinya (Bukhori, 2012: 3).

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan merubah perilaku, agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutup perasaannya (Ghufron, 2010: 21-22). Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Ghufron 2010: 22-23), kontrol diri merupakan jalinan secara utuh yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat, dan terbuka. Untuk menghadapai individu seperti diatas, diperlukannya peran dakwah islam.

Dalam dakwahnya Rasulullah SAW, sangat memperhatikan pembinaan rohani orang-orang beriman dengan memperdalam

keimanan dan ketakwaan dalam diri mereka. Tidak disangkal lagi bahwa hal itu merupakan fase penting dalam mempersiapkan mental kaum muslimin sehingga mereka pun berada dalam kesiapan total untuk mengubah perilaku, kebiasaan, pikiran, dan hidup mereka secara total. Demikian pula, hal itu membuat mereka berada dalam kondisi siap untuk menerima ayat-ayat yang diturunkan, selanjutnya untuk mencegah kebiasaan-kebiasaan buruk tersebar dikalangan mereka (Najati, 2005: 303).

Salah satu peran dakwah Islam yang dapat diimplementasikan dalam rangka untuk membantu proses penanganan kegoncangan hidup manusia yang merupakan dampak dari ketidak mampuan dalam mengontrol gejolak nafsu dan pengaruh negatif dari modernisasi adalah dengan mengikuti *mujahadah*. *Mujahadah* di sini dimaksudkan sebagai salah satu sarana untuk terapi agama terhadap berbagai kondisi kehidupan masyarakat yang banyak mengalami kegoncangan dalam hidupnya seperti frustrasi, kecewa, serta tidak bisa mengontrol dirinya. Pelaksanaan *mujahadah* ini semakin terlihat semarak di berbagai lembaga majelis dzikir yang ada (Masruroh, 2012: 4). Salah satunya yaitu *mujahadah* yang dilaksanakan di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

Menurut keterangan salah satu pengurus, pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara memprogramkan kegiatan kepada para santri untuk mengikuti

*mujahadah* sebagai alternatif agar santri dapat mengontrol, mengatur, membimbing, dan mengarahkan ke bentuk-bentuk perilaku positif serta dapat membantu berjuang melawan hawa nafsu dan mengendalikannya. Dengan mengikuti *mujahadah* diharapkan para santri terhindar dari perbuatan yang tidak baik seperti, malas belajar, mencuri, dan berbagai perilaku lain yang menyalahi aturan pondok.

Adapun jenis-jenis *mujahadah* sangat banyak, tetapi maksud dan tujuan dari berbagai *mujahadah* tersebut kebanyakan sama. *mujahadah* yang di amalkan di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah *mujahadah nihadlul mustaghfirin*. pelaksanaan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* dimulai setelah *shalat* isya', kemudian melakukan shalat sunah bersama, *shalat* hajat, *bermujahadah* bersama dengan bacaan yang sudah ditentukan seperti shalawat nabi, tahlil, do'a *mujahadah*, do'a *kanzul 'arsyi* dan sebagainya dilanjutkan dengan ceramah atau *mau'idloh khasanah* oleh pemimpin *mujahadah*. Salah satu manfaat yang dapat diperoleh dari mengikuti *mujahadah nihadlul mustaghfirin* tersebut adalah tercapainya rasa tenang dan tentram bagi para santrinya sehingga mereka dapat terhindar dari perilaku yang menyimpang, stres, putus asa atau kondisi buruk lainnya. Keistimewaan melaksanakan *mujahadah nihadlul mustaghfirin* memberikan dampak yang positif bagi pengembangan keberagaman santri dan pengikutnya serta menanamkan perilaku dan sikap yang berakhlakul

karimah, karena *mujahadah* ini berupa do'a-do'a yang langsung meresap kedalam hati ditambah lagi mau'idloh khasanah yang di cerna oleh akal fikiran (Wawancara Abdul Rozaq, 27-9-2018).

Pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara juga menambahkan keistimewaan dari *mujahadah nihadlul mustaghfirin* yaitu sebagai sarana untuk *tawassul* kepada Syech Abdul Qodir Al-Jailani, dan dari bacaan *mujahadah* dapat menjadikan orang yang sedang bermusuhan menjadi sadar atau takluk. Selain itu, juga dapat meminta terkabulnya khajat tertentu yang diinginkan oleh jama'ah, karena sebelum *bermujahadah* melaksanakan shalat khajat terlebih dahulu (Wawancara Siti Hamidah, 21-6-2019).

Melihat santri yang rawan dengan perilaku yang tidak terpuji, maka keberadaan *mujahadah* sebagai sarana bimbingan santri dipandang sangat perlu. Hujjatul-Islam Imam Ghazali dalam Ihya'nya menyebutkan:

الْمُجَاهَدَةُ مِفْتَاحُ الْهِدَايَةِ لِأَمِّقَاتِهَا سِوَاهَا ( احياء علوم الدين, الجزء الأول: ٣٩ )

Artinya: “*Mujahadah* adalah kunci (pintu) hidayah, tidak ada kunci hidayah selain *mujahadah*” (Imam Ghazali juz I tt: 39).

Disamping itu *mujahadah nihadlul mustaghfirin* mempunyai sifat atau visi netral, independen, tidak ada hubungannya dengan organisasi masyarakat atau organisasi politik, atau partai politik apapun. Tujuan utama / misi *mujahadah nihadlul mustaghfirin*

adalah لِإِعْصَاحِ ذَاتِ النَّيْنِ (untuk mendamaikan orang-orang yang mempunyai permasalahan), baik urusan pribadi, organisasi ataupun urusan agama. Faidah *mujahadah nihadlul mustaghfirin* yaitu: لِتَحْصِيلِ جَمِيعِ الْمَقَاصِدِ مِنْ أُمُورِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ (untuk menghasilkan segala sesuatu yang menjadi tujuan dari beberapa urusan dunia dan akhirat / multi guna) antara lain mencari ilmuddin, ilmuddunya, meraih kedudukan, derajat pangkat dunia akhirat (Dalam Kitab Nihadlul Mustaghfirin Cetakan ke Enam).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sounding Jepara)”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan inti permasalahan penelitian tersebut adalah :

1. Bagaimana kondisi kontrol diri santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sounding Jepara ?
2. Bagaimana Pelaksanaan *mujahadah* di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sounding Jepara ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah tersebut peneliti bertujuan untuk memperoleh jawaban atas permasalahan penelitian yang diajukan yaitu :

1. Mengetahui kondisi kontrol diri santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.
2. Mengetahui pelaksanaan *mujahadah* di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Secara umum, manfaat penelitian ini meliputi dua aspek yaitu:

##### 1. Manfaat Teori

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan tentang pengendalian emosi serta dorongan dalam diri seseorang dengan metode *mujahadah*. Sehingga penelitian ini dapat menambah khasanah karya ilmiah bagi fakultas dakwah khususnya jurusan bimbingan penyuluhan Islam.

##### 2. Manfaat Praktis

Sebagai acuan pengasuh, ustadz dan ustadzah serta pengurus dalam mengetahui bagaimana problematika perkembangan kontrol diri santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Dan juga sebagai pengetahuan bagaimana peran *mujahadah* untuk mengembangkan kontrol diri santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Untuk menghindari kesamaan penelitian yang akan penulis laksanakan, maka berikut ini penulis sampaikan beberapa hasil

penelitian sebelumnya yang memiliki relevansi dengan penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Jannah pada tahun 2016 dengan judul “Efektifitas Kegiatan Mujahadah dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Sosial Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Kembang Jepara”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dan hasil dari penelitian ini adalah bukti bahwa dengan adanya kegiatan mujahadah ini para santri dapat memahami, menghargai, menghormati dan mempercayai satu sama lain. Selain itu kegiatan mujahadah ini juga menekankan pada pengembangan pemikiran terhadap pengetahuan yang dimiliki santri dengan kehidupan nyata maka pemikiran santri tentu terbangun suasana yang bersifat sosial, karena pada dasarnya hanyalah mempengaruhi, setelah terpengaruh lalu kemudian terbentuk karakter. Setelah kegiatan mujahadah berlangsung, perilaku kerjasama antar individu, saling menghormati dan menghargai serta rasa percaya diri santri semakin berkembang.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Imam Sholikhin pada tahun 2007 yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Dakwah pada Tahun 2006-2007 (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islami)”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan hasil penelitian yang menunjukkan



adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Yang mana semakin tinggi kontrol diri individu maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja. Begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri individu akan semakin tinggi tingkat kecemasannya menghadapi dunia kerja.

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Masruroh pada tahun 2012 dengan judul “Pengaruh Intensitas Mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin Terhadap Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan hasil penelitian bahwa intensitas mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin signifikan terhadap kontrol diri santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang. Intensitas mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang merupakan faktor yang dapat digunakan sebagai prediktor pada kriterium kontrol diri santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang, dengan hipotesis yang peneliti ajukan bahwa “Semakin sering intensitas mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin maka akan semakin tinggi tingkat kontrol diri santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah intensitas mengikuti Mujahadah Nihadlul Mustaghfirin maka semakin rendah tingkat kontrol diri santri di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Sidayu Batang.

*Keempat*, penelitian yang dilakukan oleh Zulfatul Khoirussani pada tahun 2017 dengan judul “Hubungan Kontrol Diri dengan Kecerdasan Emosional pada Santriwati yang Berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang Periode 2014”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan hasil penelitian tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014, yang ditunjukkan dengan hasil hitung yang menunjukkan nilai  $-0,062$  dengan tingkat signifikansi  $0,653$ . Adapun tidak ada hubungan tersebut berasal dari aspek-aspek tiap variabel. Aspek variabel kontrol diri terdiri dari kontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol keputusan. Aspek-aspek kecerdasan emosional terdiri dari kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial. Dengan demikian diduga ada faktor lain yang mempunyai hubungan lebih erat terkait kecerdasan emosional. Faktor tersebut antara lain yaitu konsep diri, self efficacy dan penyesuaian sosial.

*Kelima*, penelitian yang dilakukan oleh Arum Mustika Kenyawati pada tahun 2017 dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kenakalan Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi sederhana. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan

remaja di Yayasan panti Asuhan/Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala. Hasil pengumpulan data yang dilakukan terhadap 52 remaja menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja di Yayasan panti Asuhan/Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak secara signifikan. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi (F) sebesar 16,767 dengan signifikansi 0,000. Adapun besar pengaruh ( $R^2$ ) kontrol diri terhadap kenakalan remaja di Yayasan panti Asuhan/Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak yaitu 25,1%, sedangkan sisanya 74,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Letak persamaannya pada penelitian kedua, keempat dan kelima yaitu membahas tentang kontrol diri, sedangkan penelitian pertama dan ketiga yaitu sama-sama membahas mengenai *mujahadah*. Sedangkan letak perbedaannya yaitu penelitian ini fokus pada hubungan *Mujahadah* terhadap pengembangan kontrol diri dengan judul “*Mujahadah* untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara)”.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif diartikan sebagai salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk memahami suatu fenomena atau gejala sosial dengan lebih benar dan lebih objektif, dengan cara mendapatkan gambaran yang lengkap tentang fenomena yang dikaji. Penelitian kualitatif tidak untuk mencari hubungan atau pengaruh antar variabel-variabel, tetapi untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang suatu fenomena, sehingga akan dapat diperoleh teori (Jusuf, 2012: 52).

Jenis penelitian kualitatif ini bersifat deskriptif yaitu data yang terkumpul berbentuk kata-kata, gambar bukan angka-angka. Kalaupun ada angka-angka sifatnya hanya sebagai penunjang (Sudarwan, 2012: 51). Deskriptif adalah bentuk pernyataan yang membuat pengetahuan ilmiah, bercorak deskriptif dengan memberikan gambaran mengenai bentuk, susunan, peranan, dan hal-hal yang terperinci. Disebut penelitian kualitatif deskriptif karena penelitian ini lebih menekankan analisisnya pada hubungan penyimpulan deduktif dan induktif, serta pada analisa terhadap dinamika hubungan antar fenomena

yang diamati dengan menggunakan logika ilmiah (Azwar, 1998 : 5).

Desain penelitian ini adalah menggunakan pendekatan fenomenologi, yaitu mengetahui secara mendalam tentang pengalaman-pengalaman dan memahami makna-makna dari perspektif partisipan (Ezmir, 2012 :23). Desain fenomenologi juga berfokus pada menggali, memahami, dan menafsirkan arti fenomena, peristiwa, dan hubungannya dengan orang dalam situasi tertentu (Yusuf, 2014 :351).

## 2. Definisi Konseptual

Definisi konseptual merupakan batasan terhadap masalah-masalah variable yang dijadikan pedoman dalam penelitian sehingga akan memudahkan dalam mengoperasionalkannya di lapangan. Untuk memahami dan memudahkan dalam menafsirkan banyak teori yang ada dalam penelitian ini, maka akan ditentukan beberapa definisi konseptual yang berhubungan dengan yang akan diteliti, antara lain:

### a. Mujahadah

*Mujahadah* dalam pandangan kaum sufi (ahli tasawuf) adalah bersungguh-sungguh untuk mencapai kedekatan dengan Allah dan untuk menaklukkan segala hambatan yang dapat merintangai tujuan tersebut. *Mujahadah* merupakan perjuangan panjang orang-orang yang menempuh

jalan kerohanian menuju ilahi, karena sepanjang jalan ia senantiasa akan menemukan berbagai hambatan dan rintangan yang harus dihadapinya dengan penuh keyakinan dan kesabaran (Ali, 2003: 110).

*Mujahadah* adalah perjuangan batin, sebuah elan (semangat) yang penuh dengan kesungguhan (jihad) dan terus-menerus mengetuk qalbu, sehingga tidak terperangkap oleh lembah setan. *Mujahadah* lebih menukik kedalam, untuk mendapatkan pengetahuan hakiki (makrifat), sehingga dirinya senantiasa mendapatkan dan berada diatas jalan yang sesuai dengan petunjuk (huda) cahaya kebenaran (Tasmara, 2001:76).

b. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron, 2010: 21-22).

Dari definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa untuk mengubah kepribadian santri yang kemampuan dalam mengontrol dirinya kurang dapat dengan mengikuti mujahadah di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

### 3. Data dan Sumber Data

Data adalah merupakan rekaman atau gambaran atau keterangan suatu hal atau fakta. Apabila data tersebut diolah maka ia akan menghasilkan suatu informasi (Jusuf, 2012: 145). Informasi atau keterangan tidak semuanya merupakan data penelitian. Data hanyalah sebagian saja dari informasi, yakni hanya hal-hal yang berkaitan dengan penelitian (Moleong, 2004: 3). Sumber data adalah subyek dari mana data-data tersebut diperoleh (Arikunto, 2002: 107). Menurut sumbernya data penelitian dibagi menjadi dua yaitu :

#### a. Data Primer

Data primer atau data tangan pertama adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan mengenakan alat pengukuran atau pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari (Arikunto, 2002: 107). Pada penelitian ini, peneliti mengambil data langsung dari wawancara kepada para santri, para pengurus dan juga pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

b. Data sekunder

Data sekunder atau data tangan kedua adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya (Arikunto, 2002: 107). Adapun sumber data sekunder dalam penelitian ini meliputi dokumen dari pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, jurnal, skripsi, foto dan juga buku.

4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, pengumpulan data menggunakan teknik sebagai berikut:

a. Wawancara

Metode wawancara merupakan sebuah metode percakapan antara dua orang atau lebih, yang pertanyaannya diajukan oleh peneliti kepada subjek atau sekelompok subjek peneliti untuk dijawab (Singarimbun, dkk, 1995:192). Sedangkan menurut Esterberg dalam buku yang ditulis Sugiyono (2015: 231) mengemukakan wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Metode wawancara ini, peneliti mengadakan wawancara langsung dengan para santri, para pengurus dan juga pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam



(API) Sumanding Jepara. Oleh sebab itu peneliti menggunakan wawancara terstruktur yaitu dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan data tentang Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

b. Observasi

Observasi berasal dari bahasa latin yang berarti memperhatikan dan mengikuti. Observasi ialah suatu kegiatan mencari data yang digunakan mendiagnosis dan memberi kesimpulan dalam penelitian. Inti observasi yaitu mengamati dan melihat perilaku yang muncul dan tampak serta adanya tujuan yang ingin dicapai (Herdiansyah, 2012: 131).

Observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengadakan penelitian secara teliti, serta pencatatan secara sistematis. Menurut kartini kartono pengertian observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan. Selanjutnya, dikemukakan oleh kartini kartono bahwa tujuan observasi adalah mengerti ciri-ciri dan luasnya signifikansi dari interelasinya elemen-elemen tingkah laku manusia pada

fenomena sosial serba kompleks dalam pola-pola kultur tertentu (Gunawan, 2013:143). Observasi dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh data tentang pelaksanaan Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif (Sugiyono, 2007:329).

Dokumentasi dalam penelitian ini bertujuan yakni menyelidiki benda-benda tertulis seperti dokumen, gambar, kitab-kitab, buku-buku, file, komputer dan lain-lain yang diambil dari Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara sebagai bukti penelitian dalam mencari data dan untuk keperluan analisis.

5. Uji Keabsahan Data

Setiap penelitian kualitatif terdapat kekuatan lain selain realibilitas yaitu validitas. Validitas didasarkan pada kepastian dari hasil penelitian, tujuannya adalah untuk menunjukkan apakah hasil penelitian itu akurat dari sudut pandang peneliti,

partisipan, atau pembaca secara umum (Creswell, 2015 :286). Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan prosedur Triangulasi, yang sering digunakan dalam penelitian. Triangulasi dapat diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu. Triangulasi bertujuan untuk menguatkan dan membandingkan suatu data dari berbagai sumber dengan informan ketiga (Sugiyono, 2011: 274).

Pada penelitian ini, penulis menggunakan triangulasi sumber. Cara ini mengarahkan peneliti agar di dalam mengumpulkan data berusaha menggunakan berbagai sumber yang ada. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi terhadap narasumber. Sumber data yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu para santri Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, sedangkan informan triangulasi adalah pengasuh dan pengurus Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Dengan demikian penulis menggunakan triangulasi sumber untuk mengecek data dan untuk memperoleh keabsahan data.

#### 6. Analisis Data

Studi kasus termasuk dalam penelitian analisis deskriptif, yaitu penelitian yang dilakukan terfokus pada suatu tertentu untuk diamati dan dianalisis secara cermat sampai tuntas.

Terdapat tiga tahap dalam analisis data menurut Miles dan Huberman dalam Ezmir (2012: 129).

a. *Data Reduction* (Reduksi data)

Pada hakekatnya analisis data adalah sebuah kegiatan merangkum. Memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Tahap awal ini, peneliti akan berusaha mendapatkan data sebanyak-banyaknya berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu menganalisis Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

b. *Data Display* (Model data)

Penyajian atau penampilan display adalah format yang menyajikan informasi secara tematik kepada pembaca. Deskripsi data yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat naratif. Selanjutnya dalam melakukan display data, selain dengan teks naratif, juga dapat berupa grafik, network ( jejaring kerja), dan chart. Pada tahap ini diharapkan peneliti telah mampu menyajikan data yang berkaitan dengan Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

c. *Conclusion* (Kesimpulan)

Tahap berikutnya adalah penarikan kesimpulan berdasarkan temuan dan melakukan verifikasi dilakukan peneliti secara terus menerus selama berada di lapangan dan penelitian kualitatif ini merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Pada tahap ini, peneliti diharapkan dapat menjawab rumusan penelitian dengan lebih jelas berkaitan dengan Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

**G. Sistematika Penulisan Skripsi**

Peneliti akan menyajikan hasil penelitian dalam tiga bagian utama yakni: bagian awal, bagian sisi, dan bagian akhir. *Pertama*, bagian awal meliputi halaman judul, nota pembimbing, halaman pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, abstrak, dan daftar isi. *Kedua*, bagian isi terdiri dari lima bab dengan klasifikasi sebagai berikut:

Bab pertama adalah pendahuluan, dalam bab ini, berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan metode penelitian.

Bab dua adalah kerangka teori yang menjelaskan tentang mujahadah dan kontrol diri dan hubungan mujahadah dengan kontrol diri.

Bab tiga adalah gambaran umum obyek dan hasil penelitian yang terdiri dari gambaran umum lokasi peneliti, kondisi kontrol diri santri dan pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

Bab keempat merupakan analisis penelitian tentang kondisi kontrol diri santri dan pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara.

Bab kelima merupakan penutup, yaitu bab terakhir yang berisi kesimpulan, saran-saran, kata penutup, dan lampiran-lampiran.

*Ketiga*, bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran dan biodata penulis.

## BAB II

### MUJAHADAH DAN KONTROL DIRI

#### A. Mujahadah

##### 1. Pengertian Mujahadah

*Mujahadah* berasal dari kata ، جَاهِدَ - يُجَاهِدُ - مُجَاهِدَةٌ yang artinya sungguh-sungguh. (al'amtsilatu tasrifiyah, hal: 14). *Mujahadah* adalah hasrat yang kuat yang melahirkan perjuangan batiniyah yang terus menyala-nyala. Hasrat adalah api cinta yang terus membara dan mendorong perjalanan hidupnya menjadi lebih kaya, lebih bahagia, dan bermakna. Pada hasrat itulah seseorang merasakan hidup semakin cemerlang, karena mereka mempunyai harapan yang akan diraihinya. Kebahagiaan sejati baginya terletak pada perjalanan atau usahanya yang gigih, bukan pada pencapaiannya. Bagaikan seorang pendaki gunung, mereka merasakan kenikmatan, bukan karena mencapai puncaknya tetapi karena jerih payahnya yang amat sulit untuk mendaki gunung tersebut. Nilai sebuah pencapaian terletak di beberapa seberapa panjang perjalanan yang ditempuh itu semua terletak pada “hasrat yang kuat” sebagai kata kuncinya (Tasmara, 2001: 74).

*Mujahadah* dalam pandangan kaum sufi (ahli tasawuf) adalah bersungguh-sungguh untuk mencapai kedekatan dengan Allah dan untuk menaklukkan segala hambatan yang dapat merintangangi tujuan tersebut. *Mujahadah* merupakan perjuangan panjang orang-orang yang menempuh jalan kerohanian menuju

ilahi, karena sepanjang jalan ia senantiasa akan menemukan berbagai hambatan dan rintangan yang harus dihadapinya dengan penuh keyakinan dan kesabaran (Ali, 2003: 110).

*Mujahadah* adalah perjuangan batin, sebuah elan (semangat) yang penuh dengan kesungguhan (jihad) dan terus-menerus mengetuk qalbu, sehingga tidak terperangkap oleh lembah setan. *Mujahadah* lebih menukik kedalam, untuk mendapatkan pengetahuan hakiki (makrifat), sehingga dirinya senantiasa mendapatkan dan berada diatas jalan yang sesuai dengan petunjuk (huda) cahaya kebenaran (Tasmara, 2001:76).

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa mujahadah adalah bersungguh-sungguh untuk mendekatkan diri kepada Allah untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan terhindar dari hambatan-hambatan untuk mendekatkan diri kepada Allah baik hambatan internal maupun hambatan eksternal.

## 2. Hakikat Mujahadah

Mujahadah dengan membersihkan hati, mampu meretas keterkaitan dari segala sesuatu selain Allah dengan cara mengosongkan hati dari kecintaan pada dunia, serta menghilangkan segala fikiran buruk dan tidak baik. Cahaya yang redup menjadi lampu yang terang, jika tidak demikian menurut Jalaluddin Rumi, hati tidak lain dan tidak bukan hanyalah sekedar “sebuah botol berisi air seni” (Valiudin, 1997: 89). Hati



orang lalai kepada Allah hanyalah “sekedar tembok atau dinding dari sebuah ruangan dan hati seorang yang mengingat Allah adalah objek pencerahan Ilahi” (Valiudin, 1997: 30).

### 3. Adab Mujahadah

Adab dalam mujahadah menurut Ilham (2004: 60) ada limandi antaranya adalah: Pertama, diharapkan dalam keadaan suci terlebih dahulu. Kedua, mujahadah hendaknya dilakukan di dalam masjid. Ketiga, menghadap ke arah kiblat. Keempat, duduk dengan sikap rasa khusyuk. Kelima, diharapkan saat mujahadah memakai pakaian yang serba putih.

Adapun menurut Nawawi (2005: 21) Adab dalam mujahadah ada empat di antaranya adalah: Pertama, dianjurkan dalam keadaan sempurna. Kedua, menghadap arah kiblat. Ketiga, duduk dengan sikap rasa khusyuk. Keempat, merendahkan diri, tenang, anggun, dan menundukkan kepala.

### 4. Manfaat Mujahadah

Al-Banjari (2010: 31) menyatakan bahwa mujahadah memiliki manfaat sebagai berikut di antaranya adalah: Pertama, akan menumbuhkan hati yang bersih dan suci. Kedua, menumbuhkan rasa percaya diri dan dapat memelihara amanah. Ketiga, Allah akan pelihara dari segala sesuatu yang mengganggu kekhusyukannya. Keempat, akan mendapat bantuan dari Allah. Kelima, akan terhindar dari kebohongan dan semakin taat kepada Allah. Keenam, Allah akan membebaskannya dari berbagai

bentuk kesalahan, kezaliman, dan ketidakselarasan, serta dapat menyembuhkan dari beragam penyakit lahir maupun batin. Ketujuh, Allah akan membebaskan dari berbagai bentuk kezaliman dan dosa, serta memberikan rizki dari berbagai arah. Kedelapan, dapat memberikan kekuatan untuk mengendalikan hawa nafsu. Kesembilan, Allah akan membukakan pintu-pintu rizki, baik yang bersifat material maupun spiritual.

Adapun manfaat mujahadah menurut Yadi (2009: 61) antara lain sebagai berikut: Pertama, menjernikan hati dan *ma'rifat billah* (sadar kepada Allah). Kedua, memperoleh *hidayah taufiq* Allah SWT, *Syafaat tarbiyah* Rasulullah SAW. Ketiga, mendidik menjadi orang yang *shaleh* dan *shalihah*, yang senantiasa mendoakan kedua orang tuanya atau leluhurnya. Keempat, keamanan, ketentraman, kedamaian kesejahteraan, dan keberkahan hidup.

##### 5. Macam-macam Mujahadah

Mujahadah mempunyai beberapa macam antara lain: Pertama, *mujahadah yaumiyah* adalah mujahadah yang dilakukan secara berjamaah yang dilaksanakan setiap hari. Kedua, *mujahadah usbu'iyah* adalah mujahadah yang dilakukan secara berjamaah yang dilaksanakan seminggu sekali. Ketiga, *mujahadah syahriyah* adalah mujahadah yang dilakukan secara berjamaah dan dilaksanakan sebulan sekali. Keempat, *mujahadah ru'busanah* adalah mujahadah yang dilakukan secara berjamaah

dan dilaksanakan tiga bulan sekali. Kelima, *mujahadah nishfusana* adalah mujahadah yang dilakukan secara berjamaah dan dilaksanakan setengah tahun sekali. Keenam, *mujahadah kubro* adalah mujahadah besar-besaran yang dilakukan dalam bulan muharram dan bulan rajab dalam lingkungan pusat. Ketujuh, *mujahadah khusus* adalah mujahadah yang dilakukan secara khusus, misalnya niat sebelum melaksanakan pekerjaan yang baik. Kedelapan, *mujahadah non stop* adalah mujahadah yang dilakukan secara terus menerus dalam waktu mujahadah yang sudah ditentukan. Kesembilan, *mujahadah moment/waktiya* adalah mujahadah yang dilaksanakan pada waktu tertentu yang diintruksikan oleh pengurus pusat (Jannah, 2016: 12).

## **B. Kontrol Diri**

### **1. Pengertian Kontrol Diri**

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron, 2010: 21-22).

Calhoun dan Acocella dalam Ghufron (2010: 22), mendefinisikan kontrol diri (self control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron, 2010: 22) telah mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Ghufron 2010: 22-23), kontrol diri merupakan jalinan secara utuh yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat, dan terbuka.

Menurut Chaplin, kontrol diri (*self control*) adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya

sendiri, kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada. Sementara itu menurut Marvin dan Merbaum bahwa kontrol diri secara fungsional didefinisikan sebagai konsep dimana ada atau tidak adanya seseorang memiliki kemampuan untuk mengontrol tingkah lakunya yang tidak hanya ditentukan cara atau teknik yang digunakan, melainkan juga berdasarkan konsekuensi dari apa yang mereka lakukan (Aziz, 2005: 156).

Skinner dalam Budiraharjo (1997:118), mengemukakan bahwa sejumlah teknik yang digunakan untuk mengendalikan perilaku, yang kemudian telah banyak dipelajari oleh social-learning theorist yang tertarik dalam bidang modeling dan modifikasi. Seseorang dikatakan mempunyai kontrol diri apabila mereka secara aktif mengubah variabel-variabel yang menentukan perilaku mereka. Misalnya ketika seseorang tidak bisa belajar karena radio dengan suara musik yang sangat keras, mereka mematikannya. Dengan demikian kita secara aktif melakukan perubahan pada variabel yang mempengaruhi perilaku seseorang.

Menurut Sukadji (dalam Andjani, 1991: 55) ada 5 teknik yang dapat digunakan untuk mengontrol diri. Teknik mengontrol diri tersebut adalah:

a. Teknik Pemantauan Diri

Teknik ini berdasarkan asumsi bahwa dengan memantau dan mencatat perilakunya sendiri, individu akan

memiliki pemahaman yang objektif tentang perilakunya sendiri.

b. Teknik Pengukuhan Diri

Dasar pikiran teknik ini ialah asumsi bahwa perilaku yang diikuti dengan sesuatu yang menyenangkan akan cenderung diulangi dimasa mendatang. Teknik ini menekankan pada pemberian pengukuh positif segera setelah perilaku yang diharapkan muncul. Bentuk pengukuhan yang diberikan seperti yang disarankan Sukadji yaitu bentuk pengukuhan yang wajar dan bersifat *intrinsik*, seperti senyum puas atas keberhasilan usaha yang dilakukan, serta pernyataan-pernyataan diri yang menimbulkan perasaan bangga.

c. Teknik Kontrol Stimulus

Dasar teknik ini adalah asumsi bahwa respon dapat dipengaruhi oleh hadir atau tidaknya stimulasi yang mendahului respon tersebut. Teknik ini bertujuan untuk mengontrol kecemasan dengan cara mengatur stimulus yang berpengaruh, cara ini biasanya berupa pengarahan diri untuk berfikir positif, rasional dan objektif sehingga individu lebih mampu mengendalikan dirinya.

d. Teknik Kognitif

Proses kognitif berpengaruh terhadap perilaku individu, dengan demikian apabila individu mampu

menggantikan pemikiran yang menyimpang dengan pikiran-pikiran yang objektif, rasional, maka individu akan lebih mampu mengendalikan dirinya.

e. Teknik Relaksasi

Asumsi yang mendasari teknik ini adalah individu dapat secara sadar belajar untuk merelaksasikan ototnya sesuai keinginannya melalui usaha yang sistematis. Oleh karena itu, teknik ini mengajarkan kepada individu untuk belajar meregangkan otot yang terjadi saat individu mengalami kecemasan. Seiring dengan peredaan otot ini, reda pula kecemasannya (Andjani, 1991:55).

Menurut Hanley dan Spatis (dalam Bukhori, 2003: 9) menyatakan bahwa salah satu usaha untuk meningkatkan kontrol diri adalah dengan melakukan meditasi. Meditasi menurut Wals adalah atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian agar dapat meningkatkan taraf kesadarn, dan selanjutnya dapat membawa proses mental yang lebih terkontrol. Sementara itu Ornstein (1985) mengungkapkan bahwa esensi meditasi adalah usaha untuk membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu. Dari kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa meditasi dapat diartikan sebagai sekelompok teknik atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian agar terpusat dengan menggunakan objek stimuli yang tidak berubah pada waktu

tertentu, sehingga kesadaranya menyatu dan proses mentalnya dapat dikontrol yang pada akhirnya perilaku seseorang akan sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengatur membimbing dan mengarahkan bentuk-bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga bisa membawa ke arah positif (Hurlock, 1994). Kontrol diri melibatkan kemampuan untuk menahan keinginan dan menunda kepuasan termasuk kemampuan untuk memanipulasi diri, baik untuk mengurangi maupun meningkatkan perilaku (Bukhori, 2008:11).

Berdasarkan pengertian-pengertian dari beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Kontrol diri melibatkan kemampuan untuk memanipulasi diri baik untuk mengurangi maupun meningkatkan perilakunya.

## 2. Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Kontrol diri dengan sebutan kontrol personal ada tiga, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*)

### a. Kontrol Perilaku (*Behavior control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau



memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi (Ghufron, 2010: 31).

b. Kontrol kognitif (*Cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (information gain) dan melakukan penilaian (appraisal). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu

keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif (Ghufron, 2010: 31).

c. Mengontrol keputusan (*Decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau yang disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan (Ghufron, 2010: 31).

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka untuk mengukur kontrol diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti dibawah ini.

- a. Kemampuan mengontrol perilaku.
- b. Kemampuan mengontrol stimulus.
- c. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- d. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
- e. Kemampuan mengambil keputusan.

Frederic Skinner (dalam Budiraharjo, 1997: 119) telah menguraikan sejumlah teknik yang digunakan untuk mengendalikan perilaku, yang kemudian banyak diantaranya dipelajari oleh *social-learning theorist*. Teknik tersebut adalah sebagai berikut:

a. Pengekangan Fisik (*physical restrains*)

Individu mengendalikan diri melalui pengekangan terhadap fisik, misalnya menutup mulut, untuk menghindari diri dari mentertawakan kesalahan orang lain (Budiraharjo, 1997: 119).

b. Bantuan Fisik (*physical aids*)

Menurut Skinner bantuan fisik dapat digunakan untuk mengendalikan perilaku. Seseorang meminum obat untuk mengendalikan perilaku yang tidak diinginkan. Misalnya seorang pengendara mobil minum obat perangsang supaya terhindar dari ketiduran pada waktu mengemudi sewaktu perjalanan jauh. Bantuan fisik juga dapat digunakan untuk memudahkan perilaku tertentu, yang bias dilihat pada situasi dimana seseorang memiliki masalah penglihatan dengan memakai kaca mata (Budiraharjo, 1997: 119).

c. Mengubah Kondisi Stimulus (*changing the stimulus condition*)

Dengan kata lain yaitu mengubah stimulus yang bertanggung jawab, tidak menyingkirkan dan tidak mendatangkan stimulus agar melakukan suatu perilaku tertentu, misalnya orang yang mempunyai kelebihan berat badan menyisihkan sekotak permen dari hadapannya untuk mengekang diri sendiri (Budiraharjo, 1997: 119).

- d. Memanipulasi Kondisi Emosional (*manipulating emotional conditions*)

Skinner mengatakan bahwa terkadang seseorang mengadakan perubahan emosional dalam diri untuk mengendalikan dirinya, misalnya beberapa orang menggunakan teknik meditasi untuk menghadapi stress (Budiraharjo, 1997: 119).

- e. Melakukan Respon-Respon lain (*performing alternative responses*)

Menahan diri dari perilaku yang membawa hukuman dengan melakukan hal lain, misalnya untuk menahan diri agar tidak menyerang orang yang sangat tidak disukai, seseorang ,mungkin melakukan tindakan yang tidak berhubungan dengan pendapat kita tentang mereka (Budiraharjo, 1997: 119).

- f. Memperkuat Diri Secara Positif (*positive self reinforcement*)

Individu menghadiahkan diri sendiri atas perilaku yang patut dihargai, misalnya seorang pelajar menghadiahkan diri sendiri karena telah belajar keras dan dapat mengerjakan ujian dengan baik, dengan makan makanan yang lezat, atau menonton film yang bagus (Budiraharjo, 1997: 119).

- g. Menghukum Diri Sendiri (*self punishment*)

Menghukum diri sendiri karena gagal melakukan pekerjaan, misalnya karena gagal mendapatkan nilai yang

bagus, seseorang menghukum diri dengan berdiam diri didalam dikamar (Budiraharjo, 1997: 119).

Adapun dalam prakteknya terdiri dari tiga cara yaitu: Pertama, Self Monitoring, yaitu suatu proses dimana individu mengamati dan merasa peka terhadap segala sesuatu tentang diri dan lingkungannya. Kedua, Self Reward, yaitu suatu teknik dimana individu mengatur dan memperkuat perilakunya dengan memberikan hadiah atau hal-hal yang menyenangkan, jika hal yang diinginkan berhasil. Ketiga, Stimulus Control, yaitu suatu teknik yang dapat digunakan untuk mengurangi ataupun meningkatkan perilaku tertentu. Kontrol stimulus menekan pada pengaturan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau respon tertentu (Aziz, 2005: 157).

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Faktor kontrol diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu:

#### a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang. Dengan demikian faktor ini sangat membantu individu untuk memantau dan mencatat perilakunya sendiri dengan pola hidup dan berfikir yang lebih baik lagi. Hal ini berkaitan dengan faktor kognitif kemasakan kognitif yang terjadi

selama masa pra sekolah dan masa kanak-kanak secara bertahap dapat meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan sosial dan mengontrol perilaku individu tersebut. Dengan demikian ketika beranjak dewasa individu yang telah memasuki perguruan tinggi akan mempunyai kemampuan berfikir yang lebih kompleks dan kemampuan intelektual yang lebih besar (Ghufron, 2010: 32).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Sebagai orang tua kita dianjurkan menerapkan sikap disiplin terhadap anak sejak dini. Dengan mengajarkan sikap disiplin terhadap anak, pada akhirnya mereka akan membentuk kepribadian yang baik dan juga dapat mengendalikan perilaku mereka. Disiplin yang diterapkan orang tua merupakan hal penting dalam kehidupan, karena dapat mengembangkan kontrol diri dan self directions sehingga seseorang bisa bertanggungjawab dengan baik segala tindakan yang dilakukan. Individu tidak dilahirkan dalam konsep yang benar dan salah atau dalam suatu pemahaman tentang perilaku yang diperbolehkan dan dilarang (Ghufron, 2010: 32).

### C. Hubungan Mujahadah dengan Kontrol Diri

*Mujahadah* dalam pandangan kaum sufi (ahli tasawuf) adalah bersungguh-sungguh untuk mencapai kedekatan dengan Allah dan untuk menaklukkan segala hambatan yang dapat merintangai tujuan tersebut. *Mujahadah* merupakan perjuangan panjang orang-orang yang menempuh jalan kerohanian menuju ilahi, karena sepanjang jalan ia senantiasa akan menemukan berbagai hambatan dan rintangan yang harus dihadapinya dengan penuh keyakinan dan kesabaran (Ali, 2003: 110).

*Mujahadah* merupakan satu dari bentuk dakwah islamiyah. Sedangkan dakwah itu sendiri memiliki arti mendorong manusia untuk berbuat baik dan mencegah mereka dari perbuatan yang mungkar agar mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Dakwah islamiyah yaitu semua aktifitas manusia muslim di dalam berusaha merubah situasi kepada situasi yang sesuai dengan ketentuan Allah SWT.

Dalam Islam terdapat perintah untuk melaksanakan dzikir, yaitu usaha mengingat dan menyebut Allah agar seseorang merasa terawasi oleh Allah. *Mujahadah* dapat menimbulkan kontrol diri dan ketenangan dalam jiwa. Hal ini bisa dilihat dari manfaat yang dicapai ketika individu melaksanakan *mujahadah*. *Mujahadah* adalah mengingat dan menyebut nama-nama Allah dengan lisan, hati atau dengan kedua-duanya individu akan dapat menghentikan pikiran-pikiran dari gambaran negatif karena pada dasarnya *mujahadah*

merupakan aktifitas yang menciptakan keadaan yang rileks dan dapat dijadikan sarana untuk menumbuhkan pemikiran positif terhadap suatu peristiwa, yang akhirnya akan membentuk perilaku yang baik dan juga dapat menimbulkan kontrol diri pada individu yang melaksanakan (Masruroh, 2012: 29).

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron, 2010: 21-22).

Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Kontrol diri merupakan upaya penekanan dan penanganan serta pertanggung jawaban pada segala yang dilakukan seseorang baik dalam pelaksanaan, koreksi dan evaluasi dari suatu perubahan tingkahlaku yang meliputi segala aktifitas kehidupan seseorang yang disesuaikan dengan keadaan diri, kemampuan dan kondisinya (Azis, 2005: 156).



*Mujahadah* yang didalamnya terdapat aspek-aspek ritual berupa do'a, wiridan, dan ritual-ritual lainnya dapat membuat hati seseorang akan tenang, sehingga dengan hati yang tenang dalam setiap melakukan aktivitas akan berjalan dengan baik.

*Mujahadah* sebagai salah satu sarana untuk perjuangan batin atau rohani agar mencapai kedekatan dengan Allah SWT berperan penting dalam merekonstruksi dan menanamkan pribadi manusia yang sejalan dengan nilai-nilai agama Islam. Sehingga individu dengan latar belakang, watak, sikap, perilaku, kepribadian dan pola pikir yang menyimpang, dengan mengikuti *mujahadah* diharapkan mampu mengarahkan kondisi dalam upaya mengembangkan kontrol diri.

**BAB III**  
**KONDISI KONTROL DIRI SANTRI DAN PELAKSANAAN**  
**MUJAHADAH**

**A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara**

1. Profil Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API)

Sumanding Jepara

Nama asli dari pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah Assalafiyah Asrama Perguruan Islam (API), nama ini di ambilkan dari pondok pesantren yang berada di Tegalrejo Magelang yang namanya sama persis yaitu Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API), maksud dari pendiri pondok pesantren menyamakan namanya adalah itba' kepada sang kiyai, karena pendiri pondok pesantren adalah santri yang lulus dari pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Tegalrejo Magelang. Nomor Statistik Pondok Pesantren (NSPP) dari pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah 510033200181, dan beralamat di Dukuh Putat Rt. 09 Rw. 03 Desa Sumanding Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara Provinsi Jawa Tengah dengan kode pos 59453 dan nomor Telepon 085226000258.

Pengasuh pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah Hj. Siti

Hamidah Al Hafidloh, dan penanggung jawab pimpinan adalah Ahmad Zaini. Pondok pesantren ini berdiri pada tahun 1999 dan mulai mendapatkan izin operasional dari pemerintah pada tahun 2006. Status kepemilikan tanah dari pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jeparu adalah waqaf dengan bangunan berstatus milik sendiri, luas dari pondok pesantren ini adalah 1.850 m<sup>2</sup>. (dokumen pondok pesantren API).

Pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jeparu merupakan pondok pesantren salaf dengan kegiatan belajar mengajar pagi hari sampai malam hari. Lambang dari pondok pesantren Assalafiyah Asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jeparu adalah sebagai berikut :



(dokumen pondok pesantren API).

## 2. Sejarah

Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jeparu di dirikan oleh bapak Kyai Ahmad Muzahid (almarhum) pada tanggal 30 Oktober 1999 M / 20 Rajab 1420 H.

Kyai Ahmad Muzahid merupakan lulusan dari pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Tegalrejo Magelang, beliau mendapatkan istri ibu Nyai Siti Hamidah warga asli desa Sumanding, dan menetap di desa Sumanding. Setelah menikah beliau dikaruniai empat anak, anak pertama bernama Ahmad Mudrikul Izza, anak kedua bernama Nilna Muna, anak ketiga bernama Muhammad Nurus Syifa, dan anak keempat bernama Aiza Kanzul Athiyah (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

Kyai Ahmad Muzahid berpegang pada pesan yang disampaikan oleh KH. Ahmad Muhammad (almarhum) pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Tegalrejo Magelang sewaktu mondok di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Tegalrejo Magelang, KH. Ahmad Muhammad berpesan kepada para santrinya “Setelah lulus dari pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Tegalrejo Magelang tidak harus menjadi kyai, tetapi harus mengamalkan ilmunya yang diperoleh dari pondok pesantren, minimal menjadi guru ngaji”, begitulah kira-kira pesan beliau KH. Ahmad Muhammad (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

Sebelum berdirinya gedung pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, para santri sempat satu rumah dengan rumah Kyai Ahmad Muzahid. Kemudian Kyai

Ahmad Muzahid dan Nyai Siti Hamidah berkeinginan mendirikan gedung pondok pesantren tetapi tidak mempunyai dana, ketika itu orang tua beliau mempunyai simpanan uang untuk mendaftar berangkat Haji, kemudian dari musyawarah keluarga uang tersebut diberikan kepada Kyai Ahmad Muzahid untuk pembangunan gedung pondok pesantren. Dengan adanya semangat dan dukungan dari berbagai pihak khususnya keluarga, pondok pesantren terus mengalami perkembangan. Sehingga pada tahun 1999 yang bertepatan dengan didirikannya pondok pesantren tersebut, Kyai Ahmad Muzahid membuka pendaftaran santri baru di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Alhamdulillah pada periode tersebut mendapat respon yang positif dari masyarakat Sumanding dan sekitarnya. Meskipun hanya dengan jumlah santri yang sedikit (18 santri), beliau dan istri tidak pernah putus asa dan tetap berjuang demi tercapainya tujuan. Yakni memiliki dan menjadikan Ponpes Asrama Perguruan Islam (API) sebagai Pesantren yang unggul baik dari segi kualitas maupun kuantitas (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara semula adalah pondok pesantren yang kecil, karena dekat dengan lembaga sekolah akhirnya banyak siswa sekolah yang mondok di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Pada periode selanjutnya yaitu

pada tahun 2011 santri yang mendaftarkan diri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara mencapai 70an santri. Baik yang datang dari desa Sumanding maupun luar desa Sumanding. Hal ini dibuktikan dengan adanya santri yang berdomisili dari Semarang, Pati, Kudus bahkan ada yang dari Sumatra (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

Pada tanggal 26 Mei 2012 Kyai Ahmad Muzahid wafat, dampak dari wafatnya Kyai Ahmad Muzahid berdampak pada berkurangnya santri yang mondok di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Setelah Kyai Ahmad Muzahid wafat, pengasuh pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara digantikan oleh ibu Nyai Siti Hamidah hingga sekarang. Selama diasuh oleh ibu Nyai Siti Hamidah pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara tidak banyak perkembangan, tetapi kegiatan pondok pesantren masih berjalan seperti dulu, walaupun dengan jumlah santri sekarang hanya 30 anak (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

### 3. Letak Geografis

Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) terletak di Dukuh Putat Desa Sumanding RT. 09 RW. 03 Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara. Secara garis besar, letak geografis Desa Sumanding terletak di lereng gunung Gajah

Mungkur, dan lokasi Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara cukup strategis yaitu terletak di seberang jalan dan di depan masjid besar di desa Sumanding. Selain itu dapat dilihat dari lokasi Pondok Pesantren yang terletak di seberang Lembaga Sekolah Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah di desa Sumanding, sehingga lokasi pesantren mudah dijangkau. Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara jauh dari pusat Kota Jepara, butuh waktu sekitar 1 jam dengan naik motor dari pusat Kota Jepara untuk dapat sampai di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Bangunan Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara berdiri di atas tanah dengan luas 1850 m<sup>2</sup>. (dokumen pondok pesantren API).

Adapun batas lokasi Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah pertama, dari sebelah utara berbatasan dengan dukuh Ngerco. Kedua, dari sebelah selatan berbatasan dengan dukuh Cengkar. Ketiga, dari sebelah barat berbatasan dengan desa Bucu. Dan keempat, dari sebelah timur berbatasan dengan desa Jean (dokumen pondok pesantren API).

#### 4. Visi dan Misi

Sebuah lembaga atau organisasi pasti mempunyai visi dan misi. Adapun visi dan misi Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah sebagai berikut,

visi : terciptanya sumber daya manusia yang beriman dan bertaqwa, cerdas, sholeh, terampil, dan berakhlakul karimah. Sedangkan misi dari Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ada tiga, yang pertama, melaksanakan kegiatan pendidikan pesantren dan mengkaji ilmu agama secara aktif dan efektif sehingga mempunyai daya serap semakin tinggi. Kedua, meningkatkan kedisiplinan, mengembangkan pengamalan ilmu agama, tercipta pekerti yang luhur (berakhlakul karimah). Ketiga, membiasakan diri berperilaku santun dalam menciptakan suasana aman, nyaman, tentram, rukun, dan damai (dokumen pondok pesantren API).

#### 5. Tujuan

Tujuan Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara di bagi menjadi dua, yaitu umum dan khusus. Tujuan umum terdapat tiga poin, pertama, untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia yang beriman, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi luhur, berkepribadian, berdisiplin, bekerja keras, tangguh, bertanggung jawab, mandiri, terampil, serta sehat jasmani dan rohani. Kedua, untuk menumbuhkan dan memperdalam rasa cinta tanah air, mempertebal kebangsaan serta rasa kesetiakawanan sosial. Ketiga, untuk mengembangkan iklim belajar dan mengajar yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri sendiri serta sikap dan perilaku yang inovatif dan kreatif. Adapun tujuan husus juga



terdapat tiga poin, pertama, untuk memberantas kebodohan dan keterbelakangan. Kedua, untuk membantu kelancaran proses belajar mengajar di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API). Ketiga, untuk menunjang pendidikan santri dalam memperlancar ilmu pengetahuan agama Islam secara mendalam (dokumen pondok pesantren API).

#### 6. Struktur Kepengurusan

Struktur kepengurusan dari Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang penulis ambil dari dokumen pondok pesantren tersebut adalah sebagai berikut : pelindung adalah kepala desa atau petinggi desa Sumanding, pengasuh adalah Hj. Siti Hamidah Al Hafidloh. Adapun ketua dari pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara diketuai oleh Ahmad Kholilur Rohman, sekretarisnya adalah Ahmad Shodikin dan bendahara adalah Abdul Rozaq (dokumen pondok pesantren API).

Sedangkan seksi yang ada di struktur kepengurusan Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ada tiga, yang pertama terdapat seksi pendidikan yang di tempati oleh Sufarchan Ahya, yang kedua ada seksi keamanan yang di tempati oleh Nur Rohmad, dan yang ketiga terdapat seksi kebersihan yang di tempati oleh Syarif (dokumen pondok pesantren API).

Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara menampung 30 santri yang terdiri dari :

NO	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Laki-laki	10
2	Perempuan	20

(dokumen pondok pesantren API).

## 7. Kegiatan Pendidikan

Sistem pendidikan di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) ada dua macam kegiatan diantaranya:

### a. Kegiatan Umum Pendidikan Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API)

Pendidikan Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara kental dengan sistem *salafnya* yang mempelajari ilmu-ilmu fiqih beserta ilmu-ilmu alatnya. Pondok Pesantren ini merupakan sebuah wujud kepedulian terhadap pentingnya pengembangan keilmuan yang mengedepankan akhlakul karimah (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Adapun program pendidikan *salaf* yang diselenggarakan sejak dahulu menggunakan metode klasikal yakni metode dimana suatu rombongan santri yang sebaya dan mempunyai tingkat pengetahuan yang sama diajar oleh guru dalam waktu yang sama dan bahan pelajaran yang sama pula. Guru pada metode ini wajib memperhatikan kemajuan

kelas secara keseluruhan di samping memperhatikan tiap-tiap santri secara perseorangan. Tentang hasil metode ini memang lebih efisien tidak banyak waktu yang terbuang sedang nilai pelajaran secara minimal bagi santri yang keluar dari kelas dapat diukur (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Bentuk pendidikan yang ada berupa madrasah yang terdiri dari 7 kelas, kurikulum yang dipakai di kelas 1 sampai kelas terakhir secara berjenjang mempelajari khusus ilmu agama baik itu fiqih, aqidah, akhlak, tasawuf, dan ilmu alat (nahwu dan sharaf) yang semuanya dengan kata berbahas Arab. Kitab-kitab yang diajarkan di bidang fiqih antara lain Safinatun-Najah, Fathul Qarib, Minhajul Qawim, Fathul Wahab, Al-Mahalli, Fathul Mu'in, dan Uqdatul Farid. Di bidang ushul fiqh yaitu Faraidul Bahiyah. Di bidang tauhid yaitu Aqidatul Awam. Dan di bidang akhlak/ tasawuf yaitu Ihya Ulumuddin (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Kelas satu sampai tujuh di Pondok Pesantren API Sumanding Jepara lebih dikenal dengan nama kitab yang dipelajari, seperti di tingkat I dikenal Jurumiyah Jawan, tingkat II dengan nama Fathul Qarib, tingkat III dengan nama Alfiah, tingkat IV dengan nama Fathul Wahab, tingkat V dengan nama Al-Mahalli, tingkat VI dengan nama Fathul

Mu'in, dan di tingkat VII dengan nama Ihya Ulumuddin (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

b. Kegiatan Ekstrakurikuler

Sejak berdirinya Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, dilingkungan Pondok Pesantren ini diselenggarakan Jam'iyatul Quro' yakni membaca Al-qur'an secara bersama-sama, Jam'iyah Nariyahan, Jam'iyah Mujahadah, dan juga "Khotbah Komplek" yakni latihan pidato. Kemudian pertemuan setiap bulan syawal yang dihadiri para alumni Pondok Pesantren, pertemuan ini dikenal dengan istilah acara halal bihalal. Dan juga adanya pertemuan setiap 35 hari sekali yakni pada hari ahad kliwon yang dikenal sebagai acara selapanan Jam'iyah Mujahadah (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

8. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan komponen yang sangat penting (mutlak) bagi lembaga pendidikan. Karena hal tersebut berhubungan erat dengan pencapaian tujuan pendidikan. Apabila sarana dan prasarananya kurang, maka proses belajar mengajar akan kurang maksimal. Proses belajar juga tidak akan berjalan tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Adapun sarana dan prasarana yang dimiliki oleh Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah sebagai berikut :

NO	Uraian	Jumlah
1	Kantor	1
2	Mushola	1
3	Aula	2
4	Kamar tidur	12
5	MCK	9
6	Dapur	1
7	Koperasi	1

#### **B. Kondisi Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara**

Santri di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara pada umumnya berasal dari berbagai daerah, saat ini jumlah keseluruhan santri di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara berjumlah 30 santri. Pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ini terbuka untuk umum, namun kebanyakan santri yang *mondok* di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah siswa dari lembaga pendidikan yang terdapat di sekitar pondok pesantren tersebut, akan tetapi terdapat santri yang tidak mengenyam pendidikan formal dan hanya mengikuti kegiatan

pondok pesantren saja (wawancara dengan Abdul Rozaq, 05 Agustus 2019).

Santri di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara mempunyai latarbelakang pendidikan yang berbeda-beda, sehingga tingkat kemampuan mengontrol diri yang dimiliki santri juga berbeda dan bervariasi. Terdapat santri yang pernah mendapatkan bimbingan agama Islam dari orang tua atau di majlis ta'lim dan ada juga yang mendapatkan pendidikan madrasah diniyah di sekitar tempat tinggal santri tersebut serta berada dalam lingkungan yang baik dan berasal dari keluarga yang mempunyai kedisiplinan baik pula sehingga sudah mempunyai kontrol diri yang baik dan tepat. Ada pula yang tidak mendapat dukungan dari keluarga dan lingkungan sehingga mereka mempunyai kontrol diri yang kurang baik (wawancara dengan Abdul Rozaq, 05 Agustus 2019).

Permasalahan kontrol diri santri dibuktikan dengan perilaku santri yang menyimpang seperti, mencuri uang orang tua, sering berkelahi, jarang solat, melanggar tata tertib pondok pesantren, melanggar tata tertib di sekolah, setelah pulang dari sekolah tidak langsung pulang ke pondok pesantren, pulang kerumah tanpa izin pengurus, bermalas-malasan ketika akan melakukan kegiatan mengaji, tidak ikut kegiatan mengaji, tidak melaksanakan piket, melampiaskan kemarahan dengan orang lain, mudah terpengaruh

oleh ajakan temannya (wawancara dengan Abdul Rozaq, 05 Agustus 2019). Berikut adalah hasil wawancara dalam penelitian ini :

#### 1. Subjek Rianto

Rianto merupakan santri putra di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang berusia 17 tahun yang saat ini masih duduk di bangku sekolah kelas XI MA. Rianto lahir di Jepara pada tanggal 12 April 2002 dan berasal dari desa Balong kecamatan Kembang kabupaten Jepara. Rianto belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara sejak tahun 2015. Sebelum Rianto masuk di pondok pesantren Rianto kurang mengenal pelajaran tentang agama, Rianto hanya pernah mendapatkan bimbingan agama Islam dari orang tuanya (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).

Rianto dalam berperilaku di pondok pesantren termasuk santri yang kurang patuh terhadap aturan yang sudah ada di pondok pesantren, Rianto sering tidak mengikuti kegiatan mengaji di pondok pesantren pada sore hari dengan alasan malas dan meninggalkan pondok pesantren tanpa meminta izin dari pengurus, Rianto meninggalkan pondok pesantren untuk bermain bola *volly* di lapangan. Sebagai hukuman dari perbuatan Rianto tersebut, pengurus menghukum Rianto dengan disuruh menyalin kitab sorof sebanyak sepuluh halaman. Hal ini terlihat dari ungkapan Rianto sebagai berikut:

*“Saya sering tidak mengikuti kegiatan mengaji waktu sore hari kak, soalnya kadang saya malas dan ingin bermain bola volly karena hobi saya bermain volly, terus saya dihukum disuruh menyalin kitab sorof sebanyak sepuluh halaman” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Gambaran kontrol diri Rianto yang diperoleh dari hasil wawancara diuraikan sebagai berikut, sebelum tinggal di pondok pesantren dalam kehidupannya, Rianto merasa belum mempunyai kontrol diri yang baik. Hal ini terlihat dari ungkapan Rianto sebagai berikut:

*“Sebelum saya mondok dulu sering meninggalkan solat, mudah melakukan maksiat, mudah marah, dan juga mudah terpengaruh teman untuk diajak minum minuman keras” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Dalam kemampuan mengontrol stimulus, Rianto mengaku mudah terpengaruh oleh temannya, Rianto sering minum minuman keras dengan alasan dipaksa oleh temannya. Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Rianto juga belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima. Rianto mengaku pernah membela temannya yang sedang berkelahi saat menonton hiburan dangdut. Hal ini diungkapkan oleh Rianto sebagai berikut:

*“Dulu waktu saya dan teman-teman saya nonton hiburan orkes dangdut, temen saya ada yang berkelahi dan di kroyok kak, terus saya bela temen saya, saya berkelahi dengan orang yang mengroyok temen saya kak” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*



Rianto juga belum mampu dalam hal menafsirkan peristiwa atau kejadian yang dialaminya dan belum mampu mengambil keputusan dengan tepat. Rianto belum mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil. Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Rianto sebelum mengikuti mujahadah di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara memiliki kondisi kontrol diri yang kurang baik. Meskipun Rianto pernah mendapatkan bimbingan agama Islam yang diberikan oleh orang tuanya, tetapi Rianto belum mampu mengaplikasikannya di dalam kehidupan sehari-harinya. Rianto belum bisa mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga dapat terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

Setelah Rianto berada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah, Rianto merasakan banyak perubahan pada dirinya antara lain, Rianto tidak pernah melanggar tata tertib pondok pesantren lagi, Rianto selalu mengikuti semua kegiatan yang ada di pondok pesantren dengan baik. Rianto mempunyai rasa tanggung jawab yang baik atas perilakunya di pondok pesantren. Menurutnya, tata tertib yang ada di pondok pesantren merupakan peraturan yang dibuat untuk kebaikan dirinya dan santri lain yang tinggal di pondok pesantren, hal itu sudah menjadi kewajibannya untuk mentaati peraturan dan

menjalankan kewajiban yang ada di pondok pesantren. Hal ini terlihat dari ungkapan Rianto sebagai berikut:

*“Selama saya di pondok pesantren dan mengikuti mujahadah ya Alhamdulillah kak, banyak perubahannya, sudah tidak pernah melanggar tata tertib pondok pesantren lagi, saya sadar kalau peraturan di pondok pesantren dibuat untuk kebaikan saya dan santri-santri lain yang tinggal di sini” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal kemampuan mengontrol stimulus, Rianto merupakan santri yang sulit terpengaruh oleh teman-temannya, jika ada teman yang mengajaknya untuk suatu kegiatan yang tidak bermanfaat Rianto selalu menolak ajakan temannya, Rianto selalu memikirkan akibat dari apa yang nantinya dia lakukan. Akan tetapi jika ajakan temannya bermanfaat Rianto menerima ajakan temannya tersebut. Hal ini terlihat dari ungkapan Rianto sebagai berikut:

*“Saya sering diajak teman saya untuk kegiatan yang tidak bermanfaat dan dapat merugikan saya tapi saya enggak mau ikutan, tapi kalo temen saya ngajak untuk kegiatan yang bermanfaat saya ikut kak” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Rianto telah mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima. Hal ini terlihat dari ungkapan Rianto sebagai berikut:

*“Kalau mau melakukan sesuatu tak pikir dulu kak, kira-kira dampaknya apa bagi saya, supaya nantinya gak ada penyesalan dan kejadian yang buruk” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Ketika Rianto mengalami permasalahan dia menghadapinya dengan sabar dan menganggapnya sebuah pelajaran untuk kedepannya, dan jika itu masalah yang sulit Rianto selalu meminta tolong kepada teman atau pengurus, jika dia mampu menyelesaikannya sendiri dia merasa tidak perlu meminta bantuan kepada teman atau pengurus, hal ini terlihat dari ungkapan sebagai berikut:

*“Ketika saya mendapatkan masalah ya saya mencoba untuk sabar kak, kalo masalahnya sulit ya saya minta tolong sama teman atau sama pengurus” (wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Rianto termasuk santri yang mempunyai kontrol diri baik. Rianto bisa mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

## 2. Subjek Sahal

Sahal merupakan santri putra di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang berusia 14 tahun yang saat ini masih duduk dibangku kelas VIII MTs. Sahal lahir di jepara 21 September 2004 dan dia berasal dari desa Sumanding kecamatan Kembang kabupaten Jepara. Sahal

belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara sejak tahun 2017. Dalam kesehariannya di pondok pesantren, Sahal termasuk santri yang sulit memahami keadaan sekitarnya. Sebelum masuk di pondok pesantren, Sahal pernah belajar pendidikan agama di madrasah diniyah yang ada di desa Sumanding (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).

Gambaran kontrol diri Sahal yang diperoleh dari hasil wawancara diuraikan sebagai berikut, Sahal merupakan santri yang pemalu terutama kepada orang baru dia kenal, hal ini terlihat saat Sahal pertama kali bertemu dengan peneliti Sahal sangat pemalu dan ketika ditanya selalu menundukkan wajahnya. Sebelum tinggal di pondok pesantren kondisi kontrol diri Sahal belum bisa mengontrol diri dengan baik, ketika Sahal di sekolah pernah bolos sekolah sehingga harus bertanggung jawab atas hal tersebut dengan hukuman yang diberikan oleh gurunya. Sahal juga mengaku pernah mengambil uang orang tuanya secara diam-diam untuk digunakan merental PS (*PlayStation*). Dalam hal mengontrol stimulus Sahal mudah terpengaruh oleh temannya. Hal ini terlihat dari ungkapan Sahal sebagai berikut:

*“Dulu ya aku nurut terus sama temenku kak, soalnya kalo gak nurut aku dijengkel malah aku nanti gak punya temen kak” (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Dalam mengantisipasi suatu kejadian atau peristiwa Sahal belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan dia terima karena dalam hal ini Sahal tidak memperdulikan sesuatu hal yang beresiko pada dirinya. Dalam kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian Sahal belum mampu memperhatikan dari segi positif secara subjektif. Sahal mengikuti kegiatan yang ada di pondok pesantren akan tetapi dalam mencapai pemahaman terhadap suatu hal Sahal membutuhkan waktu yang agak lama. Dan dalam mengambil keputusanpun Sahal belum mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Sahal lebih menuruti keinginannya tanpa memikirkan terlebih dahulu. Hal ini terlihat dari ungkapan Sahal sebagai berikut:

*”Kalau ingin sesuatu ya dari dulu langsung tak lakukan, kalau ada apa-apa urusan belakangan kak”  
(wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Sahal dalam berperilaku di pondok pesantren termasuk santri yang kurang patuh terhadap aturan yang sudah ada di pondok pesantren, Sahal pernah tidak ikut jama’ah subuh dengan alasan mengantuk, padahal Sahal tahu bahwa shalat berjama’ah diwajibkan bagi semua santri, lebih-lebih jama’ah shalat subuh, dan Sahal juga tahu teman-temannya yang lain mengikuti jama’ah dan sebagai hukumannya Sahal disuruh untuk membaca

Al-Qur'an dengan berdiri selama satu jam. Hal ini terlihat dari ungkapan Sahal sebagai berikut:

*“Saya pernah tidak ikut jama'ah shalat subuh karena sangat mengantuk, saya tahu kalau shalat berjama'ah diwajibkan bagi semua santri dan saya juga tahu teman-teman saya semua ikut jama'ah tapi karena saya mengantuk ya saya tidur lagi. Terus saya dihukum disuruh untuk membaca Al-Qur'an selama satu jam dengan berdiri” (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Sahal sebelum belajar dan mengikuti kegiatan *Mujahadah* di Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara memiliki kondisi kontrol diri yang kurang baik. Sahal belum bisa mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga dapat terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

Setelah Sahal berada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan *mujahadah*, Sahal merasakan banyak perubahan pada dirinya antara lain, Sahal mulai berkurang dalam melakukan pelanggaran tata tertib dan lebih sering mentaati tata tertib di sekolahnya. Dalam hal kemampuan mengontrol stimulus, Sahal merupakan santri yang sulit terpengaruh oleh teman-temannya, Sahal merasa masih banyak teman yang lain yang mengajak untuk melakukan hal yang baik. Hal ini diungkapkan Sahal sebagai berikut :

*“Kalo sekarang lebih taat peraturan sekolah kak, dan sudah tidak ikut-ikutan teman yang mengajak saya untuk hal yang tidak baik, saya merasa masih mempunyai teman yang mengajak saya melakukan hal yang baik kak” (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Sahal telah mampu mempertimbangkan dengan baik dampak dan resiko yang akan diterima. Hal ini terlihat dari ungkapan Sahal sebagai berikut:

*“jika ingin melakukan sesuatu, saya berfikir dulu kak, kira-kira dampaknya apa bagi saya, dan resikonya bagaimana, agar tidak menyesal di akhir kak” (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Dalam kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian Sahal telah mampu memperhatikan dari segi positif secara subjektif. Sahal merasa dapat menilai dari kejadian yang pernah di alaminya sebagai pembelajaran hidup agar lebih baik lagi. Dan dalam mengambil keputusanpun Sahal mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Sahal lebih berhati-hati dan penuh pertimbangan dalam mengambil keputusan. Hal ini terlihat dari ungkapan Sahal sebagai berikut:

*“Saat saya ingin mengambil sebuah keputusan, saya selalu berhati-hati dan mempertimbangkannya dengan matang, karena saya tidak ingin nantinya menjadi sebuah keputusan yang salah” (wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Sahal termasuk santri yang mempunyai kontrol diri baik. Sahal dapat mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

### 3. Subjek Rifai

Rifai merupakan santri putra di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang berusia 14 tahun yang saat ini masih duduk dibangku kelas VIII MTs. Rifai lahir di Kalimantan 27 April 2005 dan dia berasal dari Kalimantan. Rifai belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ketika awal masuk sekolah MTs kelas VII pada tahun 2017. Sebelum Rifai belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, Rifai belum pernah mengikuti sekolah madrasah diniyah seperti anak lain pada umumnya, Rifai hanya pernah mengikuti tadarus Al-Qur'an di kampung halamannya saja itupun kadang-kadang. Dengan kata lain Rifai belum pernah mendapatkan pelajaran dasar mengenai agama Islam (wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019).

Gambaran kontrol diri Rifai sebelum tinggal di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang diperoleh dari hasil wawancara diuraikan sebagai berikut, dalam hal kemampuan mengontrol perilaku, Rifai termasuk santri yang tertutup, hal ini terlihat ketika peneliti memberikan penjelasan



atas maksud dan tujuan peneliti melakukan wawancara dengannya, Rifai merasa takut dan menjawab pertanyaan dari peneliti dengan ragu-ragu. Dalam kesehariannya di pondok pesantren, Rifai termasuk santri yang sulit memahami keadaan sekitarnya. Sebelum tinggal di pondok pesantren kondisi kontrol diri Rifai belum bisa mengontrol diri dengan baik, Rifai mengaku dulu pernah melanggar aturan yang ada di sekolahnya yaitu Rifai pernah merokok di kamar mandi sekolah dengan teman-temannya. Dalam hal mengontrol stimulus Rifai merupakan anak yang mudah terpengaruh oleh teman-temannya. Hal ini terlihat dari ungkapan Rifai sebagai berikut:

*“Kalau saya di ajak main sama temen sepulang sekolah ya saya ikut aja kak, tidak kembali ke pondok dulu”  
(wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Rifai belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan dia terima. Hal ini terlihat dari ungkapan Rifai sebagai berikut:

*“Kalau mau melakukan sesuatu ya saya lakukan saja entah itu nantinya akan baik atau buruk ya pasrah saja”  
(wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian Rifai menanggapi dengan rasa sedih karena itu menjadi beban baginya. Dalam hal mengambil suatu keputusan Rifai

belum mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan diambil.

Hasil dari wawancara dengan Rifai sebelum tinggal di pondok pesantren dan mengikuti kegiatan *Mujahadah* di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara Rifai termasuk anak yang belum mempunyai kontrol diri yang baik. Rifai mudah terpengaruh oleh teman-temannya dan belum bisa mempertimbangkan dengan matang resiko dan juga keputusan yang akan Rifai ambil, sehingga Rifai dapat terhindar dari hal-hal yang dapat merugikan dirinya.

Setelah Rifai berada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah, Rifai merasakan banyak perubahan pada dirinya. Dalam hal mengontrol perilaku, Rifai dapat mengontrol perilakunya dengan baik, Rifai sudah tidak lagi melakukan pelanggaran tata tertib di sekolahnya. Sedangkan dalam hal mengontrol stimulus, Rifai merupakan santri yang teguh dalam pendiriannya, Rifai tidak lagi mudah terpengaruh oleh teman. Seperti yang diungkapkannya sebagai berikut :

*“Kalo di ajak temen melakukan pelanggaran lagi saya gak mau kak” (wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Rifai mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima. Sedangkan dalam kemampuan menafsirkan suatu

peristiwa atau kejadian, Rifai lebih tegar dan tidak mudah sedih, dia berfikir dari semua masalah atau cobaan yang dialaminya pasti ada solusi untuk menyelesaikannya dan beranggapan semua kejadian ada hikmahnya. Dan dalam kemampuan mengambil keputusan, Rifai mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Rifai lebih berhati-hati dan mempertimbangkan dengan matang dalam mengambil keputusan. Hal ini terlihat dari ungkapan Rifai sebagai berikut:

*“Saya mencoba berhati-hati dan mempertimbangkan dengan matang langkah yang akan saya ambil”  
(wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Rifai termasuk santri yang mempunyai kontrol diri baik. Rifai dapat mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

#### 4. Subjek Putri

Putri merupakan santri putri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang berusia 17 tahun yang saat ini masih duduk dibangku kelas XI MA. Putri lahir di Palembang 1 Agustus 2002 dan dia berasal dari Palembang. Putri belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ketika awal masuk sekolah MA kelas X pada tahun 2017. Sebelum Putri belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, Putri hanya pernah

mendapatkan bimbingan agama Islam dari orang tuanya. Latar belakang pendidikan putri adalah sekolah negeri yang pendidikan agamanya masih jarang diberikan kepada murid-muridnya. Dengan kata lain Putri belum pernah mendapatkan pelajaran dasar mengenai agama Islam (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).

Gambaran kontrol diri Putri sebelum tinggal di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang diperoleh dari hasil wawancara diuraikan sebagai berikut, dalam hal kemampuan mengontrol perilaku, Putri belum bisa mengontrol perilakunya dengan baik. Putri mengaku sering nongkrong dengan teman laki-laki di lingkungan tempat tinggalnya (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019). Hal ini terlihat dari ungkapan Putri sebagai berikut :

*“Dulu waktu di rumah sering banget nongkrong sama temen-temen cowok kak, sampai-sampai ada yang bilang kalo aku mirip anak cowok” (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).*

Dalam kemampuan mengontrol stimulus, Putri mengaku mudah terpengaruh oleh temannya, Putri sering di ajak menonton dangdut oleh temannya, menurut Putri menonton dangdut adalah hal yang wajar. Hal ini diungkapkan oleh Putri sebagai berikut:

*“Aku sering banget di ajak temen-temen nonton dangdut kak, ya aku mau aja, kalo di tempat tinggalku ada*

*perempuan nonton dangdut itu hal yang wajar kak” (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Putri belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan dia terima, karena dalam hal ini Putri tidak memperdulikan sesuatu hal yang beresiko pada dirinya. Dalam kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian Putri belum mampu memperhatikan dari segi positif secara subjektif. Putri hanya beranggapan hal yang dilakukannya adalah sesuatu yang wajar. Dan dalam mengambil keputusanpun Putri belum mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Putri lebih menuruti keinginannya tanpa memikirkan terlebih dahulu resiko yang akan diterimanya. Putri tidak berfikir panjang, jika menurutnya itu sudah benar maka Putri langsung mengambil keputusannya tersebut (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019). Hal ini terlihat dari ungkapan Putri sebagai berikut:

*“Kalau saya menginginkan sesuatu langsung saya lakukan kak, tanpa pikir panjang” (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Putri sebelum tinggal pondok pesantren dan mengikuti kegiatan *Mujahadah* di Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara memiliki kondisi kontrol diri yang kurang baik. Putri mudah terpengaruh oleh temannya dan belum bisa mengendalikan

dirinya dengan tepat sehingga dapat terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

Setelah Putri berada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah, Putri mengaku banyak perubahan pada dirinya. Dalam hal kemampuan mengontrol perilaku, Putri dapat mengontrol perilakunya dengan baik, Putri merasa sadar bahwa dalam pandangan masyarakat seorang perempuan yang sering nongkrong atau berkumpul dengan laki-laki adalah hal yang kurang baik. Dalam hal mengontrol stimulus, Putri tidak mudah terpengaruh oleh temannya. Sedangkan dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, Putri cukup baik dalam mempertimbangkan resiko yang akan diterima. Hal ini sesuai yang diungkapkannya sebagai berikut :

*“Saya berfikir resiko apa yang akan saya terima bila saya melakukan hal tersebut” (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, Putri sudah mampu memperhatikan dari segi positif secara subjektif. Sedangkan dalam kemampuan mengambil keputusan, Putri mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Putri lebih berhati-hati dan mempertimbangkan dengan matang dalam mengambil keputusan. Hal ini terlihat dari ungkapan Putri sebagai berikut:

*“Dalam hal melakukan sesuatu, saya mencoba untuk berhati-hati dan mempertimbangkan dengan matang langkah yang akan saya ambil” (wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019).*

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Putri termasuk santri yang mempunyai kontrol diri baik. Putri dapat mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

#### 5. Subjek Ayun

Ayun merupakan santri putri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang berusia 17 tahun yang saat ini masih duduk dibangku kelas XI MA. Ayun lahir di Jepara 29 Januari 2002 dan dia berasal dari desa Balong kecamatan Kembang kabupaten Jepara. Ayun belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara ketika awal masuk sekolah MTs kelas VII pada tahun 2014. Sebelum Ayun belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, Ayun hanya pernah mengikuti pengajian di taman pendidikan Al-Qur'an (TPQ) di tempat tinggalnya (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).

Gambaran kontrol diri Ayun sebelum tinggal di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang diperoleh dari hasil wawancara diuraikan sebagai berikut, dalam hal kemampuan mengontrol perilaku, Ayun belum bisa mengontrol perilakunya dengan baik. Ayun dulu merupakan

anak yang memiliki catatan pelanggaran di sekolahnya. Ayun mengaku pernah tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya, sebagai hukuman dari perbuatan Ayun tersebut, Ayun disuruh untuk berdiri di depan kelas. Hal ini terlihat dari ungkapan Ayun sebagai berikut:

*“Dulu pernah gak ngerjain tugas PR, soalnya susah banget kak, terus aku dihukum disuruh berdiri di depan kelas di samping bu guru kak” (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengontrol stimulus Ayun mudah terpengaruh dengan lingkungan sekitar. Ayun mengaku sering ngrumpi dengan teman-temannya dan membicarakan hal yang tidak bermanfaat. Hal ini terlihat dari ungkapan Ayun sebagai berikut :

*“Saya dulu sering ngrumpi dengan teman-teman dan membicarakan hal yang enggak bermanfaat kak” (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).*

Dalam mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Ayun belum mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima karena Ayun lebih memilih untuk pasrah dengan keadaannya dan menerima apapun resikonya entah itu baik atau buruk. Sedangkan dalam kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian Ayun belum mampu untuk melihat dari segi positif atas masalah tersebut. Hal ini terlihat dari ungkapan Ayun sebagai berikut:



*“Kalo punya masalah ya aku mencoba biasa aja kak, walaupun kadang sulit untuk menjalaninya” (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal kemampuan mengambil keputusan Ayun belum mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil. Jika Ayun merasa senang dengan apa yang dilakukannya, maka Ayun akan menjalaninya tanpa memikirkan resiko yang akan Ayun alami. Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Ayun sebelum tinggal di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara memiliki kondisi kontrol diri yang kurang baik. Meskipun Ayun pernah mengikuti pendidikan di TPQ, tetapi Ayun belum mampu mengaplikasikannya di dalam kehidupan sehari-harinya. Ayun belum bisa mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga dapat terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).

Setelah Ayun berada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah, Ayun merasakan banyak perubahan pada dirinya, Ayun tidak lagi melakukan pelanggaran di sekolahnya dan selalu patuh untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya. Ayun merasa bahwa tugas yang diberikan gurunya adalah suatu hal yang wajib dikerjakan sebagai seorang murid. Dalam hal kemampuan mengontrol stimulus, Ayun merupakan

santri yang sulit terpengaruh oleh teman-temannya, jika ada teman yang mengajaknya *ngerumpi* dan membicarakan hal yang tidak bermanfaat, Ayun selalu menolak ajakan temannya. Hal ini terlihat dari ungkapan Ayun sebagai berikut:

*“Teman saya selalu mengajak saya untuk membicarakan hal yang tidak bermanfaat, tapi saya mencoba untuk menyikapinya dengan menolak secara halus” (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).*

Dalam hal mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian Ayun telah mampu mempertimbangkan dengan baik resiko yang akan diterima. Ayun lebih berhati-hati akan resiko yang dia terimanya. Dalam hal kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, Ayun sudah mampu memperhatikan dari segi positif secara subjektif. Sedangkan dalam kemampuan mengambil keputusan, Ayun mampu mempertimbangkan dengan matang keputusan yang akan dia ambil, Ayun lebih berhati-hati dan mempertimbangkan dengan matang dalam mengambil keputusan (wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019).

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa Ayun termasuk santri yang mempunyai kontrol diri baik. Ayun bisa mengendalikan dirinya dengan tepat sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak di inginkan olehnya.

### C. Pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara

Proses pelaksanaan kegiatan *mujahadah* diberikan kepada santri yang tinggal di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Kegiatan *mujahadah* ini dilakukan tentunya untuk mengembangkan kontrol diri pada santri. *Mujahadah* yang diterapkan di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah *mujahadah* jenis *yaumiyah* yakni yang dilakukan setelah maghrib dan tengah malam, dimana dalam pelaksanaannya dimulai dengan shalat sunnah berjamaah (tengah malam) kemudian dilanjutkan bermujahadah bersama dengan bacaan yang ditentukan seperti *sholawat* nabi, *tahlil*, *do'a mujahadah*, *do'a kanzul arsy*, dan sebagainya, kemudian dilanjutkan dengan ceramah atau *mauidloh hasanah* oleh pemimpin *mujahadah* mengenai masalah akhlak, syari'at, akidah dengan maksud agar para santri dalam mengikuti *mujahadah* bertambah kuat iman maupun akidahnya, meningkatkan ibadahnya, dan menjalankan syariat serta memiliki akhlak yang baik. Hal tersebut senada dengan apa yang diungkapkan oleh A. Kholilur Rohman, selaku ketua pengurus pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) yaitu:

*“Sebenarnya tujuan dari pelaksanaan mujahadah itu sendiri adalah mendamaikan hati orang-orang yang mempunyai permasalahan baik urusan pribadi maupun urusan umum, karena mujahadah hakikatnya hanya karena Allah SWT”* (wawancara dengan A. Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Pelaksanaan kegiatan *mujahadah* di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yakni diawali dengan mensucikan badan terlebih dahulu, *mujahadah* maghrib dilakukan setelah selesai melaksanakan jamaah sholat maghrib dan langsung membaca do'a *mujahadah*. Adapun *mujahadah* tengah malam dilakukan antara jam dua belas sampai jam dua dini hari, dan sebelum membaca do'a *mujahadah* para santri melaksanakan sholat sunah dua rakaat dengan berjamaah terlebih dahulu. Ketika imam *mujahadah* sudah datang, imam *mujahadah* menyuruh para santri untuk bersiap-siap melaksanakan sholat sunnah dengan merapatkan barisan setelah selesai melaksanakan sholat sunnah dua rakaat imam *mujahadah* membaca *chadloroh* sesuai dengan *aurod* dalam *mujahadah*, dalam proses ini para santri hanya berdiam dan mendengarkan bacaan imam. Setelah imam selesai membaca *chadloroh* para santri langsung dengan sigap dan cepat mengikuti imam membacakan bacaan-bacaan yang ada dalam *mujahadah* sampai selesai (wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).

Dalam pelaksanaan kegiatan *mujahadah* ini para santri ada yang terlihat khusyu', ada yang mengusili teman dekatnya, dan ada pula yang berbicara dengan teman disampingnya. Adapun bentuk shof dalam melaksanakan *mujahadah* di pondok pesantren ini adalah shof pertama ditempati para santri putra, shof kedua para jamaah dari masyarakat sekitar, dan di shof terakhir ada para santri putri.

Sedangkan penempatan barisannya (shof) antara laki-laki dan perempuan tetap ada penghalang berupa barisan meja untuk mengaji. Sama halnya dengan *mujahadah* maghrib, *mujahadah* malam juga sama prosesnya seperti yang diuraikan oleh A. Kholilur Rohman yakni:

*“Pelaksanaan mujahadah di pesantren ini sebenarnya sama saja antara mujahadah ba’da maghrib dan mujahadah malam, hanya saja pada mujahadah malam terdapat satu amalan yang dibaca ketika pertengahan mujahadah yakni setelah lafadh lahaulawalaquataillabillahil’aliyil’adzim. Untuk mujahadah malam lebih dikhususkan bagi santri guna agar santri bisa lebih istiqomah dalam bermujahadah” (wawancara dengan A. Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).*

Cara mengamalkan *aurod* dalam *mujahadah* antara lain, yaitu:

1. Fatichah nomor tujuh pada lafadh *ahlilqoryati*..... diisi nama desa yang ditempati *mujahadah* baik *mujahadah* sendiri maupun berjamaah.
2. Pada lafadh *khushushon*..... diisi nama orang yang dimaksud (orang yang dido’akan).
3. Do’a *mujahadah* pada lafadh *aghitsnii*..... diisi permohonan satu persatu sesuai dengan yang dihadiahi fatichah pada lafadh *khusushon*.
4. Do’a *mujahadah* pada lafadh *chaajatii*.... diisi permohonan yang diinginkan (Dalam Kitab Nihadlul Mustaghfirin cetakan ke enam).

Adapun adab mengamalkan *aurod mujahadah* adalah shalat hajat dua rakaat, menghadap kiblat, yakin atau percaya, istiqomah, konsentrasi dan ikhlas. Sedangkan materi mujahadah atau rangkaian bacaan yang dibaca antara lain : pertama, pembacaan *hadllarah* ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW, para Aulia Allah, para sahabat, syuhada', Syekh Abdul Qadir Al- Jailani, syekh Abdur Rohim, syekh Abdur Jalil, syekh Abdur Karim, syekh Abdur Rosyid, dan para pendahulu jamaah mujahadah yang sudah meninggal. Kedua, membaca *istighfar* sebanyak 100 kali. Ketiga, membaca *assholaatu wassalaamu 'alaika* sebanyak 103 kali. Keempat, membaca *laa ilaaha illaa anta subchaanaka inni* sebanyak 100 kali. Kelima, membaca *laa chaula wala quwwata illaa billah* sebanyak 100 kali. Keenam, membaca surat *Al-fatihah* sebanyak 7 kali. Ketujuh, membaca ayat kursi sebanyak 7 kali. Kedelapan, membaca *walaya'uduhu* sebanyak 49 kali. Kesembilan, membaca surat *Al-Ikhlash* sebanyak 11 kali. Kesepuluh, membaca *laa ilaaha illallahh* sebanyak 100 kali. Kesebelas, membaca *sholawat* Nabi, dan di akhiri dengan do'a (Dalam Kitab Nihadlul Mustaghfirin cetakan ke enam).

Mengenai cara agar para santri ikut berperan aktif dalam mengikuti *mujahadah* Kang Ahmad Kholilur Rohman mengatakan:

*“Di pesantren ini terdapat istilah mendapat ijazah (amalan) yang tidak sembarang santri bisa mendapatkannya, hanya santri yang istiqomah dalam mengikuti mujahadah lah yang bisa mendapatkannya” (wawancara dengan A. Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019).*

Hal tersebut juga dibenarkan oleh Abdul Rozaq selaku pengurus pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang mengatakan:

*“Cara membuat santri beristiqomah dalam mengikuti mujahadah, di pesantren ini terdapat sebuah kesepakatan dimana kesepakatan itu adalah jika santri bisa mengikuti mujahadah secara terus menerus selama 40 hari akan dapat sebuah ijazah (amalan)” (wawancara dengan Abdul Rozaq, 05 Agustus 2019).*

Dari pernyataan di atas penulis menyimpulkan bahwa bacaan yang dibaca dalam melaksanakan kegiatan mujahadah adalah dzikir, do'a dan wirid. Sedangkan keterangan dan hasil penelitian yang penulis dapatkan, pelaksanaan kegiatan mujahadah cukup sesuai dengan kenyataan atau praktek yang ada di lapangan.

## **BAB IV**

### **ANALISIS KONTROL DIRI DAN MUJAHADAH**

#### **A. Analisis Kontrol Diri Santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara**

Cara untuk mendeskripsikan kondisi kontrol diri santri mengacu pada teori Averill. teori ini dijadikan sebagai dasar dalam membuat draf wawancara terkait dengan kondisi kontrol diri pada santri. Tolok ukur kontrol diri secara operasional dengan menggunakan aspek-aspek seperti: kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan kemampuan mengambil keputusan. Santri yang dipilih adalah santri yang berusaha menunjukkan keterwakilan dari semua santri yang ada di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Santri tersebut masih berstatus sebagai pelajar di tingkat MTs dan MA. Pada jenjang pendidikan tersebut, kondisi kontrol diri santri adalah sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan mujahadah di pondok pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara. Kondisi kontrol diri santri yang dikembangkan dari teori Averill dalam Ghufroon (2010: 31) adalah sebagai berikut:

##### **1. Kemampuan Mengontrol Perilaku**

Kemampuan mengontrol perilaku mengacu pada kemampuan mengatur pelaksanaan dari sebuah perilaku yang mengarah pada mengganggu kenyamanan orang lain dan



melanggar aturan yang telah ditetapkan, sehingga individu dapat terhindar dari hal yang negatif. Menurut analisis penulis, bahwa sebelum para santri belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah terlihat bahwa para santri belum mampu mengontrol perilakunya. Meskipun para santri ada yang sudah mendapatkan bimbingan agama Islam di rumah, dan ada juga yang pernah belajar di madrasah diniyah akan tetapi santri tersebut belum mampu mengaplikasikannya di dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini terjadi karena dimungkinkan lingkungan tempat tinggal yang kurang mendukung (Ghufron, 2010: 31).

Setelah santri tinggal dan belajar di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti kegiatan mujahadah, para santri mengalami perubahan pada kontrol diri yang dimilikinya. Terbukti dengan berkurangnya pelanggaran yang dilakukan santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, santri menjadi lebih semangat untuk mengikuti kegiatan mengaji, santri lebih mampu mengendalikan perilaku yang akan dia lakukan karena santri tersebut telah memahami dan menerapkan dalam hidupnya untuk berpegang pada pedoman ajaran agama, sehingga santri mampu menilai perilaku yang harus dilakukan dan perilaku yang harus di tinggalkan dan mampu mewujudkan hidup bahagia di dunia maupun di akhirat (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

## 2. Kemampuan Mengontrol Stimulus

Kemampuan mengontrol stimulus merupakan kemampuan untuk memahami bagaimana dan kapan stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi. Dalam hal ini stimulus yang di dapat adalah stimulus dari dalam maupun strimulus dari luar diri santri yang mana usia santri saat ini adalah usia remaja yang selalu ingin mencoba hal-hal baru yang belum pernah mereka lakukan. Ditambah dengan pergaulan dengan teman dari luar pondok pesantren yang latar belakang temannya tersebut belum memiliki kontrol diri yang baik (Ghufron, 2010: 31).

Menurut analisis penulis sebelum santri tinggal di pondok pesantren mereka belum mampu mengontrol stimulus, artinya mereka masih mudah terpengaruh oleh stimulus dari luar dirinya. Dalam hal kemampuan mengontrol stimulus, sebelum mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, Rifai terlihat belum cukup mampu dalam mengontrol stimulus. Ketika Rifai diajak temannya pergi seusai pulang sekolah Rifai menerima ajakannya, seharusnya pulang ke pondok pesantren tetapi Rifai mengikuti ajakan temannya meskipun dia tahu bahwa hal itu melanggar aturan pondok pesantren. Setelah santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, para santri mengalami peningkatan dalam hal kemampuan mengontrol dirinya. Perubahan yang terlihat dari santri adalah santri tidak

mudah terpengaruh dengan hal-hal yang tidak bermanfaat dalam hidupnya (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

### 3. Kemampuan Mengantisipasi Suatu Peristiwa atau Kejadian

Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian merupakan kemampuan untuk mempertimbangkan akibat dari suatu tindakan, seolah dapat membentengi kejadian yang belum terjadi, kemampuan ini dapat terbentuk dari kejadian masa lalu, pengalaman orang lain, atau perilaku yang menghasilkan konsekuensi buruk serta memiliki kesiapan fisik dan mental dalam melakukan yang tepat terhadap suatu kejadian yang tidak terduga (Ghufron, 2010: 31).

Menurut analisis penulis dari hasil wawancara yang telah diuraikan di bab sebelumnya, bahwa sebelum santri tinggal di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan mengikuti mujahadah, santri belum mampu mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian dengan baik. Setelah santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dalam hal kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian terlihat bahwa mereka telah mampu mengantisipasinya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan mengikuti mujahadah santri mampu memahami isi bacaan serta mampu melawan dan menundukkan kehendak hawa nafsu, apabila nafsu dapat dikalahkan, santri mengutamakan perkara yang dicintai Allah dan menahan nafsu

kehendak pribadi, dan santri mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

#### 4. Kemampuan Menafsirkan Peristiwa atau Kejadian

Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian merupakan kemampuan menilai suatu peristiwa atau kejadian dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara subjektif. Berdasarkan data yang diperoleh sebelum santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, kelima santri tersebut belum mampu memperhatikan dengan baik resiko yang akan diterima. Dengan latar belakang kehidupan yang berbeda tentunya akan mempengaruhi perkembangan kontrol diri santri. Terbukti dengan terlihatnya santri kurang dapat melihat dari sisi positif, ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan mereka lebih menyikapinya dengan meledak-ledak akan tetapi terkadang mereka menjalaninya dengan pasrah meskipun dengan mengeluh dan merasa kurang ikhlas karena yang terjadi tidak sesuai dengan keinginan mereka (Ghufron, 2010: 31).

Dari analisis peneliti, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian setelah santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, mereka melakukan penilaian dan penafsiran suatu keadaan dengan cara memerhatikan segi positif dari kejadian tersebut.

Hal ini terlihat ketika mereka mempunyai masalah, mereka selalu berusaha untuk menerima dengan sabar, mereka menganggap bahwa masalah yang menimpa dirinya adalah suatu cobaan yang nantinya akan memberikan suatu pembelajaran bagi dirinya dimasa yang akan datang, dan mereka yakin setiap masalah akan ada solusi yang terbaik (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

#### 5. Kemampuan Mengambil Keputusan

Kemampuan mengambil keputusan atau mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Berdasarkan data yang diperoleh sebelum santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara santri belum mampu mempertimbangkan dari segi positif atas permasalahan yang dialaminya, santri tersebut belum begitu yakin dalam memutuskan sesuatu, mereka terkadang masih ragu dengan keyakinan yang akan dia ambil dan lebih memilih untuk meminta bantuan ke teman yang lebih dewasa darinya atau kepada pengurusnya (Ghufron, 2010: 31).

Menurut analisis peneliti setelah santri mengikuti mujahadah, dalam hal kemampuan mengambil suatu keputusan santri mampu secara matang dan sangat berhati-hati dengan artian dipertimbangkan terlebih dahulu sebelum memutuskannya. Santri lebih mengutamakan untuk melakukan hal baik yang sesuai dengan ajaran agama Islam dan perkara yang dicintai oleh Allah (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

#### **B. Analisis Pelaksanaan Mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sounding Jepara**

Allah menciptakan manusia dalam kondisi yang lemah dan penuh kekurangan, namun manusia adalah makhluk paling sempurna dibandingkan dengan makhluk ciptaan Allah lainnya. Karena yang maha sempurna hanyalah Allah SWT, sehingga muncul ketidakmampuan manusia dalam mengatasi persoalannya, maka disini manusia sangat dituntut untuk banyak berikhtiar lahir dan bermujahadah batin mencari pertolongan, perlindungan dan ridho Allah.

Semakin sering bermujahadah dan mengamalkan ajaran agamanya, maka semakin tumbuh keshalehan dan ketaqwaannya, baik itu keshalehan individu maupun keshalehan sosialnya. Dengan kata lain mujahadah yang dilakukan dengan sungguh-sungguh dalam bentuk lisan (*dzikrullah*) dan perbuatan perilaku (*'amalusholihah*), mendatangkan kedamaian, ketenangan dan ketenteraman hidup lahir

dan batin. Hal tersebut sesuai dengan apa yang dikatakan oleh pengasuh Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, “Kegiatan mujahadah pada dasarnya adalah mendatangkan ketenangan, kedamaian dan ketentruman lahir dan batin” (wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019).

Mujahadah merupakan salah satu kegiatan yang dapat menghentikan gambaran-gambaran negatif serta dapat mengobati penyakit psikologis terutama dalam meningkatkan kontrol diri. Karena pada dasarnya mujahadah tersebut dapat menenangkan jiwa seseorang. Internalisasi dari pemaknaan mujahadah dapat menumbuhkan dan meningkatkan kontrol diri terutama dalam mengontrol perilaku yang menyimpang. Individu cenderung bisa mengatur dirinya sendiri, mampu mendahulukan skala prioritas yang harus dicapai oleh individu tersebut dan juga akan senantiasa berusaha mengejar ketertinggalan dan kekurangan yang dimilikinya. Individu yang mempunyai kontrol diri yang baik, ia senantiasa mampu mengendalikan perilaku yang menyimpang. Santri cenderung bisa mengatur dirinya sendiri, mampu mendahulukan skala prioritas yang harus dicapai oleh santri. Santri yang mempunyai kontrol diri yang baik, ia senantiasa mampu mengendalikan perilaku yang menyimpang (Masruroh, 2012: 78).

Al-Banjari (2010: 15) menyatakan bahwa ketika seseorang mengamalkan asma-asma Allah maka orang tersebut akan mendapatkan rahmat dan kasih sayang-Nya, dan Allah akan menjaga

hatinya dari segala keburukan. Al-Jauziyah (dalam Bukhori, 2008: 107) menyatakan bahwa dzikir merupakan salah satu cara agar seseorang merasa selalu terawasi oleh Allah. Ia juga menyatakan bahwa dzikir dapat menimbulkan *self control*.

Mujahadah mendatangkan ketenangan dan perasaan selalu diawasi oleh Allah, karena pada saat mujahadah mereka memusatkan pikiran dan perasaan kepada Allah dengan cara menyebut nama-Nya berulang-ulang, menyebabkan mereka mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Secara psikologis, akibat perbuatan mengingat Allah ini dalam alam kesadaran akan berkembang penghayatan akan kehadiran Tuhan, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Ia tidak akan merasa hidup sendirian di dunia ini, karena ada *Dzat* yang maha mendengar keluhkesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun. Jadi dengan mujahadah, santri mendapatkan ketenangan di dalam batinnya. Dalam kondisi psikis yang tenang seseorang akan berpikir positif terhadap sesuatu peristiwa, dan menghindarkan diri dari pemikiran-pemikiran negatif yang menimbulkan kemarahan sehingga menumbuhkan kontrol diri (Isya, 2001: 80).

Mujahadah kepada Allah dalam alam kesadaran akan merasakan kehadiran Allah, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi, yang pada akhirnya mengarahkan seseorang untuk selalu berfikir dan berperilaku positif.



Salah satu alternatif kegiatan yang bisa menghentikan pikiran dari gambaran-gambaran penyebab kemarahan adalah dengan mengikuti mujahadah. Karena pada dasarnya mujahadah merupakan aktifitas yang menciptakan keadaan tenang, baik ketika sedang melakukan mujahadah maupun di luar mujahadah yang dapat menimbulkan ketenangan batin (Isya, 2001: 80).

Menurut Subandi (1994: 112) prinsip pokok dalam dzikir adalah pemusatan pikiran dan perasaan pada Allah dan menyebut nama-nama Allah berulang-ulang. Karena dengan demikian seseorang akan mempunyai pengalaman berhubungan dengan Allah. Hal itu terjadi karena proses *autosugesti*.

Dari uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa santri yang mengikuti mujahadah memperoleh ketenangan dan merasa terawasi oleh Allah. Pada kondisi tersebut memungkinkan santri untuk selalu berfikir positif, sehingga terhindar dari hal-hal yang menyimpang. Dengan mujahadah, maka para santri memperoleh efek ketenangan, apabila mujahadah tersebut selalu diucapkan secara berulang-ulang sambil membayangkan atau menghayati maknanya akan menghasilkan ketenangan. Pada saat kondisi psikis tenang maka seseorang akan mampu mengatur dirinya serta terhindar dari pikiran-pikiran negatif yang menimbulkan kemarahan sehingga dapat meningkatkan kontrol diri.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menganalisis bahwa gambaran kontrol diri pada santri sebelum santri mengikuti

mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dan setelah santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, terdapat kontrol diri terhadap aturan yang ada di pondok pesantren, kontrol diri terhadap kondisi sosial dan norma-norma ajaran Islam dan norma yang ada di lingkungan masyarakat. Penjelasan mengenai kontrol diri santri sebelum mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang menjadi subjek penelitian terdapat lima subjek penelitian, dari kelima santri belum mempunyai kontrol diri yang baik, terlihat pada kemampuan mengendalikan dorongan yang dimiliki kurang tepat atau di dalam teori kualitas kontrol diri kelima santri berada pada *under control* (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

Setelah santri mengikuti mujahadah di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, mereka dapat memahami dan mengamalkan dengan baik, sehingga santri tersebut mempunyai kontrol diri yang baik, terlihat pada kemampuan mengendalikan dorongan yang dimiliki secara tepat atau di dalam teori kualitas kontrol berada pada *appropriate control*, hal ini terlihat pada tidak adanya perilaku yang bertentangan dengan tata tertib, mereka juga mampu dalam mengontrol stimulus dari luar dirinya dengan tepat, dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan dan norma yang berlaku dimana dia berada. Selain itu santri lebih bersemangat dalam menjalankan kegiatan mengaji setiap sore,

memelihara shalat lima waktu dengan selalu berusaha mengikuti jama'ah, melaksanakan shalat malam, bertutur kata yang baik dan lebih mengutamakan untuk melakukan hal baik yang sesuai dengan ajaran agama Islam dan perkara yang dicintai oleh Allah (wawancara dengan santri, 06 Agustus 2019).

Berkenaan dengan hasil temuan di lapangan, peneliti menyimpulkan bahwa kondisi kontrol diri santri di pondok pesantren asrama perguruan Islam (API) Sumanding Jepara tidak berkembang begitu saja, terdapat faktor yang mempengaruhinya antara lain: kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa, dan kemampuan mengambil keputusan. Selain faktor tersebut, terdapat juga faktor psikologis. Faktor psikologis yang mempengaruhi perkembangan kontrol diri santri adalah religiusitas, hal ini dilihat dari lingkungan tempat tinggal yang berada di pondok pesantren yang dalam kesehariannya para santri melaksanakan kegiatan mujahadah, sehingga aspek religiusitasnya menjadi lebih baik. Secara tidak langsung jika santri memiliki nilai religiusitas yang baik santri tersebut mampu menjadikan ajaran agama sebagai mekanisme tingkah laku sehari-hari (Ghufron, 2010: 31).

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah penulis mengadakan penelitian dan menganalisa tentang mujahadah untuk mengembangkan kontrol diri santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara, maka penulis menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi kontrol diri santri di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara

Kondisi kontrol diri santri sebelum tinggal di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara yang menjadi subjek penelitian, terdapat lima subjek penelitian. Dari kelima santri tersebut belum mempunyai kontrol diri yang baik, terlihat pada kemampuan mengendalikan dorongan yang dimiliki kurang tepat atau didalam teori kualitas kontrol diri kelima santri berada pada *under control*, terbukti dengan adanya santri yang memiliki kecenderungan bertindak tanpa berfikir panjang hal ini dibuktikan dengan santri yang melanggar tata tertib sekolah dan juga tata tertib pondok pesantren, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya, setelah selesai sekolah tidak langsung pulang ke pondok pesantren, tidak mengikuti sholat berjama'ah. Akan tetapi, kondisi kontrol diri santri semakin membaik setelah belajar di pondok pesantren dan mengikuti kegiatan mujahadah, hal tersebut terlihat dengan beberapa sifat yang tumbuh dalam dirinya, diantaranya: tidak

adanya perilaku yang bertentangan dengan tata tertib, mereka juga mampu dalam mengontrol stimulus dari luar dirinya dengan tepat, dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan dan norma yang berlaku dimana dia berada.

## 2. Pelaksanaan mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara

Pelaksanaan mujahadah di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara pada dasarnya sudah berjalan dengan baik, dilihat dari pelaksanaannya yang selalu diikuti oleh santri secara istiqomah. Jenis mujahadah yang digunakan di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara adalah mujahadah *yaumiyyah* dimana mujahadah dilakukan setiap hari yakni setelah maghrib dan tengah malam. Mujahadah merupakan salah satu kegiatan yang dapat menghentikan gambaran-gambaran negatif serta dapat mengobati penyakit psikologis terutama dalam meningkatkan kontrol diri. Karena pada dasarnya mujahadah tersebut dapat menenangkan jiwa seseorang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis terhadap temuan-temuan, maka peneliti memberikan saran untuk Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara agar lebih memperhatikan santri yang kurang istiqomah dalam mengikuti kegiatan mujahadah. Selalu membimbing dan mengarahkan santri

untuk berbuat dalam kebaikan dan perbuatan yang di ridhoi oleh Allah, sehingga santri terhindar dari perbuatan yang tercela dan dapat merugikan dirinya sendiri. Mengingat bahwa pondok pesantren merupakan sarana bagi santri dalam membentuk insan yang mempunyai kecerdasan spiritual yang tinggi.

### **C. Penutup**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, peneliti dapat menyelesaikan tugas penelitian ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat berbagai kesalahan meskipun sudah peneliti usahakan semaksimal mungkin. Untuk itu kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya bagi peneliti sendiri dimasa yang akan datang, Amin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Yunasril. 2003. *Jenjang-jenjang Ruhani*, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Andjani, Sari, *Efektifitas Teknik Kontrol Diri Pada Pengendalian Kemarahan*, Jurnal Psikologi, Tahun ke XVIII Nomor 1, Juni 1991.
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Azis, Rahmat dan Yulianti Hotifah, 2005. *Hubungan Dzikir dengan Kontrol Diri Santri Manula di Pesantren Roudlotul Ulum*, Kediri, Jurnal Psikologi Islami, Vol 1, Nomor 2, Desember 2005
- Azwar, Saifudin, 1998. *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budiraharjo, Paulus 1997. *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*, Yogyakarta: Kanisius.
- Bukhori, Baidi, 2008. *Dzikir Al-Asma Al-Husna*, Semarang: Syiar Media Publishing.
- Creswell, John W, 2015. *Research Design, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, Yogyakarta: Pusataka Pelajar.
- Ezmir, 2012. *Analisis Data, Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Press.
- Gerungan, 2010. *Psikologi Sosial*, Bandung: PT Refika Aditama
- Ghufro, M. Nur, Rini Risnawita S, 2010. *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawan, Iman, 2013. *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Bumi Aksara.

- Hasil Wawancara dengan Abdul Rozaq, 27 September 2018.
- Hasil Wawancara dengan Abdul Rozaq, 05 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Ahmad Kholilur Rohman, 05 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Ayun, 06 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Putri, 06 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Rianto, 06 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Rifai, 06 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Sahal, 06 Agustus 2019.
- Hasil Wawancara dengan Siti Hamidah, 05 Agustus 2019.
- Hawari, Dadang, 1999. *Do'a dan Dzikir sebagai Pelengkap Terapi Medis*, Yogyakarta: PT. Dana Bakti Prima Yasa.
- Herdiyansyah, Haris, 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta: Salemba Humanika.
- Jannah, Miftahul, 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).
- Kartono, Kartini dan Dr. Jenny Andari, 1989. *Hygieni Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, Bandung: Mandar Maju.
- Najati, Muhammad Ustman, 2005. *Psikologi dalam Al-Qur'an*, Bandung: CV Pustaka Setia.
- Singarimbun, Masri dan Sofian Efendi, 1995. *Metode Penelitian Survei*, Jakarta: LP3ES.
- Sugiyono, 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta.



Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.

Tasmara, Toto, 2001. *Kecerdasan Ruhaniyah*, Jakarta: Gema Insani Press.

Yusuf, A. Muri, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan*, Jakarta: Prenadamedia Group.

<https://sites.google.com/site/tunjunganmujahadah/pengertian-mujahadah/adab-adab-mujahadah> (Dikutip tanggal 3 des 2018 pukul 21:47 wib)

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Lampiran I. Transkrip Wawancara

### **PANDUAN WAWANCARA PENGASUH PONDOK PESANTREN ASRAMA PERGURUAN ISLAM (API) SUMANDING JEPARA**

1. Bagaimana profil pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
2. Kapan berdirinya pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
3. Apa visi misi pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
4. Apa tujuan pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
5. Berapa jumlah santri di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
6. Kapan pertama kali dilakukan kegiatan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
7. Bagaimana terciptanya gagasan diadakannya kegiatan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
8. Apa manfaat dan tujuan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
9. Apa saja yang diharapkan dari kegiatan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
10. Bagaimana tata cara pelaksanaan kegiatan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?

## **PANDUAN WAWANCARA USTADZ PONDOK PESANTREN ASRAMA PERGURUAN ISLAM (API) SUMANDING JEPARA**

1. Siapa nama bapak ?
2. Kegiatan apa saja yang anda lakukan di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
3. Apa tugas dan kewajiban anda sebagai ustadz di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
4. Apa saja kegiatan santri di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
5. Bagaimana kondisi kontrol diri santri sebelum mengikuti mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
6. Adakah perkembangan kontrol diri santri setelah mengikuti mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
7. Bagaimana anda melihat perkembangan kontrol diri santri di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
8. Apa maksud dan tujuan diadakannya mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?

**PANDUAN WAWANCARA SANTRI PONDOK PESANTREN  
ASRAMA PERGURUAN ISLAM (API) SUMANDING JEPARA**

1. Siapa nama saudara/saudari ?
2. Bagaimana profil saudara/saudari ?
3. Bagaimana kondisi kontrol diri saudara/saudari sebelum mengikuti mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
4. Sejak kapan saudara/saudari mengikuti kegiatan mujahadah yang diadakan di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
5. Bagaimana kondisi kontrol diri saudara/saudari setelah mengikuti mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
6. Apa saja manfaat yang saudara/saudari peroleh dari kegiatan tersebut?
7. Adakah kendala yang dihadapi selama mengikuti kegiatan mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?
8. Bagaimana pendapat saudara/saudari mengenai solusi untuk mengatasi kendala tersebut?
9. Apa kesan yang saudara/saudari rasakan selama mengikuti mujahadah di pondok pesantren API Sumanding Jepara ?

## Lampiran II. Doumentasi









المعهد الإسلامي السلافي

PONDOK PESANTREN ASSALAFIYAH ( API )

Ds. Sumanding Rt 09 Rw 03 Kec. Kembang Kab. Jepara 59453

Telp. 08522600258

SURAT KETERANGAN

Nomor : 09/IV/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini Pengasuh Pondok Pesantren Assalafiyah Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding menerangkan bahwa, Mahasiswa UIN Walisongo Semarang :

Nama : Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
NIM : 1401016082  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Telah melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Assalafiyah Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara dengan Judul Penelitian "*Mujahadah untuk Mengembangkan Kontrol Diri Santri (Studi Kasus di Pondok Pesantren Asrama Perguruan Islam (API) Sumanding Jepara)*", yang dilaksanakan pada tanggal 04 Agustus 2019 s/d 06 Agustus 2019.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sumanding, 02 Oktober 2019

Pengasuh Ponpes A.P.I



Ubu Nyai SITI HAMIDAH



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
Tempat / Tanggal Lahir : Jepara, 13 September 1994  
NIM : 1401016082  
Alamat Rumah : Dukuh Putat 06/02, Desa Sumanding,  
Kecamatan Kembang, Kabupaten  
Jepara.

### Pendidikan Formal

- SD N 1 Sumanding Lulus Tahun 2007
- MTs Darul Falah Sirahan Lulus Tahun 2010
- MA NU Kembang Lulus Tahun 2013
- UIN Walisongo Semarang Lulus Tahun 2019

### Pengalaman Organisasi

- Korp Da'i Islam (KORDAIS) Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Walisongo Semarang

Demikian daftar riwayat hidup pendidikan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan harap maklum adanya.

Semarang, 24 Agustus 2019  
Penulis

Rois Abdullah Badruddin Yusuf  
1401016082