

**OPTIMALISASI ENERGI PRANA DALAM MENINGKATKAN *EXTRA*
*SENSORY PERCEPTION***

**(Studi Kasus di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia
RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP)

Oleh:

ROINAL ROIS AL KALIM

NIM : 124411042

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2016

**OPTIMALISASI ENERGI PRANA DALAM MENINGKATKAN *EXTRA*
*SENSORY PERCEPTION***
**(Studi Kasus di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia
RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP)

Oleh:

ROINAL ROIS AL KALIM

NIM : 124411042

Semarang, 29 Nopember 2016

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag

NIP. 19720315 199703 1 002

Pembimbing II

Drs. H. Nidlomun/Ni'am, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 3 (tiga) eks.

Hal : **Naskah Skripsi**

An. Sdr. Roinal Rois Al Kalim

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah saya meneliti dan mengadakan perbaikan seperlunya, bersama ini saya kirim naskah saudara:

Nama : **Roinal Rois Al Kalim**
Nomor Induk : 124411042
Judul : **Optimalisasi Energi Prana Dalam Meningkatkan
Extra Sensory Perception (Studi Kasus di Lembaga
Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia
- RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)**

Dengan ini saya mohon kiranya skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian harap menjadi maklum.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 29 Nopember 2016

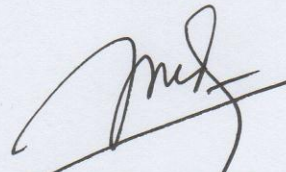
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag
NIP. 19720315 199703 1 002

Pembimbing II



Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag
NIP. 19580809 199503 1 001

PENGESAHAN

Skripsi saudara ROINAL ROIS AL KALIM, Nomor Induk Mahasiswa 124411042 dengan judul : “Optimalisasi Energi Prana Dalam Meningkatkan Extra Sensory Perception (Studi Kasus di Lembaga Peatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)” telah dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal :

13 Desember 2016

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S.1) dalam ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Keislaman, Tasawuf dan Psikoterapi (TP).

Dekan Fakultas/Ketua Sidang



Robmah Ulfah, M.Ag

NIP. 19700513 199803 2 002

Pembimbing I

Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag

NIP. 19720315 199703 1 002

Pembimbing II

Drs. H. Nidhomun Nizam, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

Penguji I

Fitriyati, S.Psi., M.Si

NIP. 19690725 200501 2 002

Penguji II

Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si

NIP. 19790304 200604 2 001

Sekretaris Sidang

Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag

NIP. 19700524 199803 2 002

MOTTO

.....إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ.....

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

(QS. Ar-Ra'd [13] : 11)

PERSEMBAHAN

Untuk yang tercinta, yang melangkah dengan tulus, yang memberi arti, makna serta semangat diri.

- ❖ Cinta yang terlahir, ku persembahkan karya ini kepada engkau **Ibu dan Ayahku**. Aku tahu hanya kalianlah yang punya cinta untuk anak-anakmu. Kalian pula yang rela mati untuk kami. Terima kasih atas semua yang telah kalian berikan.
- ❖ Untuk adik-adik tercintaku Hamilia Wirdani, Hanaya Al Fatihah dan Hilya Fitriyana Putri. Dengan kekuatan cinta, semoga keharmonisan senantiasa menyertai kita. Amiin.
- ❖ Para Guru-guruku yang terhormat, tercinta dan mulia.
- ❖ Laskar Psychosufistic TP-2012, kawan seperjuangan seluruh Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora angkatan 2012, Himpunan Mahasiswa Jurusan Tasawuf & Psikoterapi. Kalian yang membanggakan, memberi senyuman, tetap ku cintai.
- ❖ Kawan-kawan Tim KKN ke-66 Posko 48 di bumi Kletek, meski dalam 45 hari namun waktu itu telah mampu menciptakan keberartian yang mengesankan.
- ❖ Challengers RTD Semarang : Mas Sonep, Mas Zaenal, Mas Agos, Mas K-Conk (Hamzah), Farid, Thia, Akbar, Faqih, Luqi, Tisa, Bahrul dan Khamid. Terima kasih telah menjadi teman ngopi selama ini. Semoga kita benar-benar menjadi transformer peradaban.
- ❖ Yang kubanggakan Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD, keberadaanmu yang menuntun untuk senantiasa mengembangkan kesadaran sebagai Individu yang utuh.
- ❖ Untuk yang tercipta dengan indah, pemberi kekuatan pada sendi-sendi. Dalam hatiku, engkau menanamkan cinta. Engkaulah motivasi tertinggi yang menuntun diri untuk menyelesaikan skripsi ini. *Because you're my hope, my peace, my good company and inspiration.*

DEKLARASI

Peneliti menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi atau tulisan yang pernah diterbitkan oleh orang lain, termasuk juga pemikiran-pemikiran orang lain, kecuali informasi yang peneliti peroleh dari referensi yang menjadi bahan rujukan penelitian ini.

Semarang, 28 Nopember 2016

Deklarator

ROINAL ROIS AL KALIM

NIM : 124411042

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata bahasa Arab yang dipakai dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama Dan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan RI tahun 1987. Pedoman tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kata Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	...‘	koma terbalik di atas
غ	Gain	g	Ge

ف	Fa	f	Ef
ق	Qaf	q	Ki
ك	Kaf	k	Ka
ل	Lam	l	El
م	Mim	m	Em
ن	Nun	n	En
و	Wau	w	We
ه	Ha	h	Ha
ء	Hamzah	...'	Apostrof
ي	Ya	y	Ye

b. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia terdiri dari vokal tunggal dan vokal rangkap.

1. Vokal Tunggal

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

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	Dhammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabunganantara hharakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ...يَ	Fathah dan ya	Ai	a dan i
ـَ...وِ	Fathah dan wau	Au	a dan u

c. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
آ...ا...ى	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
ي...ي	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...و	Dhammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh: قَالَ : qāla

قِيلَ : qīla

يَقُولُ : yaqūlu

d. Ta Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

1. Ta Marbutah hidup, transliterasinya adaah /t/

Contohnya: رَوْضَةٌ : rauḍatu

2. Ta Marbutah mati, transliterasinya adalah /h/

Contohnya: رَوْضَةٌ : rauḍah

3. Ta marbutah yang diikuti kata sandang al

Contohnya: رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : rauḍah al-aṭfāl

e. Syaddah (*tasydid*)

Syaddah atau *tasydid* dalam transliterasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah.

Contohnya: رَبَّنَا : rabbanā

f. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Kata sandang syamsiyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan huruf bunyinya

Contohnya: الشِّفَاءُ : asy-syifā'

2. Kata sandang qamariyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya huruf /l/.

Contohnya: القلم : al-qalamu

g. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik itu fi'il, isim maupun huruf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contohnya: وَإِنَّ اللَّهَ لَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ : wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn
wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalāmu'alaikum Wr. Wb

Segala puji serta rasa syukur yang sangat dalam kepada Sang Maha Rahmān lagi Maha Rahīm Allah SWT. Ia ciptakan seluruh alam semesta, sepenuhnya tersadari bahwa Ialah Yang Maha Benar Atas segala-galanya, Ia Yang Menguasai serta Mengetahui seluruhnya. Maka, tiada daya tiada upaya kecuali dengan pertolongan Allah Yang Maha Tinggi lagi Maha Agung, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Yang terkasih, Rasulullah SAW. Shalawat serta salam yang senantiasa tercurah atasnya, engkaulah sang pembawa cahaya, yang mengarahkan akal, serta menuntun jiwa-jiwa yang dalam kekeringan. Mungkin tak layak bagi diri ini untuk mendamba syafa'atmu, karena kadang diri yang jauh dari keteladananmu. Namun seiring air mata dan gejolak jiwa yang terjadi seiring untaian kata-kata ini. Maka, dengan segala cinta semoga kelak diri ini mampu meraih dan memelukmu.

Ketertarikan peneliti untuk memberi judul pada skripsi ini, yaitu “Optimalisasi Energi Prana dalam Meningkatkan *Extra Sensory Perception* di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia-RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang” ini, tidaklah lepas dari naluri peneliti yang ingin semakin mendalami potensi yang manusia sebagai *khalifah fil 'ard*. Selain itu, dengan latar belakang peneliti sebagai mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi, maka skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S.I) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Penulis menyadari sebagai hamba Allah SWT, juga seperti manusia yang lain, dalam setiap usaha tidak terlepas dari bantuan dari pihak lain. Maka dengan selesainya skripsi ini, peneliti menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya

kepada mereka yang telah banyak membantu baik secara langsung maupun tidak langsung terutama kepada :

1. Yang terhormat Bapak Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
2. Yang terhormat Bapak Dr. H.M. Mukhsin Jamil, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Sulaiman Al-Kumayi, M.Ag. dan Ibu Fitriyati, S. Psi., M. Si. Selaku Kajar dan Sekjur Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Jurusan ini begitu peneliti cintai, yang telah membantu dalam pembentukan karakter sebagai mahasiswa guna berpemahaman dalam. Maka, semoga jurusan ini semakin menjadi jurusan yang luar biasa.
4. Bapak Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag. dan Bapak Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag. selaku dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dengan kesabarannya telah memberi tuntunan, bimbingan, dan pengarahannya sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Keluarga Besar Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia-RTD seluruh Indonesia, Kang Tata Karwata selaku pimpinan pusat. Mas Shonnief Hidayat selaku Penanggung jawab dan pelatih di Unit Psikosufistik Walisongo Semarang beserta para kawan-kawan yang tergabung. Terima kasih sebesar-besarnya atas partisipasi dan dukungannya khususnya ketika peneliti melakukan penelitian, dan penulis sangat bangga menjadi bagian dari kalian.
6. Para dosen pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah menyebarkan ilmu-ilmunya, yang mampu menjadikan jati diri Fakultas ini sebagai pendistribusi kedalaman ilmu yang berkarakter.
7. Teman-teman Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya angkatan 2012. Terima kasih telah menjadi saudara baru dan terima kasih atas dukungan dan kerjasamanya selama ini.

8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah menjadi motivator serta pihak yang membantu terselesaikannya penelitian ini.

Seiring waktu, akhir kata, penulis berdo'a semoga karya ini dapat menuaikan makna, memberikan manfa'at untuk semua yang melihatnya dan mencoba memahaminya. Amiin.

Wassalāmu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 28 Nopember 2016

Peneliti

ABSTRAK

Prana merupakan *energi vital* atau *tenaga hidup* yang bisa berpengaruh pada dunia fisik dan dalam hal ini memberikan pola-pola kecenderungan interaksi diantara materi makhluk hidup. Dengan mengoptimalkan energi prana yang menyelimuti dan berpenetrasi pada tubuh, kemudian dikelola oleh pusat-pusat psikolobus dengan efektif, sehingga berwujud biofield merupakan pancaran cahaya manusia yang berkembang semaksimal mungkin sesuai lingkup kesadaran yang diolah. Maka dapat mempengaruhi pola kehidupan maupun memahami fenomena kehidupan termasuk dalam *extra sensory perception* (ESP) atau kepekaan diluar panca indra. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan tema “***Optimalisasi Energi Prana dalam Meningkatkan Extra Sensory Perception (ESP)***”

Tujuan penelitian ini adalah untuk (1) mengetahui metoda latihan optimalisasi energi prana individu dalam meningkatkan *extra sensory perception* (ESP) yang sudah fitrahnya manusia memilikinya sejak lahir di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM RTD). (2) mengetahui pengaruh atau efektifitas pola latihan optimalisasi energy prana di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM RTD) terhadap meningkatnya kemampuan *extra sensory perception* (ESP) individu.

Untuk mencapai tujuan tersebut, maka peneliti mengadakan penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Lebih mengutamakan manusia sebagai informan kunci. Selanjutnya, didalam penelitian kualitatif ini melakukan analisa data bersifat deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil, membatasi studi dengan fokus, memiliki seperangkat kriteria untuk memeriksa keabsahan data, dasar penelitiannya bersifat sementara, dan hasil penelitiannya disepakati oleh dua pihak : peneliti dan subjek penelitian. Bentuk metode pengumpulan data menggunakan Observasi serta, wawancara mendalam, dan dokumentasi.

Hasil Penelitian menyatakan bahwa: 1. Pengoptimalan energi prana di latih, dengan pola latihan yang terstruktur dan konsisten tentunya dengan penghayatan untuk mensuplai kebutuhan energi minimal dari psikolobus untuk perkembangan sesuai dengan fungsi psikolobus sebagai generator bioenergi yang membentuk pola atau struktur pada biofield. 2. Ketika biofield mengembang jauh terjadi suatu peningkatan keterjalinan dengan realita yang lebih abstrak atau dimensi yang lebih halus. Individu akan mengalami transformasi kesadaran sedikit demi sedikit sesuai dengan frekuensi berlatih. Sehingga semakin lama berlatih membaca fenomena setiap interaksi kesadaran terhadap realita atau *extra sensory perception* (ESP) semakin akurat.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	II
NOTA PEMBIMBING	III
PENGESAHAN	IV
HALAMAN MOTTO	V
PERSEMBAHAN	VI
HALAMAN DEKLARASI	VII
HALAMAN TRANSLITERASI	VIII
HALAMAN KATA PENGANTAR	XII
HALAMAN ABSTRAKSI	XV
DAFTAR ISI	XVI
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Metode Penelitian	7
G. Sistematika Penulisan	11
BAB II : DESKRIPSI UMUM TENTANG ENERGI PRANA DAN EXTRA SENSORY PERCEPTION	13
A. Extra Sensory Perception (ESP)	13
B. ESP dalam Pandangan Psikologi	17
C. ESP dalam Pandangan Tasawuf	19
D. ESP dalam Permodelan LP2SDM-RTD	22

a) Prana	22
b) Biofield	25
c) Psikolobus	33

**BAB III : LEMBAGA PELATIHAN DAN PENGEMBANGAN SUMBER
DAYA MANUSIA RTD UNIT PSIKOSUFISTIK WALISONGO SEMARANG**
..... **43**

A. Sekilas Tentang Psikosufistik Walisongo Semarang	43
1) Psikosufistik Walisongo	43
2) Psikosufistik	45
B. Profil Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang	46
1. Lokasi	46
2. Sejarah	47
3. Makna dan Tujuan	49
4. Struktur Pengurus Harian	50
5. Tahapan Latihan	51
a. Jogging	51
b. Peregangan	51
c. Nafas Duduk	51
d. Senam Seri Pernafasan	52
e. Yoga Asanas	53
f. Meditasi	53
6. Hasil Latihan Peserta	55

**BAB IV : OPTIMALISASI ENERGI PRANA DALAM MENINGKATKAN
EXTRA SENSORY PERCEPTION (ESP) LEMBAGA PELATIHAN DAN
PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA – RTD**
..... **62**

A. POLA LATIHAN LP2SDM RTD UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN DAN OPTIMALISASI ESP.....	62
--	----

	➤ Kepekaan Tangan	62
	➤ Kepekaan Badan	63
	B. PENGARUH LATIHAN OPTIMALISASI ENERGI PRANA UNTUK MENINGKATKAN <i>EXTRA SENSORY PERCEPTION</i> (ESP)	68
BAB V :	PENUTUP.....	78
	A. Kesimpulan	78
	B. Saran	79
	DAFTAR PUSTAKA	80
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
	LAMPIRAN	