

**MANFAAT PENERAPAN TAZKIYATUN NAFS MELALUI
ISTIGHOSTAH AS-SHAFA TERHADAP PSIKOTERAPI PADA
PECINTA (*MUHIBBIN*)**

(Di Tarekat Naqsyabandiyah Mujaddadiyah Khalidiyah Shafaiyah Pondok
Pesantren Ahlus-Shafa Wal-Wafa Simoketawang-Wonoayu-Sidoarjo)

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi sebagai Syarat Memperoleh Gelar Strata (S-1) dalam
Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



Diajukan Oleh : Naifatun Nabila

NIM : 07040620089

**PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Naifatun Nabila

NIM : 07040620089

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 23 Juni 2024

Say:


PETERAI
TEMPEL
07040620089

Naifatun Nabila

07040620089

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Naifatun Nabila ini telah disetujui untuk diajukan

Surabaya, 23 Juni

2024Mengetahui,

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. H. Mukhlis Saad', with a stylized flourish at the end.

Dr. H. Mukhlis Saad, M.A
196109281994031001

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Naifatun Nabila ini telah dipertahankan di depan

Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 2024

Mengesahkan

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Tim Penguji :

Penguji I,

Dr. H. Mukhlisin Saad, M.A
NIP. 196109281994031001

Penguji II,

Latifah Anwar, M. Ag
NIP. 1198806182020122004

Penguji III,

Dr. Glozi, Lc/M.Fil.I.
NIP. 197710192009011006

Penguji VI,

Dr. H. Kamo, M.Ag
NIP. 195912011986031006



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NAIFATUN NABILA
NIM : 07040620089
Fakultas/Jurusan : USHULUDDIN DAN FILSAFAT/TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
E-mail address : naifatunnabila2@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Manfaat Penerapan Tazkiyatun Nafs melalui Istighotsah As-Shafa terhadap Psikoterapi pada Pecinta (Muhibbin)

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 2 Juli 2024

Penulis


(Naifatun Nabila)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Manfaat Penerapan Tazkiyatun Nafs melalui Istighotsah As-Shafa terhadap Psikoterapi pada Pecinta (*Muhibbin*). Maraknya individualisme, egoisme, dan materialisme yang semuanya berdampak pada kecemasan, stres, dan depresi menjadi pemicu penelitian ini. Saat menyaksikan dunia yang telah mencapai puncak kepuasan materi, semua orang benar-benar menyimpang dari ekspektasi dan mengalami kekhawatiran. Salah satu sistem mengendalikan permasalahan ini adalah dengan menerapkan diri kepada Allah. Oleh sebab itu kita patut memohon kepada-Nya pertolongan dengan cara beristighotsah, serta mengharapkan ampun mengenai dosa-dosa yang pernah kita buat. Kita akan selalu dilindungi oleh Sang Pencipta jika kita berusaha atau menyerahkan diri kita kepada-Nya. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan jenis penelitiannya berupa *field study*. Dengan menggunakan teori Tazkiyatun Nafs perspektif Imam Al Ghazali. Hasil observasi yang diperoleh sebagai berikut : 1. Istighotsah As-Shafa juga berisi pujian, sholawat, dan kumpulan doa-doa yang disusun oleh KH. Mohammad Nizam As-Shofa, diantara kandungannya adalah asmaul husna, doa *ma'tsur* dari Al-Qur'an yang dipanjatkan oleh para Nabi, sayyidul istighfar, doa-doa pilihan ulama salaf dan juga doa jibril. Keunikan dari istighotsah as-shafa ini adalah dilantunkan secara berjamaah dengan nada-nada yang memanjakan telinga pendengar dan membawa kekhusyukan batin. Tujuan pelaksanaan istighotsah as-shafa adalah melakukan ibadah pendekatan diri kepada Allah dalam bentuk berdoa secara berjamaah untuk keselamatan dan kemakmuran bangsa indonesia pada khususnya dan seluruh umat manusia pada umumnya, serta menjalin harmonis kepada ulama, umara dan masyarakat umum. Istighotsah as-shafa diikuti oleh jamaah Ahlus-Shafa Wal-Wafa se Jawa Timur dan juga masyarakat umum yang dilaksanakan pada setiap jum'at wage pada pukul 16.00 – 19.00 dengan tempat yang berbeda-beda sesuai dengan yang dijadwalkan. Dan mengenai pembiayaan rutin pelaksanaan istighotsah as-shafa ini ditanggung secara bersama oleh jamaah Ahlus-Shafa Wal-Wafa Simoketawang Wonoayu Sidoarjo. 2. Urgensi dari penyelenggaraan istighotsah as shafa yang disusun oleh KH. Mohammad Nizam As-Shofa pengasuh PP Ahlus Shafa Wal-Wafa untuk tazkiyatun nafs yang dapat menghasilkan ketenangan pada diri ini diantaranya yaitu untuk penyucian jiwa, pembersihan dari penyakit hati, peningkatan kecerdasan spiritual, dan juga untuk menyikapi godaan dan ujian. Istighotsah as-shafa memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran spiritual bagi pengikutnya dibuktikan dengan adanya manfaat yang diperoleh jamaah, yakni keberkahan yang membawa kebahagiaan hidup selamat dunia akhirat. Istighotsah as-shafa yang disusun oleh KH. Mohammad Nizam As-shofa juga memiliki beberapa manfaat diantaranya yaitu : mendatangkan keridhoan Allah, merasa selalu dalam pengawasan dan perlindungan-Nya, jalan menuju kebahagiaan dunia dan akhirat, meningkatkan rasa optimis dan juga mampu menumbuhkan ketenangan pada diri.

Kata Kunci : Tazkiyatun Nafs, Psikoterapi, Istighotsah

ABSTRACT

This research is entitled The Benefits of Applying Tazkiyatun Nafs through Istighotsah As-Shafa to Psychotherapy. The rise of individualism, egoism and materialism, all of which have an impact on anxiety, stress and depression, is the trigger for this research. When witnessing a world that has reached the peak of material satisfaction, everyone completely deviate from expectations and experience worry. These various problems often have a negative impact on a person's mental health, which can lead to psychological or mental illness. One system for controlling this problem is to apply oneself to Allah. Therefore, we should ask Him for help by praying, and asking for forgiveness for the sins we have committed. We will always be protected by the Creator if we try or surrender ourselves to Him. This research is a qualitative descriptive research with a phenomenological approach and the type of research is a field study. By using the Tazkiyatun Nafs theory from Imam Al Ghazali's perspective. The observation results obtained are as follows: 1. Istighotsah As-Shafa also contains praise, prayers and a collection of prayers compiled by KH. Mohammad Nizam As-Shofa, among its contents are asmaul husna, ma'tsur prayers from the Koran prayed by the Prophets, sayyidul istighfar, prayers chosen by Salaf scholars and also Gabriel's prayers. The uniqueness of this istighotsah as-shafa is that it is sung in congregation with tones that are pleasing to the listener's ears and bring inner solemnity. The aim of implementing istighotsah as-shafa is to carry out self-approaching worship to Allah in the form of praying in congregation for the safety and prosperity of the Indonesian nation in particular and all mankind in general, as well as establishing harmony with ulama, umara and the general public. Istighotsah as-shafa is followed by Ahlus-Shafa Wal-Wafa congregation throughout East Java and also the general public which is held every Wage Friday at 16.00 – 19.00 in different places according to the schedule. And the routine financing for the implementation of istighotsah as-shafa is borne jointly by the Ahlus-Shafa Wal-Wafa Simoketawang Wonoayu Sidoarjo congregation. 2. The urgency of implementing istighotsah as a shafa compiled by KH. Mohammad Nizam As-Shofa is the caretaker of PP Ahlus Shafa Wal-Wafa for tazkiyatun nafs which can produce inner calm, including to purify the soul, cleanse from heart disease, increase spiritual intelligence, and also to respond to temptations and tests. Istighotsah as-shafa has an important role in increasing spiritual awareness for the congregation as proven by the benefits obtained by the congregation, namely blessings that bring happiness in life and safety in the afterlife. Istighotsah as-shafa compiled by KH. Mohammad Nizam As-shofa also has several benefits, including: bringing Allah's pleasure, feeling always under His supervision and protection, a path to happiness in this world and the hereafter, increasing feelings of optimism and also being able to foster inner calm.

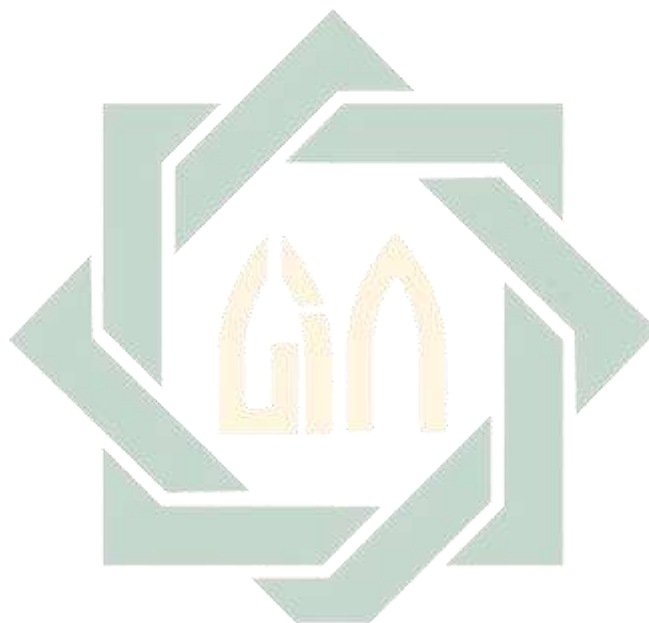
Keywords: Tazkiyatun Nafs, Psychotherapy, Istighotsah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Kajian Terdahulu	11
F. Metodologi Penelitian.....	18
1. Jenis dan Pendekatan.....	18
2. Sumber Data	19
3. Teknik Pengumpulan Data	19
4. Teknik Analisis Data	21
G. Sistematika Pembahasan	23
BAB II TAZKIYATUN NAFS, ISTIGHOTSAN DAN PSIKOTERAPI.....	26
A. Tazkiyatun Nafs	26
1. Definisi Tazkiyatun Nafs	26
2. Tujuan Tazkiyatun Nafs.....	37

3. Unsur-Unsur dan Signifikasi Tazkiyatun Nafs	41
4. Bentuk Tazkiyatun Nafs	42
5. Metode Tazkiyatun Nafs	43
B. Istighotsah	47
1. Definisi Istighotsah	47
2. Tujuan Istighotsah	51
3. Keistimewaan Istighotsah	52
C. Psikoterapi	55
1. Definisi Psikoterapi	55
2. Psikoterapi dalam Islam	56
3. Fungsi dan Tujuan Psikoterapi dalam Islam	67
D. Manfaat tazkiyatun Nafs melalui Istighotsah terhadap Psikoterapi.....	70
BAB III ISTIGHOTSAH AS-SHAFA PONDOK PESANTREN AHLUS-SHAFA WAL-WAFA WONOAYU SIDOARJO	72
A. Lokasi Penelitian.....	72
1. Letak Geografis	72
2. Sejarah Berdirinya Pondok Ahlus-Shafa Wal-Wafa.....	73
3. Ajaran dan Amaliyah	78
4. Susunan Pengurus	81
B. Gambaran Umum Istighotsah As-Shafa	84
1. Sejarah Istighotsah As-Shafa	84
2. Tujuan Istighotsah As-Shafa	87
3. Pengalaman Jamaah dalam Kegiatan Istighotsah As-Shafa.....	92
4. Peran Kegiatan Istighotsah As-Shafa terhadap Masyarakat Umum	96
5. Susunan Bacaan Istighotsah As-Shafa	98
BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN	106
A. Pelaksanaan Istighotsa As-Shafa	106
1. Penerapan Tazkiyatun Nafs melalui Istighotsah As-Shafa.....	107
2. Peserta Istighotsah As-shafa.....	109

3. Waktu dan tempat pelaksanaan Istighotsah As-shafa	109
B. Manfaat Penerapan Istighotsah As-Shafa Di PP Ahlus-Shafa Wal Wafa	112
BAB V PENUTUP.....	124
A. Kesimpulan	124
B. Saran.....	125
DAFTAR PUSTAKA	126



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

JURNAL

- Agustin, Desti, Fatima Hannani, and Nur Adilah. "Psikoterapi Islam Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Karakter Pada Masa Modernisasi." *Proceeding Conference On Da'wah and Communication Studies*. Vol. 2. No. 1. 2023.
- Andini, Mutiara, Djumi Aprilia, and Primalita Putri Distina. "Kontribusi psikoterapi Islam bagi kesehatan mental." *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity* 3.2 (2021).
- Asy-Syafi'i, Imtihan, *Tazkiyatun Nafs Konsep Penyucian Jiwa Menurut Ulama Salafushshalih*, (Solo : Pustaka Arafah 2023).
- Azhari, Muhamad Azhan. "Dukungan Sosial bagi Penderita Disfungsional untuk Penguatan Kesehatan Mental: Studi Syarah Hadis dengan Pendekatan Psikologi Islam." *Jurnal Riset Agama* 1.2 (2021).
- Iwan Ardian, "Konsep Spiritualitas dan Religiusitas (*Spiritualitas and Religion*) dalam Konteks Keperawatan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2", *NURCOPE*, Vol. 2, No. 5 Tahun 2016
- Kusnadi, Kusnadi, Muh Ikhsan, and Widyaastuti Adiningsih. "Bimbingan Konseling Islam (Psikoterapi Taubat)." *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 8.1 (2022).
- Mahmudin, Afif Syaiful. "Pendekatan Fenomenologis Dalam Kajian Islam." *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 5.01 (2021).
- Mutholingah, Siti, and Basri Zain. "Metode penyucian jiwa (tazkiyah al-nafs) dan implikasinya bagi pendidikan agama islam." *journal TA'LIMUNA* 10.1 (2021).
- Prasetiawan, Ahmad Yusuf, and Lis Safitri. "Muhibbin Sebagai Representasi Budaya Pop Santri di Banyumas." *IBDA: Jurnal Kajian Islam dan Budaya* 18.1 (2020).
- Rahayu, Endang Sri. "Bertasawuf Di Era Modern: Tasawuf Sebagai Psikoterapi." *Emanasi: Jurnal Ilmu Keislaman dan Sosial* 4.1 (2021).
- Rahim, Rohaida Abdul, and Asmadi Yakub. "Al-Ruh Menurut Ibn Qayyim al-Jawziyyah." *Jurnal Usuluddin* 26 (2007).
- Rajab, Khairunnas. "Islam dan psikoterapi moden." *Afkar: Jurnal Akidah & Pemikiran Islam* 7.1 (2006).
- Saifuddin, Ahmad. "Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam." *Buletin Psikologi* 30.1 (2022).
- Sulaiman, Ahmad, and Bagus Amirullah. "Metode Penanganan Pasien Gangguan Jiwa Di Pondok Pesantren Al-Bajigur Tenonan Manding." *Hudan Lin Naas: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora* 1.2 (2020).
- Sunardi, S., Muchlis Tri Fathoni, and Isah Munfarida. "Pembiasaan Istighotsah Dalam Pembentukan Kecerdasan Spiritual Santri." *Ngaos: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 2.1 (2024).

BUKU

- Abu Zaid al-Balkhi, *Kesehatan Jiwa Risalah Psikoterapi Islam Klasik*, (Jakarta Selatan: PT. Qaf Media Kreativa : 2022)
- Ibnu Rajab Al-Hambali, *Tazkiyatun Nafs Konsep Penyucian Jiwa menurut Ulama Salafushalih*, (Sukoharjo: Pustaka Arafah: cetakan ke-45 2023)
- Mohammad Nizam As-Shafa, *Istighotsah As-Shafa*, (Sidoarjo : Shafa Wafa : cetakan terbaru 2021).
- Solihin, *Tasawuf Tematik Membedah Tema-Tema Penting Tasawuf*, (Bandung: CV. Pustaka Setia: 2003).

SKRIPSI / TESIS

- Andika, Dwi Maya. *Pengaruh Kegiatan Istighotsah Terhadap Pembentukan Karakter Peserta Didik di MTs NU Miftahul Ma'arif Kaliwungu Kudus Tahun 2018/2019*. Diss. IAIN KUDUS, 2019.
- Hasyimiyyah, Haya Haura. *Tradisi Pembacaan Surat-Surat Pilihan Dalam Al-Qur'an (Kajian Living Qur'an di Pondok Pesantren As Sa'adah Tambakrejo Gayamsari Semarang)*. Diss. IAIN KUDUS, 2023.
- Inayah, Nova Aulia. *Implementasi Program Istighotsah Dalam Upaya Meningkatkan Spiritualitas Siswa Di Ma Sunan Ampel Kebet Lamongan*. Diss. Universitas Islam Lamongan, 2023.
- Isbah, Faliqul, and Aris Priyanto. "Peran Istighotsah Guna Menumbuhkan Nilai-Nilai Spritualitas Diri Dalam Menghadapi Problematika Kehidupan." *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi* 2.1 (2021).
- Mardiah, Siti Ainun. *Fadhilah Zikir Dalam Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Kitab Tazkiyatun Nafs Karangan Said Hawa*. Diss. UIN Ar-Raniry, 2022.
- Putri, Mega Aulia. *Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) Melalui Ibadah Shalat Fardhu Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Akhlak (Telaah Pemikiran Imam Al-Ghazali)*. Diss. UIN Raden Intan Lampung, 2020.
- Sabdha Soerya, Alam. *Penerapan Terapi Psikoreligi Tazkiyatun Nafs Pada Santri Rehabilitasi Di Pondok Pesantren Narkoba Nurul Hikmah Cilongok*. Diss. UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri, 2022.
- Saputra, Rizki Rian. *Nilai-Nilai Qur'ani Dalam Tradisi Istighotsah Pada Masyarakat Desa Sepotong Kabupaten Bengkalis (Living Qur'an)*. Diss. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023
- TAMAM, BADRUT. *Pengamalan tarekat naqsabandiyah mujaddadiyah khalidiyah dalam meningkatkan kecerdasan spiritual santri pondok pesantren Nurul-Falah Sempusari Kaliwates Jember*. Diss. IAIN Jember, 2020.

LITERATUR LAIN

Ahlus-Shafa Wal-Wafa, “Membedah Rahasia Istighotsah As-Shafa Ngopi Bareng Gus Nizam”, <https://s.gotube.pro/PzmBXj>

Ahlus-Shafa Wal-Wafa, “Pintu Ketenangan Hati Ngolah Pikir (Ngopi) Bareng Gus Nizam”, <https://s.gotube.pro/kG8Q1u>.

Ahlus-Shafa Wal-Wafa, Dzikir lan Suluk Ojo Nganti Lali, <https://s.gotube.pro/mJfU9p>

Ahlus-Shafa Wal-Wafa, Ojo ITA ITU ITI ae, <https://s.gotube.pro/wvYOrV>

https://p2k.stekom.ac.id/ensiklopedia/Tarekat_Naqsyabandiyah

<https://www.danamustadhafin.com/post/bersyukur-kunci-meraih-keridhaan-allah>

Taufikurrahman, “Ketenangan Jiwa,” Publikasi, 17 April 2022, <https://www.pasamarinda.go.id/publikasi-publikasi/arsip-artikel/741-ketenangan-jiwa-oleh-drs-h-taufikurrahman-m-ag>.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A