

**MEDITASI SPIRITUAL PECANDU NARKOBA PERSPEKTIF  
PSIKOLOGI SUFI ROBERT FRAGER DI PONDOK  
PESANTREN INABAH SURYALAYA SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam  
Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



**Disusun Oleh :**

**Muhammad Nadjmul Falah (E07218022)**

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

**2022**

## PENYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Muhammad Nadjmul falah

Nim : E07218022

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat

Unversitas : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dengan ini saya mengatakan bahwa karangan skripsi ini berjudul Yang berjudul **Meditasi Spiritual Pecandu Narkoba Perspektif Psikologi Sufi Robert Frager di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya** adalah karya saya sendiri dengan dukungan sumber – sumber yang tersedia.

Surabaya, 5 Agustus 2022



Muhammad Nadjmul Falah.

NIM : E07218022

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk diujikan dalam sidang.

Skripsi ini telah disusun oleh:

Nama : Muhammad Nadjmul Falah

NIM : E07218022

Judul : "Meditasi Spiritual Pecandu Narkoba Perspektif Psikologi Sufi Robert Frager di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya"

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk diujikan dalam sidang.

Surabaya, 4 Agustus 2022

Mengetahui

Dosen Pembimbing



Dr. Mukhammad Zamzami. Lc. M. Fil.

NIP : 198109152009011011

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul "Meditasi Spiritual Pecandu Narkoba Perspektif Psikologi Sufi Robert Frager di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya" yang ditulis oleh Muhammad Nadjmul Falah ini telah diuji di depan penguji

Tim Penguji :

Penguji 1



(Dr. Mukhammad Zamzami, Lc, M. Fil.I.)

NIP : 1981109152009011011

Penguji 2



(Dr. Suhermanto Ja'far M. Hum)

NIP : 196708201995031001

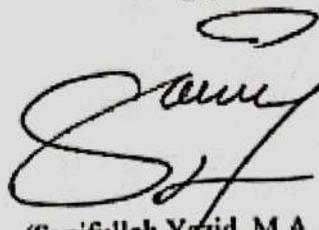
Penguji 3



(Dr. H. Mukhtafi, M. Ag.)

NIP : 196008131994031003

Penguji 4



(Syaifulloh Yazid, M.A, MA)

NIP : 197910202015031001



(Prof. Abdul Kadir Riyadi Lc., MSSC., Ph.D.)

NIP : 1970081320055011003



UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA

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

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpustakaan@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 : Muhammad Nadjmul Falah  
NIM : E07218022  
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat  
E-mail address : nazmul.falah26@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 :

Meditasi spiritual pecandu narkoba perspektif Robert Frager di pondok pesantren inabah Suryalaya

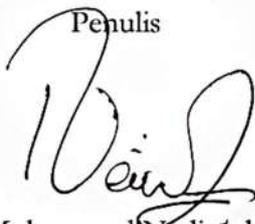
Surabaya

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 izin 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, 15 Agustus 2022

Penulis  
  
(Muhammad Nadjmul Falah)  
*nama terang dan tanda tangan*

## ABSTRAK

**Muhammad Nadjmul Falah**  
**Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya**

Skripsi ini membahas tentang perilaku manusia yang menyimpang dari ajaran agama Islam, serta berdampak buruk pada kehidupan sosial. Dengan adanya pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya dapat membantu masyarakat yang menyimpang pada ajaran Islam, bagi masyarakat yang menggunakan narkoba ini dapat diatasi dengan metode pengajarannya. Dalam penelitian ini dapat dirumuskan problem akademik sebagai berikut : 1) Bagaimana meditasi spiritual bagi pecandu narkoba di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya? 2) Bagaimana analisis meditasi spiritual pecandu narkoba perspektif psikologi Robert Frager?. Penelitian ini dilakukan untuk tujuan bahwasannya dengan meditasi spiritual seseorang akan menjadi lebih baik tanpa narkoba. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Dan dengan dibantu teori pandangan Robert Frager penelitian ini akan sedikit menarik. Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut : Pertama, ditemukan fakta bahwa yang melatar belakangi mereka untuk menggunakan narkoba ialah dari segi faktor lingkungan sosial serta ekonomi, dan ajaran pondok ini memiliki peran penting untuk meditasi spiritual santri membantu menjadi manusia yang insan kamil dan berakhlakul karimah. Kedua, teori Robert Frager membantu merumuskan ajaran pondok pesantren dengan mengembangkan konsep psikologi sufi, dan membagi dalam pembersihan hati dalam empat stasiun hati yakni dada (*Shadr*), hati (*Qolb*), hati yang dalam (*Fuad*) dan hati yang paling dalam (*Lubb*).

**Kata kunci : Meditasi Spiritual, Narkoba, *Qādiriyah wa Naqshabandiyah*, Inabah Suryalaya.**

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	iii
PENYATAAN OTENTITAS SKRIPSI .....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	vi
MOTTO .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian .....	6
E. Penelitian Terdahulu.....	6
F. Metode Penelitian.....	11
a. Jenis dan Pendekatan penelitian.....	11
b. Sumber Data .....	12
c. Pengumpulan Data .....	13
d. Analisis Data .....	16
G. Sistematika Penulisan .....	18
BAB II PROFIL ROBERT FRAGER .....	19
A. Riwayat Hidup.....	19
B. Silsilah Mursid Halveti-Jerrahi.....	20

C.	Konsep Dasar Psikologi Sufi.....	23
1.	Tentang Hati.....	24
2.	Pengendalian Diri.....	26
3.	Jiwa.....	27
D.	Meditasi Spiritual.....	29
E.	Psikologi Sufi dan Ajaran Tasawuf.....	31
1.	Takhalli.....	32
2.	Tahalli.....	33
3.	Tajalli.....	33
<b>BAB III MEDITASI SPIRITUAL DAN AJARAN PONDOK PESANTREN</b>		
<b>SURYALAYA SURABAYA.....</b>		
A.	Latar Belakang Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya.....	34
1.	Profil Pondok Pesantren.....	34
2.	Struktur Kepengurusan.....	37
3.	Visi.....	38
4.	Misi.....	38
B.	Silsilah Mursyid Pondok Pesantren Inabah Suryalaya.....	38
C.	Kegiatan Santri.....	42
D.	Ajaran Amaliah.....	45
E.	Latar Belakang Santri dan Peran Pengurus.....	49
<b>BAB IV ANALISIS MEDITASI SPIRITUAL PECANDU NARKOBA</b>		
<b>PERSPEKTIF PSIKOLOGI SUFI DI PONDOK PESANTREN INABAH</b>		
<b>SURYALAYA SURABAYA.....</b>		
A.	Analisis Medtasi Spiritual.....	53
B.	Ajaran Pondok dengan Perspektif Robert Frager.....	56
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		
A.	Kesimpulan.....	61
B.	Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA .....	63
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	67



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Struktur kepengurusan. ....	34
Tabel 2. Silsilah mursyid pondok pesantren Inabah Suryala Surabaya. ....	35
Tabel 3. Sholat sunnah di pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya. ....	40



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Tasawuf dalam kalangan banyak bisa dijadikan pedoman dalam hidup untuk mendekatkan dirinya kepada Allah. Tasawuf memiliki keistimewaan yang dapat dirasakan oleh orang yang benar - benar melakukannya, karena orang yang sudah berjalan (*tarekat*) di jalan yang sudah diajarkan oleh tasawuf. Tarekat ini memiliki tingkatan - tingkatan yang dapat dilalui oleh seorang sufi.

Seorang manusia memiliki kepribadian yang berbeda – beda, begitupun dengan keyakinannya dengan Tuhan. Orang yang memiliki Tuhan tentu ingin sangat dekat dengannya. Berbagai cara atau metode untuk mendekatkan dirinya kepada Tuhan memiliki aliran yang berbeda pula. Dari perbedaan ini seseorang memiliki jalan spiritualnya sendiri. Tuhan tidak membatasi hambanya untuk lebih mendekatkan pada diri –Nya. Namun dalam ajaran Islam tentu kita sudah mengetahui bahwa menuju jalan –Nya harus menggunakan syari'at agar tetap berada di jalan - Nya meskipun dengan corak yang berbeda.

Pada zaman sekarang ini, agama (Islam) menjadi ikatan yang sangat penting, karena banyak sekali oknum - oknum yang menjadikan sasaran empuk untuk digunakan mencari materi di dunia. Spiritual yang miris karena dialami oleh masyarakat modern berdampak pada kekuatan spiritual dan nilai - nilai agama. Pada kehidupan masyarakat modern, hidup hedonisme menjadi ajang untuk perlombaan. Maka dari itu tasawuf datang di tengah - tengah masyarakat kota untuk

mengembalikan peradaban yang lebih baik dari sebelumnya. Maka untuk mengatasi krisis nilai spiritual agama Islam dengan istilah tasawuf.<sup>1</sup>

Tasawuf mengajarkan kehidupan yang sederhana, dengan mendekati kepada Allah. Banyak sekali ajaran - ajaran yang diajarkan oleh para tokoh tasawuf. Tentu mendekati kita kepada Allah harus melewati maqam – maqam tertentu, salah satunya meditasi. Meditasi dalam ranah tasawuf ialah merenungkan diri atau menyendiri. Manusia dalam kehidupannya tentu memiliki problem - problem yang sulit bagi dirinya. Seseorang akan melakukan meditasi yang akan menangkan dirinya, dalam melakukan meditasi seseorang dipaksa untuk melakukan komunikasi kepada Tuhan - Nya dan pada dirinya, kesalahan apa saja yang sudah dia perbuat sehingga Tuhan murka pada dirinya. Dan apa saja yang perlu dia perbaiki dalam kehidupannya agar menjadi lebih baik.

Meditasi pada umumnya disimbolkan dengan hal yang mistis, karena hal ini meditasi dilakukannya dengan sesuatu yang Agung. Seorang yang bermeditasi melakukan amalan - amalan tertentu agar tercapai kema'rifat. Amalan ini sangat berguna dalam meditasi yang merupakan pokok dari b komunikasinya antara hamba dengan Tuhan -Nya.

Tetapi istilah meditasi itu sendiri dalam lingkup psikologi tarpacu pada golongan latihan untuk membatasi pikiran dan perhatian. Dan ada beberapa tokoh psikolog lain yang memandang bahwa meditasi adalah suatu teknik atau metode latihan yang digunakan untuk memusatkan perhatian guna meningkatkan tingkat

---

<sup>1</sup> Andi Eka Putra, "tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern", *jurnal Al – AdYan*, Vol. VII. No. 1 (Januari, 2013), 49.

kesadaran, dengan proses membuat pengendalian mental menjadi lebih sadar. Esensi meditasi itu sendiri membatasi kesadaran akan suatu objek yang tidak dapat diubah pada waktu tertentu.

Problem - problem pada setiap individu menjadikan meditasi sangat dibutuhkan, agar dapat mengembangkan batin seseorang, sehingga mendapatkan suatu pengalaman dalam makna hidup baginya. Namun, secara garis besar, seseorang dalam melaksanakan meditasi memiliki tujuan yang berbeda - beda. Dalam jalan spiritual seseorang memfokuskan pada kerohaninya, yang akan mendekatkannya pada sang pencipta agar mencapai kesadaran mistik yang transendental terhadap Tuhan.<sup>2</sup>

Pada abad modern yang kita alami sekarang ini, manusia memiliki kekuatan menghadapi persoalan kehidupannya. Manusia modern yang memiliki kebebasan, independen yang memilih membebaskan dirinya pada tatanan ilmiah (theomorphisme) sehingga membangun tatanan untuk dirinya sendiri atau yang bisa disebut antropomorphisme. Oleh karena itu manusia meninggalkan nilai spiritual pada dirinya. Akan tetapi manusia modern tidak akan sanggup menjawab persoalan kehidupannya dan kemudian akan kembali pada nilai - nilai spiritual yang pernah mereka tinggalkan.<sup>3</sup>

Manusia modern di era globalisasi yang sudah mengantongi ilmu pengetahuan mengembangkan teknologi yang instan di lingkungannya. Teknnologi

---

<sup>2</sup> Akmansyah, "Mempertahankan prinsip-prinsip Pengembangan Potensi Spiritual yang Transendental", *Jurnal Ijmaiyyah*, Vol. 8, No. 1 (Februari, 2015), 110.

<sup>3</sup> Muhammad Basyrul Muvid, Akhmad Fikiri Haykal. "Tasawuf Humanistik dan Relevansinya terhadap Kehidupan Sosial Spiritual Masyarakat Post Mosdern Abad Global". *Jurnal Kajian Agama dan Filsafat*, Vol. 19, No. 1 (April, 2020). 118

yang terus berkembang memberi efek yang positif maupun negatif, seperti halnya hedonisme, materilisme, individualisme bahkan akan timbul sekularisme. Paham sekularisme muncul akibat dari modernisasi yang di dorong oleh ilmu pengetahuan yang bermula pada rasionalisme secara berlebihan kemudian berdampak pada penyepelahan peran atau fungsi agama.<sup>4</sup> Peradaban manusia yang tidak memiliki kompetensi untuk kembali pada spiritualnya cenderung akan mencari jalan singkat, tentu berdampak negatif pada dirinya.

Penggunaan narkoba (narkotika obat - obatan terlarang) dianggap sebagai jalan untuk menghadapi problem kehidupannya ini mengakibatkan kecenderungan yang buruk bagi dirinya. Kesehatan maupun mentalnya akan rusak secara tidak mereka sadari. Pengguna narkoba sudah marak terjadi dikalangan masyarakat, terutama bagi kaum remaja yang mudah sekali terpengaruhnya. Transisi kehidupan yang sulit mereka terima membuat mereka tidak bisa menerima cobaan dari Allah.

Para pecandu narkoba tidak hanya bagi mereka yang punya masalah dengan kehidupannya, melainkan juga dengan lingkungannya yang kurang baik. Pergaulan bebas pada remaja ini juga bisa disebabkan orang tua yang kurang mengontrol tempat bermain anak. Pada dasarnya masa remaja masih proses untuk mencari jati diri mereka. Terkadang mereka masih bingung dalam mencari jati dirinya untuk itu orang tua dan juga guru berperan penting dalam kehidupannya.

Pergaulan bebas yang dialami para remaja menjadikan kecanduan narkoba bahkan meminum - minuman keras sudah marak terjadi di sekitar kita sehingga angka kriminal juga meningkat. Para pecandu tersebut menghalalkan segala cara

---

<sup>4</sup> Ibid., 19

untuk mendapatkan yang mereka inginkan dengan cara mencuri dan lain sebagainya.

Mereka yang kecanduan akan barang – barang yang diharamkan oleh agama Islam ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti halnya hatinya yang sakit ( nafs al-lawwamah). Seseorang yang sudah berada ditingkat hati yang sakit ini mereka seolah mudah menyalahkan dirinya sendiri. Maka dari itu mereka akan merasa tertutup dan hanya berfikir pendek untuk melakukan tindakanya.

Sesungguhnya diantara banyak jalan terhadap hal yang bersifat negatif, ada cara sederhana untuk bisa kembali kejalan yang benar. Seperti halnya yang diceritakan oleh Robert Frager kepada darwisnya. Yakni dengan cara mentransformasi hati, diri dan jiwanya. Karena ketiga hal tersebut sangat mempengaruhi kehidupannya. Robert Frager sendiri merupakan seorang mursyid dan juga dosen serta pendiri sebuah universitas di daerah Amerika.<sup>5</sup>

Pondok Pesantren Suryalaya di Surabaya juga hadir membantu masyarakat dalam menemukan jalannya lagi, membuka hatinya untuk lebih terbuka serta membantu tingkatan hatinya ke nafs al-Mutma'innah tingkatan tinggi dalam hatinya. Dengan metode sederhana, yang lebih mendekatkan ke pada Allah. Pondok Pesantren Suryalaya yang didasari dengan tarekat Qodiriyah wa naqsabandiyah dengan mudah membantu orang - orang kejalannya lagi agar menjadi insan kamil.

---

<sup>5</sup> Robert Frager, *Obrolan Sufi untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, terj. Hilmi Akmal (Jakarta : Zaman, 2015), 14.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana meditasi spiritual bagi pecandu narkoba di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya?
2. Bagaimana analisis meditasi spiritual pecandu narkoba perspektif psikologi Robert Frager?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui bahwasanya dengan meditasi seseorang yang memiliki tentang masalah hidup akan bisa menjadi individu yang baik tanpa memakai narkoba.
2. Untuk mengetahui pandangan Psikologi Sufi Robert Frager tentang jalan keluar bagi pecandu Narkoba

## **D. Kegunaan Penelitian**

Dalam penelitian ini, ada dua poin yang dihasilkan dalam penelitian ini:

1. Kegunaan keilmuan

Secara keilmuan peneliti mengharapkan adanya ilmu baru yang disampaikan terhadap bagi pecandu narkoba, sesungguhnya ada cara yang lebih efisien untuk memecahkan masalah hidupnya.

2. Kegunaan praktis

Memberikan sebuah jalan keluar bagi pecandu narkoba dengan melakukan beberapa amalan yang di ajarkan oleh Pondok Pesantren Suryalaya Surabaya.

## **E. Penelitian Terdahulu**

*Pertama*, Skripsi karya Medita Putri Giri Prasantiwi program pascasarjana IAIN Surakarta yang berjudul “Sufi healing melalui tasawuf reiki untuk

meningkatkan kecerdasan spiritual santri di Pondok Pesantren Darul Afkar, Ceper, Klaten”. Pada penelitiannya di tahun 2020, penulis membahas tentang sufi healing melalui pola – pola tasawuf yakni zikir reiki sufistik diantaranya zikir meditasi grounding, zikir meditasi kundalini dan meditasi fi dzikrillah. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif serta pendekatan fenomenologi Hingga menghasilkan penelitian yang membuktikan bahwa meditasi Dzikir reiki dapat bermanfaat asalkan ikhlas mengharap rahmat dari Allah.<sup>6</sup>

*Kedua*, Skripsi karya Evi Kurnia Sari program pascasarjana UINSA Surabaya yang berjudul “ *Kesah* sebagai teknik meditasi dan zikir dalam persaudaraan setia hati terate”. Rumusan masalah yang dia bahas secara spesifik ialah praktik *kesah*, dan bertujuan mengetahui *histori kesah*. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif kepustakaan (library research). *Kesah*, ada pada di PSHT meliputi meditasi spiritual dan non- spiritual, zikir yang digunakan adalah zikir kahfi atau zikir qalbi.<sup>7</sup>

*Ketiga*, jurnal karya Andi Eka Putra dalam judul “Tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern”. Dia melakukan penelitian pada tahun 2013 dengan menggunakan metode *library research*, dia meneliti tentang problema spiritual yang dialami oleh masyarakat modern. Dengan dimensi tasawuf manusia dituntut kembali ke pusat eksistensi melau dzawq atau cita rasa.<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Medita Putri Giri Prasantiwi, “Sufi healing melalui tasawuf reiki untuk meningkatkan kecerdasan spiritual santri di Pondok Pesantren Darul Afkar, Ceper, Klaten”,( Skripsi— IAIN Surakarta, 2020).

<sup>7</sup> Evi Kurnia Sari, “*Kesah* Sebagai Teknik Meditasi dan Zikir dalam Persaudaraan Setia Hati Terate”, (Skripsi— UINSA Surabaya, 2021).

<sup>8</sup> Andi Eka Putra, “Tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern ”,.

*Keempat*, jurnal karya A. Gani yang berjudul “Pendidikan Tasawuf dalam Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Akhlakul Karimah” Penelitian ini dilakukan pada tahun 2019 dan mengkaji bagaimana pendidikan tasawuf dalam pembentukan kecerdasan spiritual dan akhlak. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan. Materi pendidikan tasawuf mengajarkan manusia untuk bertaubat, bertawakal, memiliki sifat wara, zuhud, sabar, amanah dan ridha. Beberapa maqam tersebut harus dijalankan oleh manusia dan mengamalkan puasa sunnah, dzikir, istighfar, istighatsah dan muraqabah.<sup>9</sup>

*Kelima*, skripsi karya Rovi Ratna Sari yang berjudul “Tingkatan Jiwa Perspektif Psikologi Sufi Studi pemikiran Robert Frager”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2018. Dalam karya penelitan yang menggunakan jenis penelitian *library research*. Penelitan ini mengkaji konsep dan tingkatan jiwa dalam psikologi sufi Robert Frager. Hasil penelitian yang menemukan bahwa ada tiga konsep dasar Robert Frager yakni hati, diri dan jiwa, hal itu yang membedakan dengan psikologi pada umumnya yang membahas tentang jiwa saja.<sup>10</sup>

*Keenam*, jurnal karya Salahuddin Sopus yang berjudul “Mengenalkan Meditasi sufistik ke Dunia Pendidikan”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2017 penelitiannya mencoba untuk memperkenalkan meditasi yang dipraktikkan oleh tarekat Qadiriyyah Hanafiyah, yang diyakini untuk dapat menyembuhkan fisik, mental dan spiritual. Penulis tersebut memperkenalkan meditasi kepada dunia pendidikan karena menganggap bahwa meditasi dalam dunia pendidikan masih

<sup>9</sup> A. Gani “Pendidikan Tasawuf dalam Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Akhlakul Karimah” *Jurnal al- Tadzkiiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* , Vol. 10, No. 2 (2019).

<sup>10</sup> Rovi Ratna Sari “Tingkatan Jiwa Perspektif Psikologi Sufi Studi pemikiran Robert Frager”, (Skripsi— IAIN Bengkulu, 2018).

asing, yang tidak seperti amerika serikat bahwa mesditasi sudah menjadi kurikulum dalam pembelajaran.<sup>11</sup>

*Ketujuh*, jurnal karya I Komang Yuni Arta yang berjudul “Meditasi sebagai *Mind Body Medicine*”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2019. Jurnal ini meneliti tentang meditasi mempengaruhi seseorang dalam merevitalisasi kehidupannya secara biologis maupun kondisi mental. Banyak manusia yang mempunyai latar belakang permasalahan yang berat oleh karena itu Meditasi sebagai *Mind Body Medicine* ini membantu untuk menjernihkan pikiran, serta menciptakan kesehatan mental, fisik demi kehidupan yang harmonis.<sup>12</sup>

*Kedelapan*, jurnal karya dosen Aep Saepudin dari Universitas Islam Al- Ihya yang berjudul “Meditasi Medseba dan Fenomena Sosial krisis Spiritual Manusia Modern (Spirtualitas Keberagaman komunitas Meditasi Medseba). Jurnal ini menggunakan metode penelitian *field research* (penelitian lapangan). Jurnal yang mengangkat tentang fenomena krisis spiritual di tengah masyarakat dibutuhkan juga penanganan yang tepat, dengan menggunakan pendekatan metode meditasi, hal tersebut dianggap tepat, karena dapat membentuk karakter yang dinamis dalam menghadapi masalah hidup. Dengan meditasi medseba, manusia yang sebelumnya didominasi kecerdasan otak kemudian berubah menjadi berpegang pada kecerdasan rasa sejati.

*Kesembilan*, skripsi karya dari Muhammad Zuhruful Alam dengan judul “Meditasi zikir untuk Meningkatkan Kesehatan Mental pada Mantan Pecandu

---

<sup>11</sup>Salahuddin Sopusu “Mengenalkan Meditasi sufistik ke Dunia Pendidikan”, *Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan* , Vol. 20, No. 1 (Juni,2017).

<sup>12</sup> I Komang Yuni Arta, “Meditasi sebagai *Mind Body Medicine*”, *Jurnal Filsafat*, Vol. 10, No. 2 (2019).

Narkoba di Pondok Pesantren Assresiyah desa Garuan kecamatan Juwauna”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2019. Penelitiannya menggunakan *field research* (penelitian lapangan) dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan melakukan beberapa observasi melalui wawancara secara langsung. Pada penelitiannya bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan zikir pada mantan pecandu narkoba, dengan berbagai teknik zikir diharapkan bagi mantan pecandu narkoba dapat mengontrol perilaku dan emosi dengan baik, baik secara personal maupun dengan orang lain.<sup>13</sup>

*Kesepuluh*, jurnal karya N.M.A. Wilani, I.G.A. Fridari Dkk. Yang berjudul “Penerapan praktik Meditasi *Loving-Kidness* pada warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kerobokan”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan dibantu analisis data dengan uji *Paired t-test* dengan bantuan SPSS 20. Tujuan dari penelitian ini ialah memberikan pelatihan meditasi cinta kasih kepada warga binaan yang sedang menjalani rehabilitasi psikologi (terutama bagi pecandu narkoba). Meditasi *loving-kindness* ini berfokus untuk menumbuhkan rasa kasih sayang, perasaan cinta dalam mendapatkan rasa bahagia dan harapan masa depan. Dari hasil penelitian tersebut meditasi tidak signifikan menurunkan simptom stres, depresi, dan kecemasan, namun hasil secara kualitatif menunjukkan bahwa para warga binaan (pecandu

---

<sup>13</sup> Muhammad Zuhruful Alam, “Meditasi zikir untuk Meningkatkan Kesehatan Mental pada Mantan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Assresiyah desa Garuan kecamatan Juwauna”, (Skripsi— IAIN Kudus, 2019).

narakoba) merasa lebih tenang, lebih menyadari tubuh dan merasa lebih memiliki harapan masa depan.<sup>14</sup>

## F. Metode Penelitian

### a. Jenis dan Pendekatan penelitian

Seperti permasalahan diatas yang akan menjadi pusat dalam penelitian ini ialah berjudul “*Meditasi Spiritual Pecandu Narkoba Perspektif Psikologi Sufi Robert Frager di Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya*” oleh karena itu penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Dengan penelitian tersebut peneliti mengumpulkan data berupa kalimat yang diucapkan, tingkah laku, perbuatan, gambar dan bukan angka – angka. Oleh sebab itu laporan berisi deskripsi dari data.<sup>15</sup>

Metode penelitian yang digunakan, dianggap cocok karena konsep dasar metode penelitian kualitatif adalah penelitian untuk menggali dan memahami makna sejumlah individu dan kelompok yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan.(Cresswell, 2009:4).<sup>16</sup> Penelitian kualitatif juga berkaitan dengan ketertarikan untuk menyelidiki alasan perilaku manusia, penelitian subyektif dari sikap dan pendapat.<sup>17</sup>

Brewer dan Hunter (dalam densin dan Lincoln, 2009) berpendapat bahwa penelitian kualitatif dilakukan secara inheren yang befokus pada beragam metode

<sup>14</sup> N.M.A. Wilani, I.G.A. Fridari Dkk “Penerapan praktik Meditasi *Loving-Kidness* pada warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kerobokan”, *Jurnal Buletin Udayana Mengabdi*, Vol. 19, No. 2, (April, 2020).

<sup>15</sup> Bachtiar Sjaiful Bachri,”Meyakikan Validitas Data melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif”, *Jurnal teknologi pendidikan*, Vol. 10, No. 1. (April 2010), 52.

<sup>16</sup> Adhi Kusumastuti, Ahmad mustamil Khoiron, *Metode Penelitian Kualitatif*, ( Semarang: lembaga pendidikan sukarano pressindo. 2019), 2.

<sup>17</sup> *Ibid.*, 3

– metode atau trigulasi yang mendeskripsikan proses untuk mendapatkan pemahaman yang rinci dalam fenomena yang dikaji.

Penelitian kualitatif yang mempunyai banyak strategi untuk mengumpulkan data, disini peneliti menggunakan study kasus sebagai dasarnya. Menurut Creswell jenis penelitian ini memahami sebuah kasus tertentu dalam pembahasan kehidupan yang kontemporer.<sup>18</sup> Peneliti juga menggunakan tipe penelitian studi kasus instrumental tunggal yang bermengerucut pada satu isu atau persoalan tertentu yang dianggap memiliki tujuan yang sama.

Studi kasus instrumental menurut stake digunakan memahami suatu isu atau perbaikan teori. Sehingga kasus bukan menjadi alasan utama, tetapi untuk memahami sesuatu yang lain.<sup>19</sup> Peneliti menganggap bahwa menggunakan metode penelitian ini sangat cocok dalam memecahkan masalah ini.

#### b. Sumber Data

Penting bagi peneliti dalam mengumpulkan sumber data yang sangat mempengaruhi kualitas isi dalam memecahkan masalah studi kasus ini, oleh karena itu di butuhkan data yang valid sehingga membutuhkan sumber data. Sumber data sendiri terdapat dua macam, yakni:

##### 1. Sumber data primer

Sumber data ini didapatkan secara langsung dari narasumber Pondok Pesantren Suryalaya Surabaya yang meliputi Pengurus, santri serta pengasuh

---

<sup>18</sup> Jhon W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, ( Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 9-10.

<sup>19</sup> Puji rianto, *Metode Penelitian Kualitatif*, ( Yogyakarta: Komunikasi UII. Juni, 2020), 26.

pondok dengan melalui wawancara. Wawancara dengan informan atau narasumber dijadikan sumber dalam penelitian ini.<sup>20</sup>

## 2. Sumber data Sekunder

Sumber Data sekunder ialah data yang tersedia sebelumnya yang berupa teks.<sup>21</sup> Data ini didapatkan dari berbagai sumber terpercaya untuk mendukung data primer, seperti halnya buku yang diajarkan oleh pondok tersebut yang berisikan amalan – amalan *dzikir* dan sholat sunnah lainnya.

### c. Pengumpulan Data

Pada langkah ini kualifikasi data dilakukan agar data yang diambil dari dua data tersebut (primer dan sekunder) yang penuh pertimbangan agar terbentuknya penelitian yang ilmiah. Pengumpulan data dilakukan secara natural setting, sumber data primer dan pengumpulannya lebih banyak dilakukan observasi, wawancara dan dokumentasi.<sup>22</sup>

Teknik pengumpulannya pada penelitian ini terbagi berbagai bentuk, antara lain:

#### 1. Wawancara

Wawancara digunakan dalam aspek menemukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, serta mencari lebih dalam suatu hal

---

<sup>20</sup> Adhi Kusumastuti, Ahmad mustamil Khoiron, "Metode Penelitian Kualitatif",...34

<sup>21</sup> Ibid., 34

<sup>22</sup> Bachtiar Sjaiful Bachri, "Meyakikan Validitas Data melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif",...54.

dari responden. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report*.<sup>23</sup>

Pengumpulan data dengan wawancara ini dapat dilakukan dengan cara *face-to-face* atau tatap muka maupun secara *daring* (online). Wawancara ini terdapat dua macam yakni :

a. Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data jika peneliti atau pengumpul data telah mengetahui secara pasti. Dengan teknik ini, setiap responden akan diberikan pertanyaan yang sama melalui instrumen penelitian berupa pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya telah disiapkan sebelumnya.

b. Wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan data. Wawancara tidak terstruktur ini digunakan dalam penelitian pendahuluan atau juga dalam penelitian yang lebih mendalam terhadap responden.

Pada kesempatan kali ini peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur agar dapat mencari tahu permasalahan secara garis besar dan juga lebih terbuka kepada narasumber atau responden.

## 2. Observasi

---

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), 137-138

Teknik pengumpulan data ini berbeda dengan wawancara. Jika wawancara ini selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga pada objek – objek alam yang lain<sup>24</sup>

Nasution berpendapat bahwa observasi merupakan dasar dari suatu ilmu pengetahuan. Peneliti dapat bekerja berdasarkan data yang diperoleh melalui pengamatan yang merupakan fakta dari dunia kenyataan. Melalui observasi, peneliti juga dapat mempelajari perilaku dan juga makna dari perilaku tersebut. Sanafiah Faisal merangkum observasi menjadi observasi partisipatif, observasi terbuka atau tersamar, dan observasi tidak terstruktur.<sup>25</sup>

Observasi partisipatif ini peneliti mengamati apa yang dikerjakan oleh santri Suryalaya, mendengarkan apa yang mereka ucapkan dan berpartisipasi mengikuti yang mereka kerjakan. Disini peneliti lebih detail mengetahui apa saja yang mereka lakukan selama rehabilitasi didalam Pondok Pesantren Suryalaya Surabaya. Serta mendengarkan history pondok secara langsung dari pengasuhnya.

Observasi tidak terstruktur adalah observasi yang tidak disusun secara runtut (sistematis) tentang apa yang akan diamati. Karena peneliti sebelumnya tidak mengetahui apa yang akan diamati. Disini peneliti tidak perlu menggunakan instrumen standar atau pedoman observasi.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah lampau. Peneliti melakukan dokumentasi berbentuk gambar atau foto yang diambil ketika

---

<sup>24</sup> Ibid., 145.

<sup>25</sup> Ibid., 226.

melaksanakan kegiatan penelitian. Dokumentasi ini tentunya untuk pendukung dari metode penelitian yang lain agar lebih valid dan dipercaya.<sup>26</sup>

#### d. Analisis Data

Penelitian ini mulai menganalisis sebelum terjun kelapangan dan sampai penulisan hasil penelitian. Karena menggunakan teknik analisis data dalam penelitian kualitatif ini dianggap cocok untuk mengumpulkan data baik secara teoritis dan empiris. Pada analisis data ini, peneliti menjadikan metode milik Miles dan Huberman sebagai landasan dasar, yang mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus, sehingga semua data dapat terkumpul. Penataan data seperti itu dilakukan agar meningkatkan pemahaman peneliti tentang objek yang diteliti.<sup>27</sup>

Proses dalam menganalisis data ini diperlukan beberapa tahap antara lain:

##### 1. Reduksi Data

Pada tahap ini peneliti berupaya untuk memilih dan memilah sebuah data yang diperoleh dari sumber sekunder dan primer. Reduksi ini juga bermanfaat bagi peneliti agar dapat fokus pada pembahasan atau rumusan masalah yang didapatkan. Karena tidak menutup kemungkinan data penelitian ini akan dapat *overload* apabila tidak kita pilah. Dalam reduksi data sangat diperlukan agar data bisa lebih sempurna.

##### 2. Penyajian Data

---

<sup>26</sup> Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta : SUKA-Press, 2021), 115

<sup>27</sup> Rahmadi, *Pengantar metodologi penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 93.

Pada langkah ini peneliti melakukan penyajian data dalam bentuk teks atau yang bersifat naratif, karena peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dekskriptif. Penyajian data ini memuat hasil dari berbagai sumber-sumber yang sudah reduksi. Seperti halnya dari buku-buku, wawancara, serta dokumentasi lain untuk menguatkan data.

### 3. Verifikasi Data

Tahap yang ketiga ini yakni membuat kesimpulan yang berupa data tertulis dan juga temuan dilapangan. Verifikasi data ini dilakukan setelah semua data terkumpul. Peneliti dalam melakukan verifikasi dan menyimpulkan data menggunakan adalah Triangulasi.

Ada beberapa cara untuk mengecek keabsahan data yang kita peroleh di lapangan, diantaranya dengan menggunakan triangulasi. Triangulasi dalam pengujian kabsahan diartikan sebagai pengecekan data sumber dengan berbagai cara dan pada berbagai waktu. Oleh karena itu, triangulasi dibagi menjadi tiga, yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknis dan triangulasi waktu.<sup>28</sup>

Peneliti disini memanfaatkan triangulasi sumber dan teori. Triangulasi sumber adalah pengecekan ulang derajat keterpercayaan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, dengan membandingkan hasil wawancara dengan dokumen (buku) yang disediakan oleh Pondok Pesantren Suryala Surabaya. Dan triangulasi teori ini menggabungkan dua perspektif teoretis yang berbeda untuk menghasilkan sebuah hipotesis.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*,...273.

<sup>29</sup> Bachtiar Sjaiful Bachri, "Meyakikan Validitas Data melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif",...56

## **G. Sistematika Penulisan**

Dalam sebuah penelitian tentu saja adanya sistematika penulisan agar mempermudah peneliti dalam menyusun dan merangkai data-data yang ada dalam sebuah kegiatan penelitian. Adapun penyusunan sistematika penulisan ini meliputi, diantaranya:

Pada Bab pertama terdapat pendahuluan yang didalamnya berisikan sub bab – sub bab antara lain, latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab kedua yakni pembahasan mengenai landasan teori yang akan menguraikan beberapa teoritis, antara lain: psikologi sufi Robert Frager pengertian meditasi spiritual pondok pesantren Inabah Suryalaya.

Bab ketiga yakni mengungkap profil Pondok Pesantren Suryalaya Surabaya serta menjelaskan meditasi spiritual yang dilakukan oleh lembaga Pondok Pesantren terhadap para mantan pengguna narkoba.

Bab keempat akan membahas analisis temuan dan pembahasan terkait meditasi spiritual yang dilakukan oleh para mantan pengguna narkoba di Pondok Pesantren Suryalaya Surabaya dengan menggunakan teori psikologi sufi Robert Frager.

Dan Bab kelima yaitu bagian penutup yang meliputi kesimpulan peneliti dan saran yang bermaksud untuk menyampaikan secara singkat hasil pembahasan.

## BAB II

### PROFIL ROBERT FRAGER

#### A. Riwayat Hidup

Robert Frager memiliki nama julukan Syekh Ragib al – Jerahi yang diberikan oleh Muzaffer Efendi setelah dia memeluk Islam. Dia lahir pada tahun 20 Juni 1940 di California, Amerika Serikat. Dia juga seorang pendiri sebuah Universitas di Palo Alto yang bernama *Institute of Transpersonal Psychology* pada tahun 1975, yang sekarang bernama Sofia University.<sup>1</sup> Sebelum menjadi guru besar di Universitasnya, dia mendapatkan gelar doktor psikologi sosial dari Havard University, kemudian menjabat selama tujuh tahun menjadi dosen psikologi dan agama di University of California Berkeley dan Santa Cruz.

Robert Frager mengundang seorang tokoh musyid pendiri tarekat Halveti-Jerahi yang bernama Syekh Muzaffer Efendi.<sup>2</sup> Pada tahun 1981 tarekat yang berasal dari Turki tersebut menjadi berkembang lebih banyak ketika Syekh Muzaffer Efendi membai'at dua belas murid yang saat itu selesai ceramah di Universitas milik Robert Frager untuk yang kedua kalinya, dan dia

---

<sup>1</sup> Robert Frager, *Obrolan Sufi untuk Tranformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, terj. Hilmi Akmal (Jakarta : Zaman, 2015), 14.

<sup>2</sup> Syekh Muzaffer Efendi yang mempunyai nama asli Muzaffer Ozak, nama akhiran Efendi diambil dari nama ayahnya yang bernama Mehmed Efendi. Dia lahir pada tahun 1916 di kota Istanbul, Turki. Dia adalah seorang mursyid sufi di Halveti-Jerrahi, sebelum dia diangkat menjadi mursyid ke -19, dia menjadi darwis dengan melalui mimpi. Dikutip dari buku karya Robert Frager yang berjudul obrolan sufi untuk transformasi hati, jiwa dan ruh.

(Robert Frager) menjadi darwis (murid) pertama syekh Muzaffer Efendi di California.<sup>3</sup>

Berjalan selama empat tahun (1985) menjadi seorang murid tarekat Halveti-Jerahi, Robert Frager diangkat sekaligus dibai'at menjadi Syekh atau mursyid di Istanbul. Dia dibai'at menjadi mursyid oleh Safer Efendi (penerus mursyid Halveti-Jerahi, setelah Muzaffer Efendi wafat pada tahun yang sama).

Robert Frager kini menjadi pemimpin *Dergah* (sufi masyarakat) di Redwood City, California, Amerika Serikat. Selain itu dia juga sibuk menjadi seorang Psikolog Transpersonal, konsultan dan menjadi penulis. Salah satu karyanya yang terkenal adalah “*Heart, Self and Soul, Sufi Talks* dan *Personality and Personal Growth*”. Dan ada beberapa karya lainnya seperti *Teorias da Personalidade* (1986), *Essential Sufism* (1997), *The Wisdom of Islam: an Introduction and Living Experience of Islamic Belief and Practice* (2002), *Sharing Sacred Stories: Current Approaches to Spiritual Direction and Guidance* (2007) dan *Sufi talks: Teaching of an American Sufi Sheikh*.<sup>4</sup>

#### **B. Silsilah Mursid Halveti-Jerrahi**

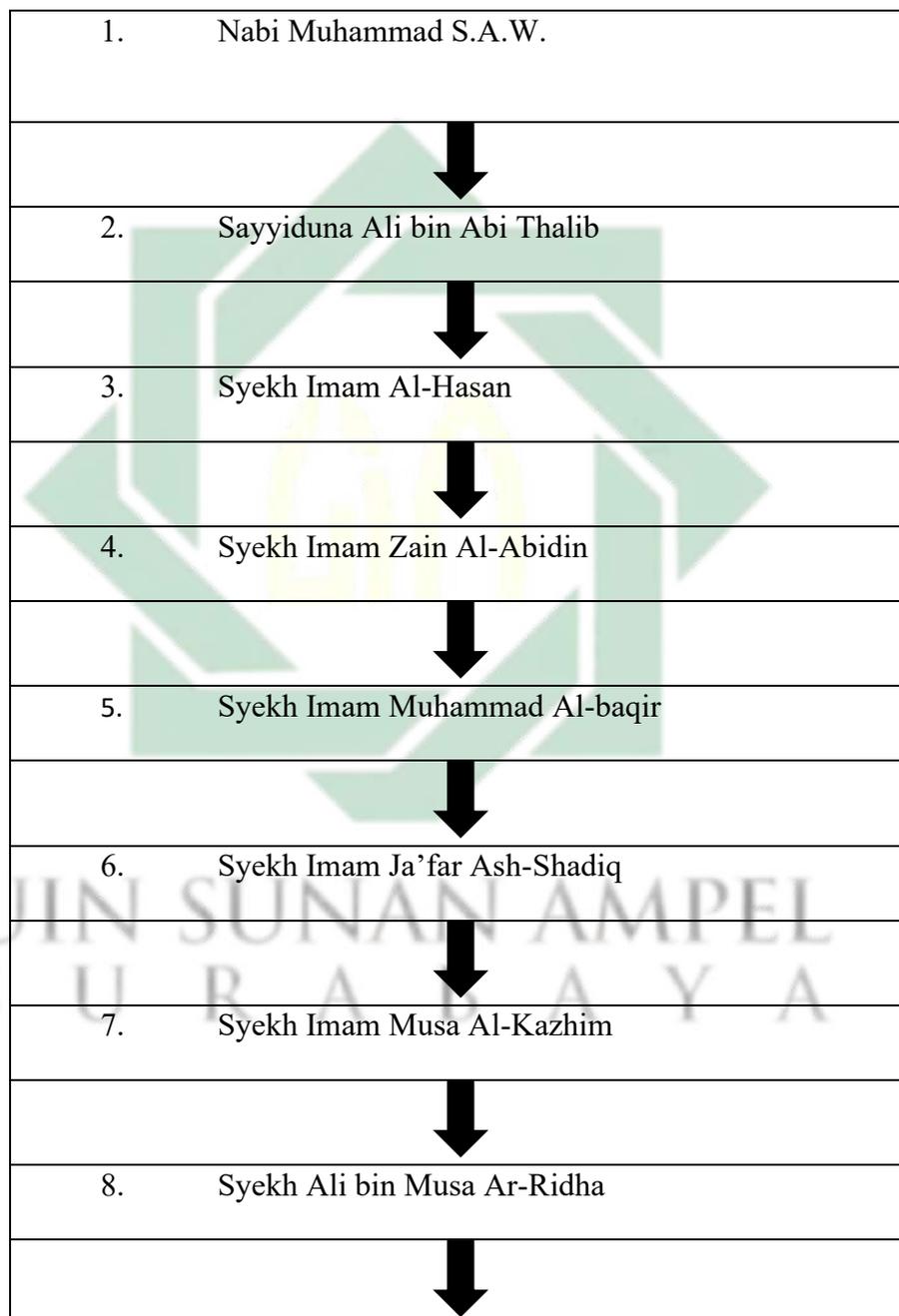
Tarekat halveti-jerrahi yang berasal dari kata “khalwat”, atau yang biasa kita kenal tarekat khalwatiyah. Tarekat halveti-jerrahi merupakan cabang tarekat khalwatiyah di Turki. tarekat ini didirikan oleh Syeikh Nuruddin al-

<sup>3</sup>Robert Frager, *Obrolan Sufi untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*,... 16.

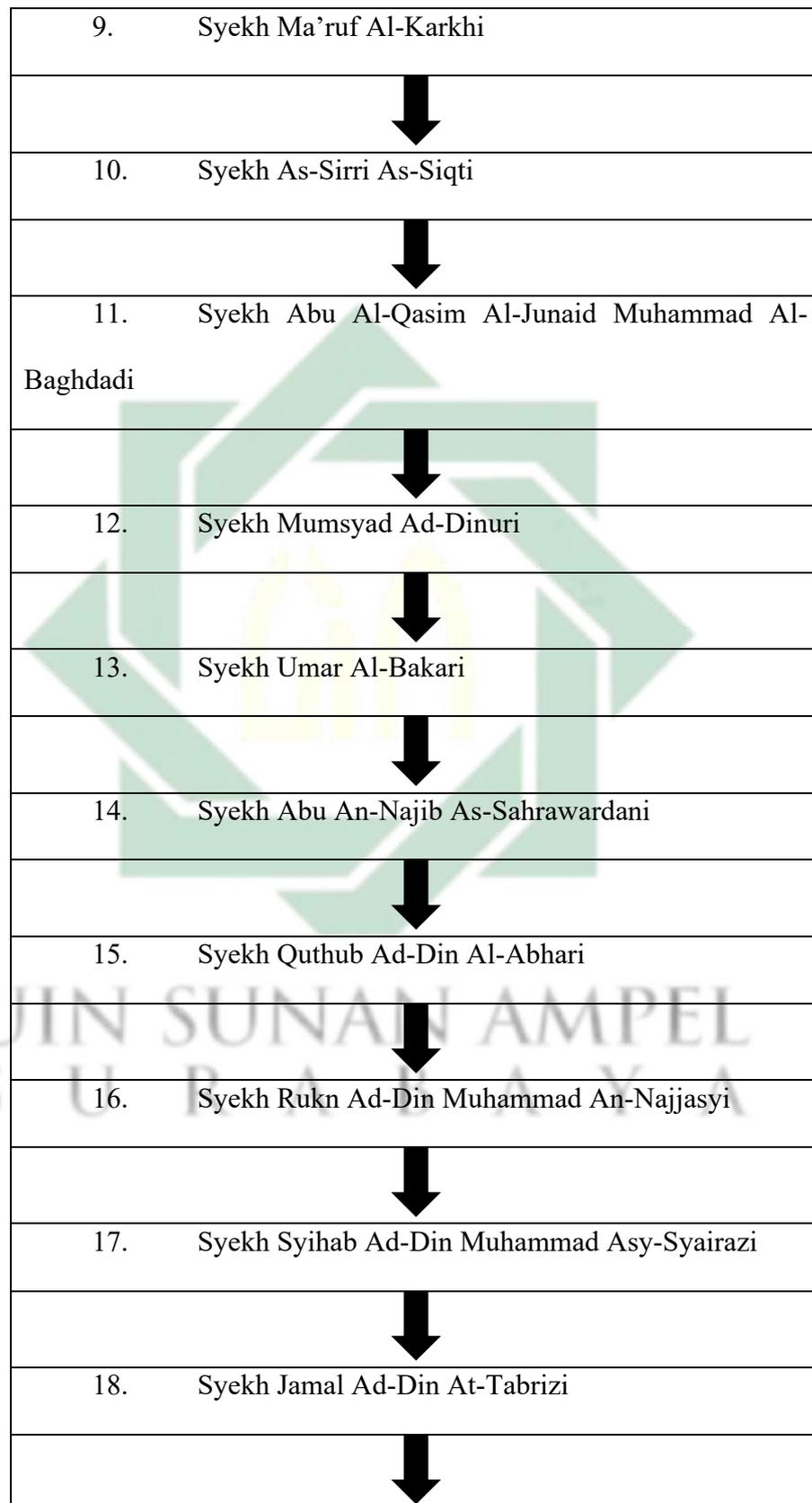
<sup>4</sup> Herlin Agustini, “Konsep Abu Hamid al-Ghazali dan Robert Frager tentang Hati”, (Skripsi—UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), 62.

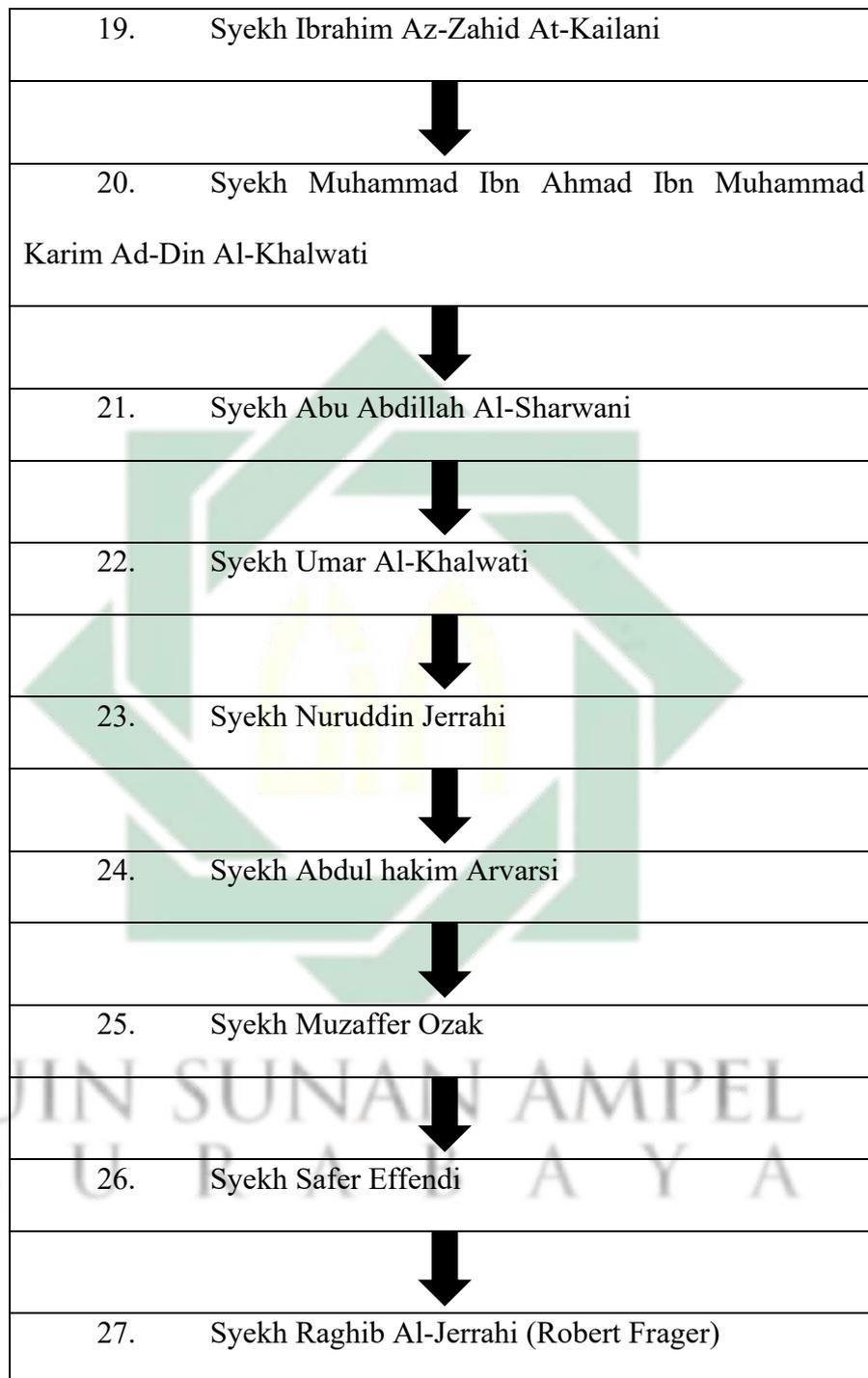
Jerrahi, yang memiliki nama asli Muhammad bin Sayid Abdullah bin Muhammad Husamuddin.<sup>5</sup>

Berikut ini nama-nama silsilah tarekat halveti-jerrahi :



<sup>5</sup> Mohd. Faizal Harun, Muhamad Hazwan Abd Razak, *Sejarah Tarekat Pertumbuhan dan Penyebaran di Dunia Islam*, (Kedah : Universiti Utara Malaysia, 2018),191.





### C. Konsep Dasar Psikologi Sufi

Robert Frager dalam bukunya, ada tiga pokok penting yang ada dalam diri manusia sebagai kunci untuk jalan menuju Tuhan. Tiga pokok dasar dalam

psikologi sufi meliputi hati, diri dan jiwa. Ketiga konsep tersebut sudah dikaji beratusan – tahun oleh para sufi serta sudah banyak buku yang sudah menulis tentang ketiga konsep dasar tersebut.<sup>6</sup>

### 1. Tentang Hati

Hati yang dimaksud disini adalah hati spiritual. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Ruzbihan Baqli dalam *Masyrub al-Arwah* bahwa hati yang asli adalah realitas yang diberkati suci dan halus. Realitas yang suci dan halus ini adalah tempat dimana cahaya yang tak terlihat karena diberkati oleh Tuhan.<sup>7</sup>

Konsep hati spiritual menurut psikologi sufi, hati dapat menyimpan kecerdasan dan kearifan kita yang paling dalam. Para sufi memiliki misi yakni menumbuhkan hati yang lembut dan penuh kasih sayang serta ingin menumbuhkan kecerdasan spiritual. Kecerdasan ini justru yang lebih mendalam dan mendasar daripada kecerdasan abstrak pada akal kita. Robert Frager mengatakan bahawa jika mata hati kita terbuka maka kita mampu melihat melampaui penampilan luar yang palsu, dan jika telinga hati kita terbuka maka kita akan mendengarkan kebenaran tersembunyi dibalik kata – kata yang diucapkan.

Robert Frager menyimpulkan ada empat stasiun hati dalam diri manusia, diantaranya dada (*shadr*), hati (*Qalb*), hati yang terdalam (*Fuad*) dan lubuk hati yang lebih dalam (*Lubb*). Dari setiap stasiun memiliki cahaya hati yang berbeda – beda, dada menampung cahaya amaliah dari bentuk praktek spiritual,

<sup>6</sup> Robert Frager, *Hati, Diri dan Jiwa, Psikologi Sufi untuk Transformasi*, terj. Hasmiyah Rauf (Jakarta : Serambi, 2005), 29.

<sup>7</sup> Rovi Husanaini, “Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)”, *Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, Vol. 1 No.2 (2016), 63.

*qalb* menampung cahaya iman, *lubb* menampung cahaya makrifat dan pengetahuan akan kebenaran spiritual dan *fuad* menampung cahaya kesatuan.<sup>8</sup>

Batiniah manusia berpusat pada hatinya. Oleh karena itu Robert Frager menyebutkan bahwa hati adalah kuil tuhan, yang dapat menyimpan percikan atau roh ilahi didalam diri kita. Para manusia yang sebagai pemilik kuil ilahiah yang tak terbatas, harus terus mencoba dan mengingat untuk selalu melakukan kebaikan dan penghormatan. Seperti halnya yang ada dalam kajian tasawuf yang menekankan kesadaran hubungan dan meditasi spiritual sebagai disiplin yang mendasar. Cinta sebagai dasar disiplin spiritual para sufi, maka dari itu rumah cinta disebut dengan hati. Semakin besar cinta kita kepada orang lain maka kita akan semakin mampu mencitai Tuhan.

Apabila hati kita bersih, maka kita dapat benar – benar memahami orang lain. Sering dikatakan dalam tasawuf tentang *rābithah al-Qalb*, hubungan hati sebuah elemen yang mendasar dalam hubungan seorang mursyid dan dan darwis.

Kehidupan spiritual manusia juga dipicu oleh keteguhan hati, karena mutlak bagi manusia atas kepercayaan atau keyakinan pada diri sendiri.<sup>9</sup> Hati juga merupakan cerminan dalam citra Ilahi, oleh sebab itu semakin kita pada yakin pada hati kita maka citra Tuhan akan terus bersama kita. Keyakinan dan keteguhan hati kita akan selalu terpancarkan dengan selalu mengingat Tuhan,

<sup>8</sup> Meta Malihatul Maslahat, “MANUSIA HOLISTIK DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI DAN TASAWUF” 5, no. 1 (2019): 24.

<sup>9</sup> Awiya Rahma dkk., “Pengaruh Keteguhan Hati dalam Kehidupan Sosial, Budaya dan Agama: Tinjauan Psikologi Islam dan Psikologi Indegenous”, *Jurnal: Islam dan Peradaban Umat* (2015), 218.

dengan dzikir kepada Allah hati kita akan memantulkan Tuhan maka citran - Nya dalam hati akan semakin tegas. Sehingga hati kita akan terus – menerus merefleksikan Tuhan pada situasi dan kondisi.

## 2. Pengendalian Diri

Dalam psikologi sufi Robert Frager, diri disebut juga *nafs*. *Nafs* merupakan sebuah aspek psikis yang utama sebagai musuh terburuk bagi kita. Pengendalian diri menurut Averill ialah kemampuan untuk mengendalikan diri mengubah perilaku terhadap hal yang diinginkan serta melatih apa yang dirinya apa yang dia yakini.<sup>10</sup>

Diri (*nafs*) bisa menjadi senjata bagi kita yang tumbuh sehingga tak ternilai harganya, untuk mencapai itu semua kita harus melewati maqam – maqam tertentu. Dari catatan Rober Frager, *nafs* yang paling dasar adalah *nafs tirani*. *Nafs* tersebut dapat menjauhkan diri kita dari jalan spiritual. Rasa serta kekuatan yang ditimbulkan dari *nafs tirani* ini dapat mengakibatkan rasa sakit dan mendorong kita untuk menyakiti orang yang kita cintai. Seperti contoh yang ada didalam Al- Qur'an surat yusuf<sup>11</sup> :

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Dan tidaklah aku membebaskan diriku dari kesalahan, karena sesungguhnya nafsu yang meyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang telah rahmati oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku maha pengasih lagi maha penyayang”.

<sup>10</sup> Nur Ghufroon dan Rini Risnawati, *Teori – Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 29.

<sup>11</sup> Al – Qur'a>n, 12:53.

*Nafs* tirani mengarahkan jiwa kepada kejahatan, karena memiliki kecenderungan yang negatif. Masih banyak dari kita bahkan juga dari kalangan filsuf, psikolog dan pakar jiwa dari barat yang masih sering terpengaruh dari *nafs* tirani yang cenderung menganggap wajar dari kondisi ini. Dalam psikologi sufi, *nafs* tirani merupakan akar distorsi pemikiran dan pemahaman, serta sumber bahaya yang terbesar bagi diri kita dan orang lain. Tasawuf memberikan solusi dengan menggunakan metode observasi diri, disiplin diri dan melihat diri sendiri dalam diri orang lain.

### 3. Jiwa

Jiwa pada dasarnya ruh yang ada didalam diri manusia. Seperti yang dikutip dari tulisan Hazreti Ibrahim Eruzumi, seorang sufi asal turki. “Dia (Tuhan) memulai dengan menciptakan alam semesta dan turunya jiwa individual menjadi materi”. Dia juga menuturkan bahwa ketika ruh diturunkan dialam ruh untuk dilahirkan dalam tubuh manusia, ia diselimuti unsur – unsur dunia material.

Jiwa menurut psikologi sufi milik Robert Frager, jiwa mencakup sebuah model jiwa manusia yang didasarkan pada prinsip evolusi. Jiwa disebutkan memiliki tujuh aspek penting, yang diantaranya: mineral, nabati, hewani, pribadi, insani, jiwa rahasia dan jiwa maharahasia. Peranan tasawuf dalam tujuh aspek tersebut untuk menyeimbangkan tingkat kesadaran yang ada

didalam diri manusia tersebut. Seperti yang di gambarkan puisi Jalaluddin al – Rumi<sup>12</sup> :

Aku mati sebagai mineral dan menjelma tumbuhan  
 Aku mati sebagai tumbuhan dan terlahir binatang  
 Aku mati sebagai binatang dan kini menjadi manusia  
 Suatu hari nanti, aku akan mati sebagai manusia,  
 Dan melambung bersama malaikat.  
 Bahkan setelah menjelma malaikat, aku harus mati lagi.  
 Apabila telah kukorbankan jiwa malaikat ini,  
 Aku akan menjelma sesuatu yang tak terpahami.

Dari banyak sistem psikologi dan juga spiritual hanya menggunakan satu fungsi atau mungkin dua tingkat kesadaran tersebut. Padahal dalam tasawuf, keseimbangan emosi dan hubungan sehat serta menyehatkan adalah sama pentingnya dengan kesehatan spiritual dan jasmani.

Para psikologi sufi menggunakan pendekatan untuk meneliti perilaku baik dan buruk manusia, perbuatan, proses mental, alam pikiran dan diri (ego) manusia. Dari berbagai teori psikologi baik behaviorisme, psikoanalisa bahkan humanisme memandang bahwa jiwa sebagai latar belakang tingkah laku.<sup>13</sup>

Peranan tasawuf memberikan sebuah pendekatan holistik terhadap psikologi spiritual, sehingga jiwa menghindari bahaya terhadap sistem spiritual yang membenarkan penindasan terhadap kaum minoritas dan perempuan.

Fungsi mineral, nabati dan jiwa hewani yang sudah tertanam pada diri kita dapat menopang fisik di kehidupan kita. Serta fungsi psikis yang tertanam

<sup>12</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati Dan Ruh*, terj. Hasmiyah Rauf (Jakarta : Zaman, 2014), 198.

<sup>13</sup> Burhanuddin, "Dzikir dan Ketenangan jiwa", *Jurnal: Media Intelektual dan Bimbingan Rohani*, Vol. 6, No.1, (2020), 21.

pada jiwa pribadi, yang terletak pada otak merupakan tempat bernaungnya ego dan kecerdasan. Alam spiritual kita ialah batu lompatan yang melampaui fisik dan psikis, yang keduanya merupakan berakar didalam jasmani, dan wujud materi. Sedangkan jiwa rahasia, jiwa insani dan yang maharahasiah berada didalam hati spiritual yang bersifat nonmateri. Jiwa rahasia ialah tempat dzikir terhadap Tuhan, Jiwa insani ialah tempat kasih sayang dan kreatifitas dan jiwa maharahasiah ialah yang tak terbatas, suatu perciaqn Ilahiah didalam diri kita.

#### **D. Meditasi Spiritual**

Kata meditasi secara terminologi "*meditation*", yang berarti "merenungkan", dan biasa kita kenal nama "*semedi*". Meditasi adalah memusatkan pikiran dan perasaan untuk mencapai sesuatu yang *haq*, agar batiniyahnya mencapai suatu ketenangan. Meditasi sangat berbeda dengan orang yang melamun, justru meditasi dilakukan dengan secara sadar. Bermeditasi dengan cara konsisten dapat menyelesaikan masalah – masalah yang dapat menggoyahkan hati kita.<sup>14</sup>

Tokoh di Eropa bernama Maharishi Mahes Yogi mengembangkan meditasi spiritual dengan metode *Trancendal Meditation* memiliki efek dari segi biologis, psikologis hingga sosial, ekonomi dan politis.<sup>15</sup> Perkembangan meditasi ini semakain pesat dibidang psikologi hingga muncul subbuah gerakan psikologi transpersonal. Gerakan ini berfokus dalam bentuk kesadaran manusia, taraf kesadaran ini tercapai melalui latihan meditasi. Psikologi

<sup>14</sup> Tjicptadinata Effendi, *Meditasi: Jalan Meningkatkan kehidupan anda*, ( Jakarta : PT. Elex Media Komputindo, 2002), 3.

<sup>15</sup> A. Subandi, *Latihan Meditasi untuk Psikoterapi*, (yogyakarta: unit publikasi fakultas psikologi, 2001), 184.

transpersonal memiliki teori yang sedikit berbeda melalui pengalaman meditasi yang tidak selalu didapatkan dari hal mistik, melainkan dari pengalaman yang realistis. Meditasi berusaha menjawab dalam menjalankan kehidupan dengan melalui disiplin - disiplin fisik, mental dan lain - lain.

Pengalaman spiritual merupakan guru terbaik dalam bermeditasi. Hal tersebut dapat digambarkan oleh frekuensi gelombang otak, alat untuk mengukur gelombang frekuensi otak adalah EEG (*Electro Encephalo Graph*). Dengan praktek spiritual meditasi ini akan dapat mengubah atau mempengaruhi gelombang otak. Meditasi spiritual merupakan disiplin batin yang membentuk suatu keadaan pola pikir yang berpusat pada kesesuatu titik tertentu. Karena pada dasarnya meditasi spiritual membentuk sebuah keseimbangan dalam menjalani hidup dengan penuh kesabaran dan ketekunan.<sup>16</sup>

Meditasi spiritual juga memiliki tingkatan dalam mengatur pernafasan, sehingga meditasi tingkat tinggi yang membuka kesadaran diluar kondisi normal (*Altered State of Consciousness*). Beberapa tingkatan tersebut memiliki efek yang sama yakni gelombang otak yang direkam dengan EEG menunjukkan gelombang alpha, yaitu gelombang otak yang terdapat pada kondisi tubuh yang rileks.<sup>17</sup>

Meditasi spiritual sudah jauh dilakukan oleh agama Islam, hal ini dipraktikkan langsung oleh nabi Muhammad, sebelum diangkat menjadi Rosul

---

<sup>16</sup> Tjiptadinata Effendi, *Meditasi: Jalan Meningkatkan kehidupan anda*,...5.

<sup>17</sup> A. Subandi, *Latihan Meditasi untuk Psikoterapi*,...187.

dan Nabi. Dia pernah melakukan meditasi spiritual di dalam goa Hiro, setelah beberapa kali pulang untuk mengambil bekal dan kembali ke goa Hiro, kemudian Nabi Mummad mendapatkan wahyu pertama dengan turunya surat al – Alaq (96). Meditasi tidak hanya duduk (diam) saja melainkan juga dengan gerakan. Meditsai spiritual yang dilakukan oleh Nabi Muhammad merupakan gerakan yang dipraktekkan dalam sholat yang bertujuan untuk menenangkan hati dan jiwa.<sup>18</sup>

Meditasi spiritual mefokuskan pikiran dan hati kita kepada objek seperti Tuhan, dengan segala aspek kerohanian yang ditingkatkan, konsentrasi yang tinggi juga dibutuhkan agar lebih intensif serta membaca kalimat tauhid. Robert Frager juga berpendapat bahwa berdzikir juga bentuk meditasi spiritual. Ketika pikiran kita mengarah kesatu objek dimana hanya tertuju kepada Allah, maka unsur transenden disini mengingat Allah. Saat dzikir berhasil dilakukan dengan penghayatan semata – mata hanya bertuju kepada -Nya, dan tidak terpengaruhi sekitarnya, dengan tidak kita sadari kesadaran akan berpindah dari fisik ke jiwa.<sup>19</sup>

#### **E. Psikologi Sufi dan Ajaran Tasawuf**

Psikologi sufi dan tasawuf memiliki relasai yang sangat kuat untuk merubah perilaku manusia, serta keduanya memiliki peran dan fungsi yang berbeda. Beberapa fungsi yang berbeda itulah yang menjadikan keduanya saling membutuhkan dan juga melengkapi. Terlebih lagi, teori milik Robert

<sup>18</sup> Ujam Jaenudin, *Psikologi Transpersonal*, ( Bandung, CV PUSTAKA SETIA 2012), 221.

<sup>19</sup> Erba Rozalia Yulianti, “Pengalaman Religus dalam Meditasi Transdental”, *Jurnal Toleransi Media Ilmiah Komunikasi Umat Beragama*, Vol. 4, No. 1, (Januari - Juni 2012), 32.

Frager dalam transformasi hati ini berkesinambungan dengan ajaran tasawuf yang ada di pondok pesantren inabah suryalaya.

Psikologi sufi dan ajaran tasawuf memiliki tujuan yang sama untuk menjadikan perilaku atau tingkah laku menjadi lebih baik, membedakan mana yang baik dan buruk. Disisi lain selain memiliki tujuan yang sama, keduanya memiliki konsep pendekatan yang berbeda. Jika psikologi sufi Robert Frager menggunakan transformasi hati seperti yang sudah dijelaskan diatas, sedangkan dalam ajaran tasawuf melalui jalan *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli*.<sup>20</sup>

#### 1. Takhalli

*Takhalli* adalah penarikan diri dari segala sesuatu yang menjauhkan dari Allah, yang berarti mengkosongkan dan membersihkan diri dari sifat tercela serta penyakit hati yang merusak. Pada tahap pengosongan jiwa dari sifat – sifat yang tercela bisa dilakukan dengan cara melakukan meditasi spiritual yang berat, seperti halnya yang dilakukan oleh para santri pondok pesantren inabah yang melakukan ibadah setiap waktu, bahkan mereka menganggap ibadah sunah adalah wajib. Hampir sama halnya dengan psikologi sufi untuk membersihkan hati, melalui pengendalian diri dengan kita mengasihi dan mencintai kepada sesama makhluk. Dengan begitu *nafs* tirani yang ada didalam diri manusia akan hilang dengan sendirinya.

---

<sup>20</sup> Rovi Husanaini, “Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)”,...64.

## 2. Tahalli

*Tahalli* adalah mebiasakan diri dengan menghiasi hati dengan perbuatan yang baik.<sup>21</sup> *Tahalli* merupakan proses perenungan melauai meditasi spiritual untuk meleburkan pikiran yang pusatkan untuk perenungan kepada Allah. Pada tahap ini kita akan difokuskan untuk mengisi kekosongan jiwa yang sudah dibersihkan (*takhalli*) dengan mengisi semua kebaikan dalam hidup kita dan mengkubur dalam – dalam hawa nafsu duniawi yang dapat merusak hati kita. Seperti konsep hati dalam transformasi Robert Frager bahwa jika hati kita bersih maka cerimanan buat kita untuk selalu ingat kepada Allah yang kemudian mendapat cahaya ilahi.

## 3. Tajalli

*Tajalli* adalah pencerahan yang terbuka dari Allah untuk hambanya yang telah melewati kedua tahap tersebut (*takhalli* dan *tahalli*). Pencerahan dari Tuhan ini masuk dari hati manusia setelah melawati proses meditasi spiritual. *Tajalli* yang merupakan tahapan terakhir ini hilangnya hijab dari sifat kemanusiaan, bahkan muncul terangnya cahaya hati yang selama ini tersembunyi atau fana. Oleh karena itu juga dalam psikologi sufi jiwa yang sudah terbebaskan akan sifat tercela akan terbuka. Pada dasarnya jiwa dapat dirubah melauai proses yang sederhana, karena didalam jiwa terdapat jiwa maharahasias yang didapatkan dari percikan cahaya ilahi.

---

<sup>21</sup> Haidar Putra Dulay dkk., “Takhalli, Tahalli dan Tajalli”, *Jurnal : Pendidikan dan Dakwah*, Vol. 3 No. 3 (September, 2021), 355.

## BAB III

### MEDITASI SPIRITUAL DAN AMALAN PONDOK PESANTREN INABAH SURYALAYA SURABAYA

#### A. Latar Belakang Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya

##### 1. Profil Pondok Pesantren

Pondok pesantren inabah suryalaya pertama kali didirikan oleh Syeikh H. Abdullah Mubarak bin Nur Muhammad atau biasa dipanggil Abah Sepuh (1836-1956) di desa Pager Agung, Tasikmalaya Jawa Barat pada tanggal 5 September 1905 atau 7 Rajab 1323 H. Di pondok tersebut Abah Sepuh juga mendirikan sebuah tarekat *Qādiriyah wa Naqsabandiyah*. Kemudian pada tahun 1956 Abah Anom atau yang memiliki nama lengkap KH. Shihibul Wafa' Tadjul Arifin yang merupakan putra pertama Abah Sepuh, meneruskan kepemimpinan pondok pesantren tersebut. Banyaknya minat masyarakat terhadap kegiatan spiritualitas di pondok, serta banyaknya masyarakat di daerah yang mengeluhkan anaknya yang berperilaku menyimpang, kemudian para orang tua menyerahkan anak – anaknya yang nakal untuk di bina oleh Abah Anom, dan ajarannya dianggap cocok untuk membina para anak – anak untuk jadi lebih baik.<sup>1</sup> Selama berjalanya zaman, pondok tersebut semakin berkembang pesat sehingga membuka cabang hingga luar negeri.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Fatihul Khoir, “Pola Pendidikan dan Keagamaan dalam proses Rehabilitasi bagi Pecandu Narkoba : Studi multikasus d Pondok Pesantren Inabah XIX Surabaya dan Yayasan Darud Dawam Surabaya”, (Skripsi, UINSA Surabaya, 2017), 75.

<sup>2</sup> Nur Aini, “Sejarah Perkembangan Pondok Pesantren Suryalaya Inabah Xix Surabaya Tahun 1986-2016,” ( Skripsi, UINSA Surabaya, 2018), 23.

Sebelum berkembang pondok inabah suryalaya merupakan pondok seperti umumnya yang menerapkan sistem salaf seperti *sorogan*, *bandongan* atau *wetonan*. Sistem pembelajarannya dilakukan di mushola atau masjid di sebelah pesantren.<sup>3</sup> Karena pada daerah tersebut banyak sekali para remaja yang sudah kehilangan akhlaknya akibat narkoba, kemudian Abah Anaom mendirikan pondok pesantren Inabah I pada tahun 1972. Pemilihan nama “Inabah” sendiri berdasarkan arti kembali kejalan Allah, Abah Anom membina para remaja untuk kembali kejalan Allah karena sudah rusak akhlaknya maupun moralnya akibat terpengaruhnya obat – obatan terlarang. Setelah beberapa tahun didirikannya pondok pesantren inabah, banyak alumni – alumni dari pondok tersebut sudah kembali kefitranya atau sudah tidak lagi menggunakan barang yang di haramkan oleh Allah tersebut, kemudian Abah Anom memberikan amanah kepada alumninya untuk meneruskan ajarannya dengan membuka cabang pondok pesantren inabah di berbagai daerah di Indonesia dan juga luar negeri. Dari sinilah pondok pesantren Inabah Suryalaya berdiri.

Padaa tahun 1983 didirikannya pondok pesantren Suryalaya Surabaya dan pada tanggal 20 Desember 1986 berdirilah pondok Inabah XIX yang di khususkan untuk menangani para pecandu narkoba serta kenakalan remaja di wilayah Jawa Timur. Kedua pondok tersebut memiliki visi yang sama dalam mengajar namun memiliki perbedaan dalam aspek lain, pondok pesntren suryalaya yang berada di Jl. Benteng merupakan pondok yang mengajarkan

---

<sup>3</sup> Ibid.,24.

dalam segi teoritis, sedangkan pondok pesantren inabah suryalaya yang beralamatkan di Semampir merupakan pondok yang khusus untuk para mantan pecandu narkoba yang segi pembelajarannya hanya melakukan praktik keagamaan yang diajarkan oleh pondok tersebut,

“Di pondok sini (Benteng) pembelajarannya dilakukan secara teoritis atau pembelajaran kitab pada umumnya dan tapi kalo di sana ( Jl. Semampir) itu dikhususkan untuk para mantan pecandu narkoba. Namun kemudian para santri yang ada di Semampir kita bawa kesini ( pondok di Jl. Benteng) untuk terus kita ajarkan, ajaran tareket Qādiriyah wa Naqshabandiyah agar mereka memiliki pondasi (keilmuan) yang kuat”, tutur sesepuh pondok pesantren inabah suryalaya.<sup>4</sup>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

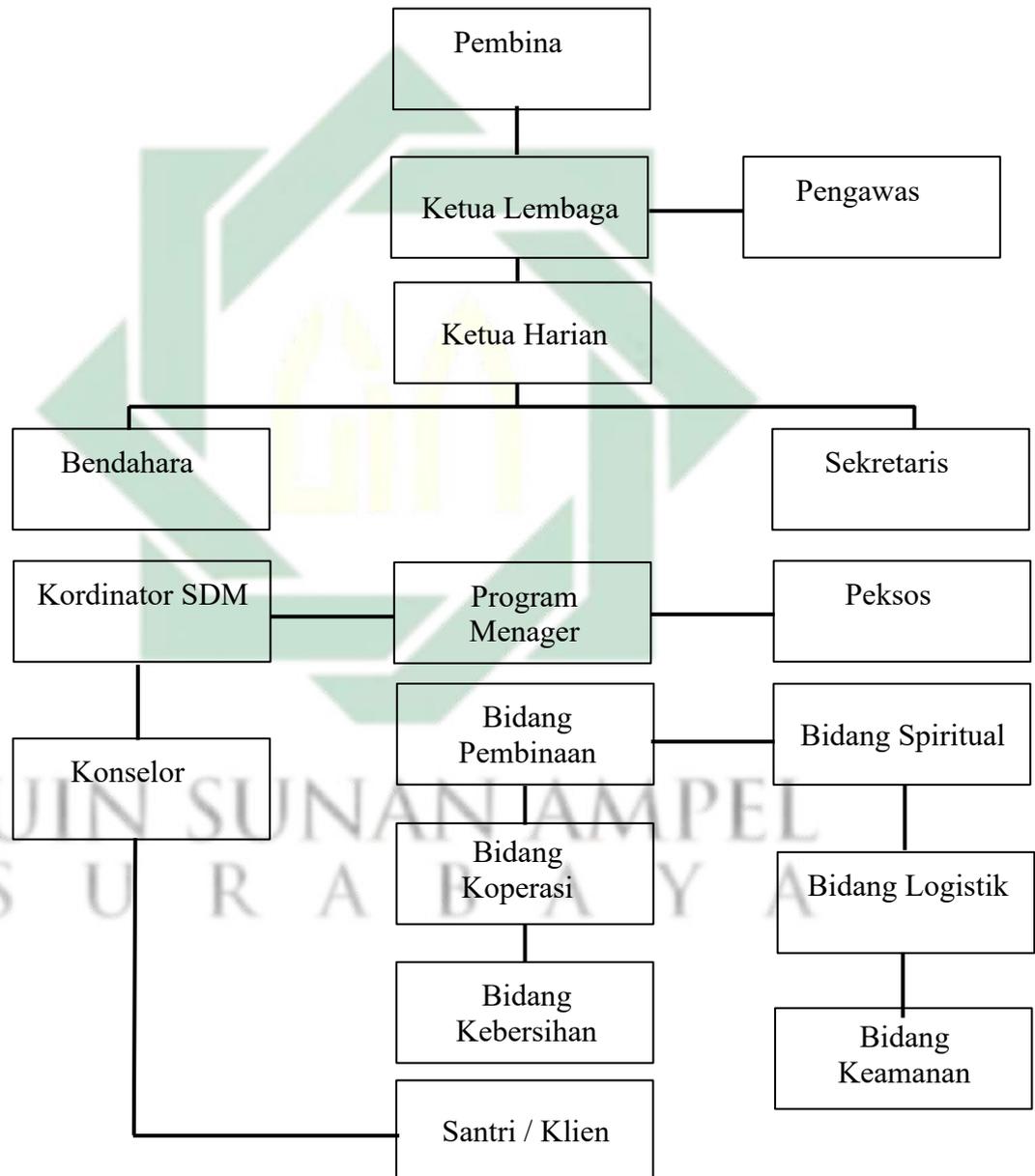
---

<sup>4</sup> Moh. Ali Hanafiah Akbar (Pengasuh Pondok Pesantren Inabah Suryalaya Surabaya), *Wawancara*, Surabaya 7 Oktober 2021.

## 2. Struktur Kepengurusan

Di bawah ini merupakan tabel kepengurusan pondok pesantren inabah suryalaya pada tahun 2022.<sup>5</sup>

Tabel 1. Struktur kepengurusan.



Sumber data: Pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya 2022.

<sup>5</sup> Rafiquddin (ketua harian pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya), *Wawancara*, Surabaya 21 Juli 2022.

### 3. Visi

Pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya memiliki visi menjadi lembaga dakwah dan sosial yang peduli terhadap pembangunan manusia seutuhnya beriman, bertaqwa, berilmu dan beramal sert berakhlakul karimah.<sup>6</sup>

### 4. Misi

- a. Menyelenggarakan program rehabilitas untuk menyelamatkan generasi muda dari ketergantungan narkoba dan penyimpangan perilaku dengan menggunakan pendekatan keagamaan.
- b. Melakukan pembinaan sikap mental dan pembinaan amaliah keagamaan yang berbasis ilmiah serta pembinaan ilmu yang berbasis amaliah.
- c. Bersama – sama masyarakat membangun gerakan peduli lingkungan untuk menciptakan kehidupan masyarakat yang religius, sehat jasmaninya dan kokoh rohaniannya.<sup>7</sup>

### B. Silsilah Mursyid Pondok Pesantren Inabah Suryalaya

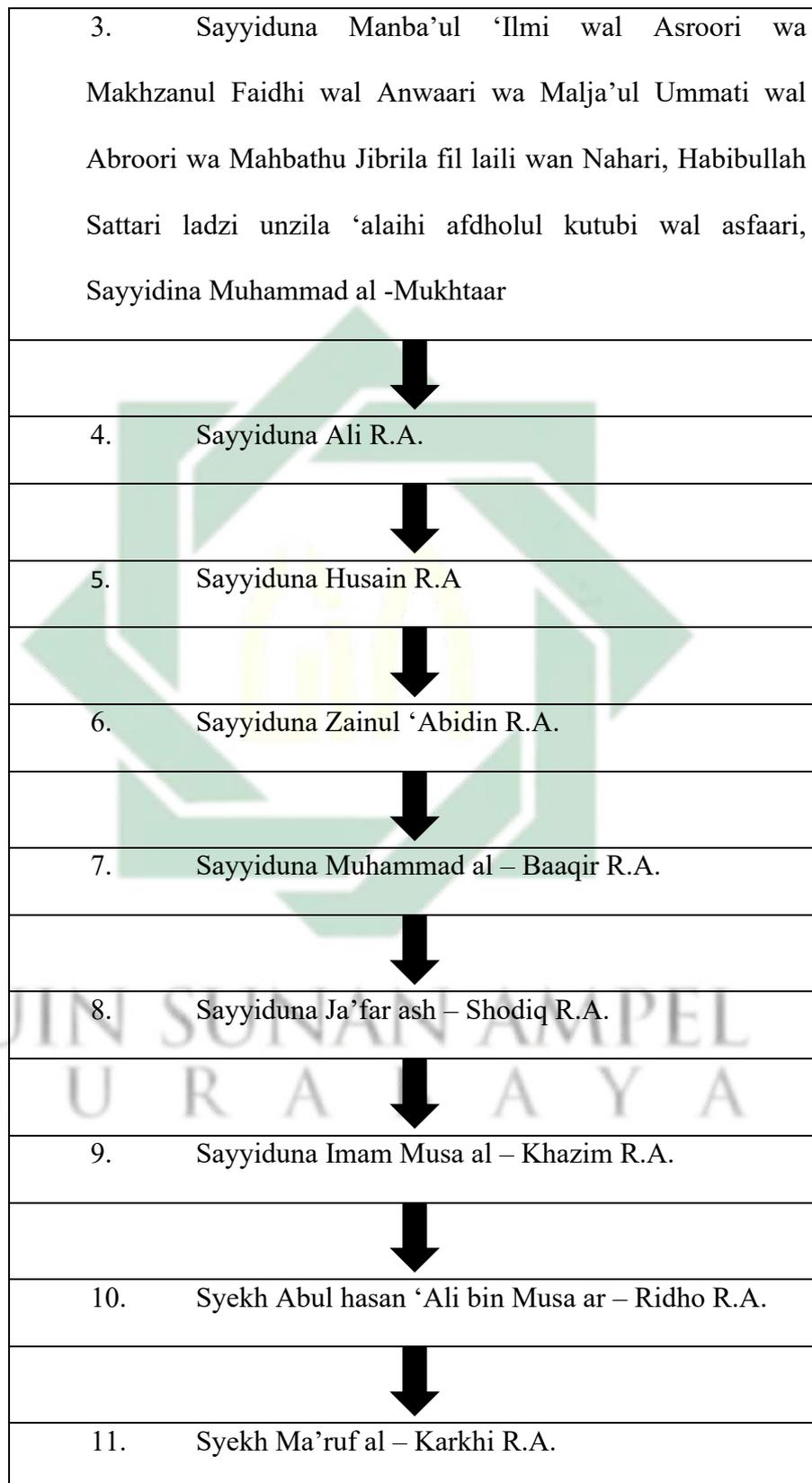
Dibawah ini tabel silsilah mursyid pondok pesantren Inabah Suryalaya:

Tabel 2. Silsilah mursyid pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya.

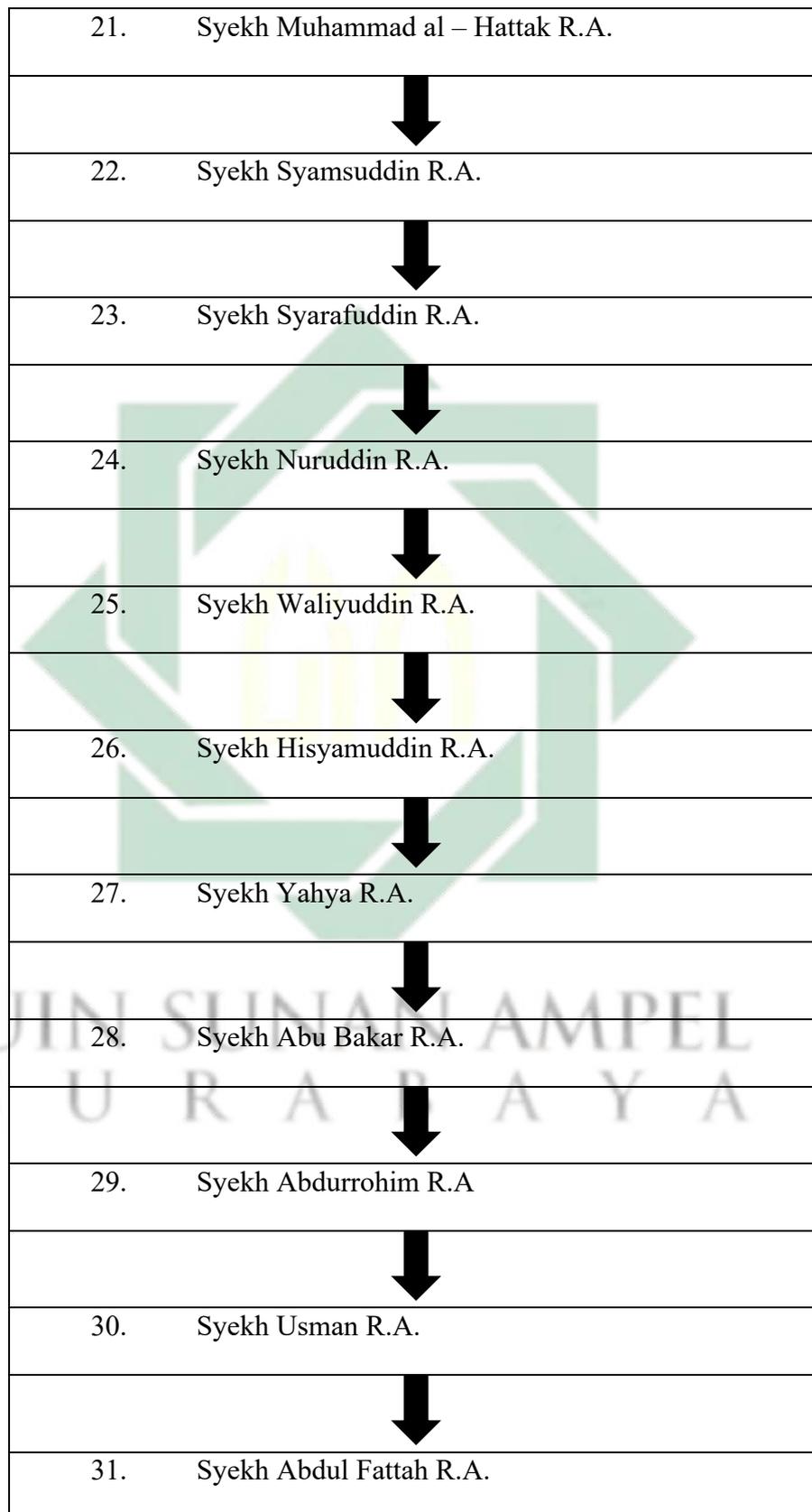
1.	Robbul Arbaabi, dan Mu'tiqur riqoobi Allah S.W.T
	↓
2.	Sayyiduna Jibril A.S
	↓

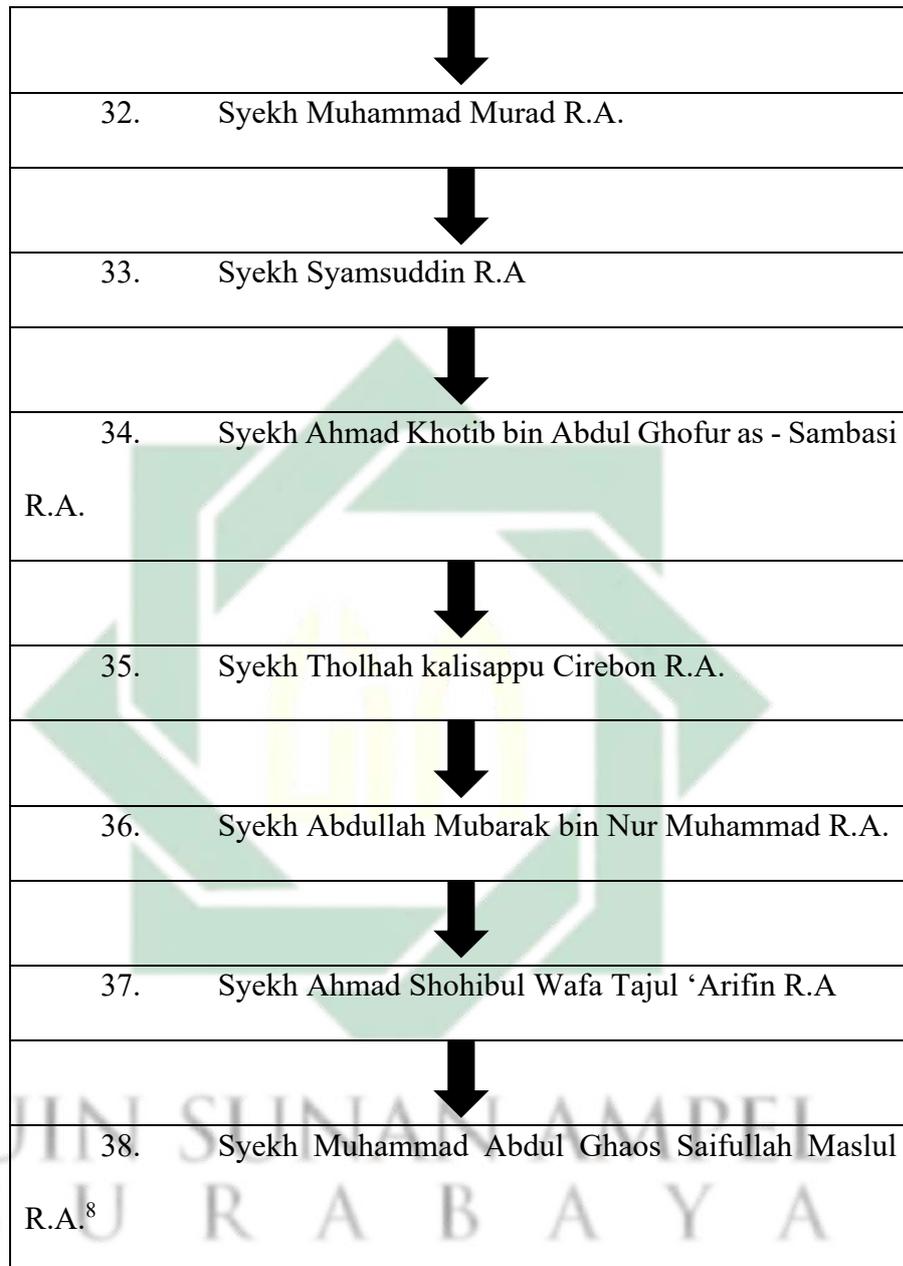
<sup>6</sup> Nur Aini, "Sejarah Perkembangan Pondok Pesantren Suryalaya Inabah Xix Surabaya Tahun 1986-2016,", 42.

<sup>7</sup> Ibid.,



	↓
12.	Syekh Sirri as – Saqthi R.A.
	↓
13.	Syekh Abul Qosim al – Junaid al – Baghdadi R.A.
	↓
14.	Syekh Abu Bakar Dilf as – Syibili R.A.
	↓
15.	Syekh Abul Fadhli / Abdul Wahid at – Tamimi R.A
	↓
16.	Syekh Abul Faroj at – Thurthusi R.A.
	↓
17.	Syekh Abul Hasan ‘Ali bin Yusuf al – Qirsi al – Hakkari R.A.
	↓
18.	Syekh Abu Sa’id al – Mubarak bin ‘Ali al – Mahzumi R.A.
	↓
19.	Syekh Abdul Qadir al – Jailani
	↓
20.	Syekh Abdul Aziz R.A.
	↓





### C. Kegiatan Santri

Setiap hari para santri disini melaksanakan berbagai kegiatan keagamaan mulai pukul 02.00 WIB.

<sup>8</sup> Shohibul Wafa Tadjul 'Arifin, *Uquudul Jumaan*, (Yayasan Serba Bakti: Suryalaya 1975), 18-20.

“Disini para santri memulai kegiatannya pada jam 2 pagi”<sup>9</sup>, tutur ketua harian di pondok pesantren tersebut. “Para santri hanya kurang lebih tidur 2 jam, dan selebihnya hanya digunakan untuk ibadah”, sambungnya lagi.

Setiap waktu diisi dengan meditasi spiritual tanpa putus, kata salah salah satu santri mantan pecandu narkoba.

“selain sholat wajib, sholat sunnah disini sudah terasa wajib dan berdzikir juga”.<sup>10</sup>

Sholat sunnah tersebut mencakup sebagai berikut :

Tabel 3. Sholat sunnah di pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya

No	Jenis sholat sunnah	Jumlah rakaat
1	Syukrul Wudlu	2 rakaat
2	Tahiyyatul Masjid	2 rakaat
3	Taubat	4 rakaat
4	Tahajud	12 rakaat
5	Tasbih	4 rakaat
6	Witir	11 rakaat
7	Fajar	2 rakaat
8	Lidaf' il bala'	2 rakaat
9	Isroq	2 rakaat
10	Isti'adzah	2 rakaat
11	Istiharoh	2 rakaat
12	Dhuhah	8 rakaat

<sup>9</sup> Rafiquddin (ketua harian pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya), *Wawancara*, Surabaya 21 Juli 2022.

<sup>10</sup> R (nama inisial salah sanri pecandu narkoba), *Wawancara*, Surabaya 8 Oktober 2021.

13	Kifarotil Bauli	2 rakaat
14	Qobliyah Dhuhur	2 rakaat
15	Ba'diyah Dhuhur	2 rakaat
16	Qobliyah Ashar	2 rakaat
17	Qobliyah Maghrib	2 rakaat
18	Ba'diyah Magrib	2 rakaat
19	Awwabin	2 rakaat
20	Birrul Walidain	2 rakaat
21	Lahifidzil Iman	2 rakaat
22	Lisyukuri Nikmat	2 rakaat
23	Qobliyah Isya'	2 rakaat
24	Ba'diyah Isya	4 rakaat
25	Mutlaq	2 rakaat
26	Istikharah	2 rakaat
27	Hajjat	2 rakaat

Selain kegiatan diatas, para santri juga melakukan zikir bersama di pondok benteng setiap hari minggu malam senin dan juga kamis malam jum'at untuk kegiatan manaqiban satu bulan sekali. Salah satu santri juga mengatakan :

“Sebelum malukakan kegiatan pada jam 2 pagi, para santri juga diwajibkan untuk mandi taubat”.<sup>11</sup> “saya disini juga puasa sunnah untuk

<sup>11</sup> R (nama inisial santri pecandu narkoba), *Wawancara*, Surabaya 8 Oktober 2021.

membalas atas dosa saya yang perbuat sebelumnya, apalagi saya memiliki keluarga (istri dan anak) jadi, saya merasa puasa sunnah harus wajib bagi saya".<sup>12</sup> Ungkapan dari santri yang lain.

Selain sholat, zikir merupakan makanan pokok bagi santri agar selalu mengingat Allah, hal ini tidak terlepas dari ajaran yang sudah diajarkan oleh pondok pesantren.

#### **D. Ajaran Amaliah**

Pondok pesantren Inabah Suryalaya yang berbasis pondok yang didasari oleh ajaran Tarekat *Qādiriyah wa Naqshabandiyah*. Begitu banyak model zikir untuk dapat mengetuk hati yang sudah tertup oleh banyaknya dosa yang mereka perbuat. Beberapa santri disana merasakan hal signifikan dalam hidupnya setelah berhenti dari narkoba dan melakukan ajaran – ajaran di pondok tersebut.

Ajaran di pondok pesantren Inabah Suryalaya selain sholat – sholat sunnah yang diwajibkan, berzikir juga diwajibkan bagi para santri untuk diucapkan setiap waktu dan dimanapun itu.

Ada beberapa ajaran lain selain sholat sunnah, seperti :

1. Zikir Nafi dan Isbat

Kalimat zikir ini mengakui bahwa tidak mengakui Tuhan – Tuhan dan menetapkan kepada Tuhan Allah yang tunggal. Zikir ini memiliki manfaat yang paling besar dan sangat membekas bagi manusia.<sup>13</sup> Kalimat tersebut adalah

<sup>12</sup> A (nama inisial santri pecandu narkoba), *Wawancara*, Surabaya 8 Oktober 2021.

<sup>13</sup> Shohibul Wafa Tadjul'arifin, *Miftahus Shudur (Kunci Pembuka Dada)*, (Yayasan Serba Bakti: Suryalaya 1975), 9.

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

Artinya : “tiada Tuhan selain Allah”

Hal itu juga mengacu pada hadist nabi Muhammad S.A.W. :

أَفْضَلُ مَا قُلْتُ أَنَا وَالنَّبِيُّونَ مِنْ قَبْلِي لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

Artinya : “yang paling utama apa yang aku ucapkan dan apa yang diucapkan oleh nabi – nabi sebelumku, yakni : Lā Ilāha Illā Allah.”

## 2. Zikir Jahar

Zikir jahar merupakan zikir yang secara pengucapannya dilantunkan dengan suara keras. Zikir ini tetap sama kalimat yang diucapkan, tapi ada cara unik saat melakukannya yakni orang yang berzikir itu memulai dengan ucapan “Lā” dari bawah pusar dan diangkatnya sampai keotak dalam kepala, kemudian diucapkan “Illā Allah” dari bahu kanan dengan menurunkan kepala kepada pangkal dada sebelah kiri dan berkesudahan pada hati sanubari di bawah tulang rusuk lambung dengan menghembuskan lafad nama Allah sekuat mungkin sehingga terasa gerakannya pada seluruh badan, seakan – akan di seluruh bagian badan amal yang rusak itu terbakar dan memancarkan Nur Tuhan. Getaran yang timbul tersebut yang meliputi seluruh bidang Latifah sehingga dengan demikian tercapai makna *tahlil* yang artinya: “tidak ada yang dimaksudkan selain Allah”. Kalimat nafi melenyapkan seluruh wujud sesuatu yang baru dari pandangan dan isbat, kemudian menjadi pandangan fana dari kalimat isbat, ditegakkanlah dengan tegak dalam hati dat kepada zat yang Maha Besar, lalu memandang wujud zat Allah dengan pandangan yang *baqa*.

### 3. Talqin dan Bai'at

Talqin adalah peringatan guru (mursid) yang diberikan kepada murid. Sedangkan bai'at adalah kesanggupan dan kesetiaan murid dihadapan gurunya untuk mengamalkan dan mengerjakan segala kebijakan yang diperintahkannya.

Zikir jahar dan khofi merupakan pokok dari seluruh tarekat, sebab zikir ialah menjadi sebab *wusulnya* (sampai) manusia kepada Allah. Oleh karena itu juga manusia dapat mahabbah kepada-Nya. Seperti dalam cerita sayyidina Ali R.A. saat bertanya kepada nabi Muhammad S.A.W., bahwa jalan yang sesingkat – singkatnya dan semudah – semudahnya untuk berdekat kepada Allah ialah dengan berzikir. Nabi Muhammad memperingatkan kepada sayyidina Ali R.A. :”wahai Ali pejamkan matamu, katupkan bibirmu dan lipatkan lidahmu, lalu sebutkan : Allah, Allah”.<sup>14</sup>

Manusia tatkala tidak dapat menghindari kesalahan yang mereka perbuat, sehingga menjadi kekerasan hati serta menimbulkan sebuah amarah, dan semestinya manusia mengharapkan rahmat Allah dengan zikir. Kemudian dijelaskan tahap talqin, bahwa :

- a. Zikir tetap dengan latifah “Qolbi” (kehalusan jantung), yang tepatnya berada dibawah susu kiri, kira-kira dua jari dari susu kiri. Maka ketika merakan zikir didalamnya, keluarlah cahaya yang menyinari kebawah bahunya menuju ke atas atau didalamnya itu terasa getaran yang kuat,

---

<sup>14</sup> Ibid.,22-23.

- b. Ditalaqqinkan oleh mursyid dengan latifah “Ruhi” yang tempatnya dibawah susu kanan. Dan setelah melakukan zikir bersama-sama, zikir didalamnya akan menyatukan pandangan batiniyah dalam saty tujuan. Setelah didalamnya terasa gerak dan teguhnya zikir.
- c. Ditalqinkan lagi oleh mursyid dengan latifah “Sirri” yang tempatnya diatas susu kiri, kira – kira dua jari. Dan zikirnya harus merasa tetap.
- d. Ditalqinkan lagi oleh mursyid dengan latifah “Khofi” yang tempatnya di atas susu kanan, kira-kira dua jari.
- e. Ditalqin lagi dengan latifah “Akhfa” yang tempatnya di tengah – tengah dada dan terus diteguhkan zikir.
- f. Ditalqinkan lagi dengan latifah “Nafsi” yang tempatnya diantara mata dan keningnya. Disini diisi dengan teguhnya hati penuh zikir diseluruh latifahnya.
- g. Tahap terakhir latifah “Jasad” yang berarti kehalusan seluruh badan yang penung dengan zikir. Ketika zikirnya sudah mencapai tiap – tiap bagian anggota tubuhnya, sehingga dapat menembus akar – akar bulunya iman dengan getaran yang membuat lemas atau dapat merasa menyelusupkan zikir nampak diseluruh badan.<sup>15</sup>

Zikir merupakan amalan utama para sufi sebagai pengingat Tuhan. Ada beberapa makna dasar dalam zikir yakni : *Pertama*, memperjuangkan untuk selalu mengingat Allah, dengan kata lain melawan kekosongan pikiran. Sholat merupakan zikir, karena Allah akan mengundang seseorang yang melakukan Sholat dalam diri -Nya. Kita akan selalu berkonsentrasi untuk memusatkan

---

<sup>15</sup> Ibid.,24-25.

pikiran dan hati kita saat sholat dan merasakan kehadiran -Nya. *Kedua*, zikir lisan adalah pengulangan do'a – do'a ataupun nama Tuhan. Praktik zikir ini juga membutuhkan pengajaran, pengawasan dan pelantihan di dalam ajarannya, yang sebagai mana didalamnya terdapat ketulusun, niat, kepekaan, dan konsentrasi. *Ketiga*, zikir hati adalah kondisi batiniah sementara (hāl), yang didalamnya terdapat kepekaan terhadap Allah serta rasa takut didalam diri kita terhadap -Nya. *Keempat*, zikir jiwa adalah kondisi batiniah yang stabil (maqam) didalamnya terdapat do'a dan kehati – hatian menjadi hal yang menetap, sehingga mencapai kondisi zikir yang terus – menerus (kebiasaan).<sup>16</sup>

Zikir adalah proses pendalaman, yang turung dari lidah menuju hati, dan dari hati menuju jiwa (ruh). Secara bahasa Arab, istilah zikir berarti “pengulangan dan “ingatan”. Zikir secara lisan hanya pengulangan yang bersifat mekanis, namun saat makna dan kata – kata tersebut diserap kedalam jiwa, hati kita akan dipenuhi kenikmatan, kerinduan terhadap Allah dan perasaan spiritual lainnya. Sejatinya zikir tidak akan pernah terlupakan sedetikpun.<sup>17</sup>

#### **E. Latar Belakang Santri dan Peran Pengurus**

Berikut ini beberapa latar belakang santri ketika menggunakan narkoba:

1. Nama : A
- Umur : 31 Tahun

<sup>16</sup> Robert Frager, *Pskologi Sufi untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, terj. Hasmiyah Rauf (Jakarta, Zaman 2014), 255.

<sup>17</sup> Ibid.,256.

Dia sudah dua kali terjaring dalam kasus narkoba. Dia bercerita bahwa sebelum menikah, dia terpengaruh narkoba karena lingkungan yang tidak baik. Bermula dari ajakan teman yang hanya dengan merasa gengsi. Kemudian setelah terjaring kasus pertama dan direhabilitasi di BNN Surabaya, sempat mulai berhenti dari narkoba. Setelah menikah, dia mulai mencoba lagi apa yang dia rasakan dulu dengan menggunakan narkoba. Dia yang mempunyai status sosial ekonomi menengah kebawah dan sudah berkeluarga, dia mulai merasakan depresi karena banyak tanggung jawab yang ia pikul, sehingga dia tidak hanya mengkonsumsi namun juga melakukan transaksi narkoba. Namun pada saat kasus kedua, dia ingin benar – benar bertaubat dan ini masuk pesantren rehabilitasi di Surabaya. Dengan dia melakukan zikir dan bahkan sholat yang lain dia merasakan ketenangan dalam dirinya. Dia sempat melakukan adaptasi selama tiga bulan terhadap kegiatan yang ada dipondok, karena dia menganggap hal ini tidak mudah yang notabennya banyak terpengaruh pergaulan bebas. Kemudian dia dipercaya menjadi perwakilan para santri untuk memimpin seluruh kegiatan yang ada di pesantren.

2. Nama : R

Umur : 30 tahun

Dia menjadi pencandu narkoba karena faktor lingkungannya yang tidak baik, dia mengaku bahwa teman sejawatnya dan juga pamannya menjadi aktor utama dalam mempengaruhinya. Dia yang mempunyai faktor ekonomi yang baik, dia mudah sekali untuk mendapat barang – barang haram tersebut. Namun ketika pertama kali dia terjaring kasus narkoba, dia sadar kalo dia sudah

berkeluarga. Maka dari itu dia berinisiatif untuk masuk ke pesantren. Meskipun dia perlu adaptasi yang lebih, karena dia sebelumnya merasa belum bisa membaca huruf – huruf arab. Dari sinilah dirinya merasakan hidayah yang luar biasa, karena selain merasa jauh dari narkoba, dia juga bisa belajar mengaji hingga lancar.

3. Nama : AG

Umur : 24 Tahun

Dia salah satu santri dari luar pulau Jawa (Sumatra), dia juga terpengaruhi oleh lingkungan yang buruk. Dia pertama kali menggunakan narkoba karena *diimingi – imingi* karena gratis. Dia mengaku mulai menggunakan narkoba jenis sabu sejak duduk dikelas 2 SMA. Dia mengalami hari yang berat saat menjadi pecandu narkoba, karena pada saat dia tidak bisa menggunakan sabu, dia merasakan kecemasan yang sangat tinggi. Dia rela melakukan hal apapun untuk mendapatkan narkoba. Dia juga mengaku bahwasanya dia mengkonsumsi sabu 2-3 kali seminggu. Kemudian saat dia sadar akan masa depannya, dia ingin untuk taubat dan masuk ke pesantren Inabah Suryalaya Surabaya.

Dari ketiga pengakuan santri diatas, mereka melakukan kegiatan tiga bulan pertama yang sangat berat. Karena membutuhkan adaptasi yang tidak mudah untuk melakukan kegiatan ajaran pondok yang tidak pernah mereka lakukan sebelumnya.

Pembimbing dan juga konselor pondok pesantren Inabah juga ikut serta memantau dan meninjau para santri. Di bawah ini penjelasan peran para pembimbing dan juga konselor pondok pesantren Inabah Suryalaya :

1. Nama : Rafiquddin

Peran : Ketua Harian / Pembimbing

Dia menjadi ketua harian di pondok pesantren Inabah (Jl. Semampir). Setiap hari dia bertanggung jawab memantau semua kegiatan para santri. Dia membimbing para santri untuk mengamalkan ajaran tarekat *Qādiriyah wa Naqsabandiyah*. Semua perkembangan para santri akan dia tinjau untuk memilih dan memilah para santri yang dianggap sudah pantas untuk keluar dari pondok.

2. Nama : Dinda

Peran : Konselor

Selain pembimbing yang memantau perkembangan para santri, peran konselor disini memantau dari faktor psikologis selama mereka melakukan kegiatan para santri. konselor akan melakukan pertemuan (observasi) pada santri selama 3-4 kali dalam seminggu.

## BAB IV

### ANALISIS MEDITASI SPIRITUAL PECANDU NARKOBA PERSPEKTIF PSIKOLOGI SUFI ROBERT FRAGER DI PONDOK PESANTREN INABAH SURYALAYA SURABAYA

#### A. Analisis Meditasi Spiritual

Meditasi spiritualitas dari hasil temuan penelitian di lapangan dengan melakukan wawancara, observasi dan juga dokumentasi. Kegiatan meditasi spiritual ini didasari dengan ajaran tarekat *Qādiriyah wa Naqsabandiyah*. Mengacu dari semua ajaran tarekat *Qādiriyah wa Naqsabandiyah* para santri dapat melakukan kegiatan meditasi spiritual yang belum pernah mereka lakukan sebelumnya. Kurangnya pengetahuan tentang agama menjadi dasar mereka melakukan hal – hal yang diharamkan oleh agama.

Dari beberapa kasus bahkan ada yang sama sekali tidak mengetahui tentang tulisan arab, yang sebenarnya itu merupakan dasar sebagai orang muslim untuk mengenal agama Islam. Faktor tersebut merupakan wujud dari terdregadasinya spiritual pada seseorang yang selama ini dianggap sepele. Kebanyakan para santri di pondok pesantren Inabah Suryalaya mengesampingkan agamanya hanya untuk narkoba, bahkan mereka sudah tahu akibat dari mengkonsumsi narkoba tersebut, baik dari segi hukum agama dan juga bahayanya terhadap tubuhnya.

Dapat ditinjau dari kasus – kasus tersebut, bahwa yang menyebabkan mereka menggunakan narkoba ialah karena lupa akan kehadiran Allah didalam dirinya. Perilaku yang buruk juga disebabkan oleh faktor penyakit hati. Penyakit hati ini

timbul dari karena aspek iman seseorang yang sangat lemah. Hakikat manusia didasarkan oleh dua faktor, yakni : Syari'at dan Tasawuf.<sup>1</sup> Begitu pentingnya kedua faktor tersebut untuk menjadi seseorang yang berperilaku baik. Apabila amal tersebut dilakukan maka hati akan bersih dan sunyi atas keburukan.

Sistem pondok pesantren Inabah Suryalaya dalam mendidik para santri rehabilitasi paling singkat selama tiga bulan, hal ini tergantung perkembangan para santri saat melakukan semua kegiatan pondok pesantren. Perkembangan para santri juga dipantau oleh para konselor psikolog, konselor ini juga berperan penting untuk membantu perkembangan psikis para santri.

Berbagai kegiatan meditasi spiritual selama 24 jam yang merupakan bentuk merubah perilaku santri rehabilitasi untuk jadi lebih baik. Para santri dituntun untuk selalu mengiat nama Allah dengan cara berdzikir. Mandi taubat yang juga merupakan kegiatan spiritual untuk membangkitkan gairah semangat para santri sebelum melakukan kegiatan spiritual yang lain, karena mandi taubat ini dilakukan saat pagi hari (pukul 02.00 WIB).<sup>2</sup>

Semua kegiatan meditasi spiritual yang dilakukan setiap hari selama 3 – 6 bulan (tergantung perkembangan para santri). Setelah mereka dianggap cukup selama progres, kemudian akan dibawa ke pondok pesantren Inabah Suryalaya yang ada di Jl. Benteng, kota Surabaya. Pembina mengatakan bahwasannya para santri tidaklah cukup untuk melaksanakan ajaran – ajaran di pondok pesantren Inabah yang ada di Jl. Semampir, Surabaya. Oleh karena itu mereka tidak hanya

---

<sup>1</sup> Shohibul Wafa Tadjul 'Arifin, *Miftahus Shudur* (Kunci Pembuka Dada), (Yayasan Serba Bakti: Suryalaya 1975), 33.

<sup>2</sup> Asyraf Hidayatullah, "Peranan Agama dalam Rehabilitasi Pelaku Narkoba (Studi Kasus di Pondok Pesantren Suryalaya Inabah XIX Surabaya), ( Skripsi—UINSA Surabaya, 2018),111.

membangun iman namun juga harus membuat pondasi yang lebih kuat lagi untuk membangun sebuah bangunan (jiwa) yang tinggi.<sup>3</sup> Pembinaan lanjutan ini memperkuat pondasi yang masih rentan akan pengaruh buruk dari luar pesantren, oleh karena itu akan diberikan kegiatan lebih di pesantren, seperti melakukan majlis zikir dan juga *manaqiban* yang dilakukan selama satu bulan sekali pada malam kamis dan juga hari minggu yang di pimpin langsung oleh K.H. Muhammad Ali Hanafiah Akbar. Majlis zikir dan juga *manaqiban* tidak hanya dilakukan oleh para santri saja, namun juga diikuti oleh para warga sekitar, serta dari berbagai daerah lainnya bahkan juga dari luar pulau. Karena K.H Muhammad Ali Hanafiah Akbar ini merupaka kordinator wilayah Indonesia bagian Timur, maka tidak heran apabila pondok pesantren Inabah yang ada di Jl. Benteng tersebut akan sangat ramai sekali.

Dari beberapa kasus yang ada di pondok pesantren Inabah Suryalaya tersebut, mereka terpengaruhi narkoba dari lingkungan yang sangat buruk. Bahkan sangat mudah sekali untuk melupakan syari'at Allah. Syari'at juga dianggap sangat penting untuk membangun sebuah iman. Hakikat manusia berdiri atas amaliyah melakukan syari'at dan juga mengamalkan tasawuf. Karena untuk kembali kejalan Allah ialah dengan tiga jalan, yakni : Islam, Iman dan Ikhsan.

Seorang manusia yang setiap hari disibukkan oleh ibadah maka orang tersebut akan berada di maqam Islam (syari'at), kemudian iman akan berperan melawan hal buruk dengan hati, sehingga dengan rahman Allah akan mendapatkan sebuah kenikmatan dalam diri yakni Ikhsan.

---

<sup>3</sup> Rafiquddin (ketua harian pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya), *Wawancara*, Surabaya 21 Juli 2022.

## **B. Ajaran Pondok dengan Perspektif Robert Frager**

Sudah kita ketahui diatas (bab II) bahwa Robert Frager merupakan mursyid salah satu di Tarekat *Halveti-Jerrahi*. Dalam ajarannya juga membangun sebuah perilaku manusia yang baik. Dengan teori yang sedikit berbeda proses dalam ajarannyapun sedikit berbeda.

Robert Frager yang merupakan tokoh sufi dari Amerika dan mempunyai latar belakang bukan seorang muslim sebelumnya. Hal ini dia karena merasakannya jatuh cinta kepada gurunya. Hati yang sebelumnya membengkak karena rusaknya batiniah, bisa diperbaiki dengan berbagai kegiatan spiritual yang dia jalani terus – menerus dengan gurunya.

Robert Frager juga mengeluhkan hal yang sama seperti para santri sebelum masuk pondok Inabah Suryala. Dia merasakan beratnya untuk melakukan praktik meditasi spiritual, namun dia memiliki kerinduan pada praktik meditasi spiritual yang diajarkan oleh gurunya (Syekh Muzaffer Efendi) sehingga dia merasakan candu terhadap kegiatan spiritualnya.

Robert Frager sebenarnya memiliki konteks permasalahan yang sama dalam hidupnya dengan para santri yang sebelumnya, belum mengenal lebih dalam tentang ajaran tasawuf. Robert Frager yang sering mengeluhkan banyaknya meditasi spiritual kemudian luluh saat dia dibai'at oleh mursyidnya.

Dalam mendekati dirinya kepada Tuhan, dia melakukan proses yang sama yakni dengan cara mengasingkan diri, sholat dan juga zikir. Hal ini yang terus menerus dia lakukan agar selalu mengingat kepada Allah.

Proses dengan membersihkan hati melalui zikir secara lisan ” Lā Ilāha Illā Allah”. Dalam “La” penolakan atau meyakinkan “Tiada satupun” kita melepaskan segalanya, penolakan terhadap seluruh eksistensi, yang disimbolkan “Lā Ilāha” adalah pembersihan hati. Ketika mengucapkan kalimat zikir tersebut dilakukan dengan bersilah, memejamkan mata dan menunduk kebawah dengan mengikuti aliran tubuh dari pusar hingga ke atas (otak). Kemudian dilanjutkan dengan mengucapkan ”Illā Allah” kita menghadirkan Tuhan dirumah -Nya. Karena Tuhan tidak mampu di tampung di seluruh alam semesta, di langit bahkan bumi, namun dapat tertampung dalam hati.

Pembersihan hati juga tidak luput dengan bimbingan para mursyid. Betapa pentingnya hubungan mursyid dan murid harus sejalan untuk mengamalkan sebuah ajaran tarekatnya. Seorang mursyid juga tidak sembarangan dalam membimbing para santri atau muridnya. Seorang mursyid harus menjadi pemandu yang efektif, mengetahui wilayah perkembangan para santri. Seorang mursyid yang sudah memiliki pengalaman spiritual sendiri dan diamalkan lagi melalui santri sehingga dapat mengantar pengalaman spiritual santri menemui jalannya sendiri. Semua efektifitas tersebut juga membutuhkan peran dari santri atau murid, aset utama bagi santri adalah cinta, cinta terhadap guru atau mursyid dan juga cinta kepada Allah. Ajaran tasawuf adalah jalan untuk membuka hati dan memperdalam kemampuan kita untuk mencintai, karena merupakan jalan tercepat untuk mencapai spiritual yang tinggi. Serta sangat penting untuk menumbuhkan ketulusan, mengurangi hasrat dan keegoisan yang dapat mempengaruhi perilaku.

Hati yang sudah bersih dari semua *nafs* yang buruk ini akan menjadi diri kita akan menjadi lebih baik. Keegoisan dan juga hasrat akan memakai narkoba menjauh dari dalam dirinya, dihatinya hanya dipenuhi nama Allah. Ketika nama Allah yang terus bersemayam di hatinya, ini akan merubah perilaku yang berakhlakul karimah.<sup>4</sup>

Perilaku dan juga kebiasaan baru ini dibentuk oleh pengaruh meditasi spiritual yang setiap hari mereka lakukan di pondok pesantren. Membangun iman yang kuat guna membangun perilaku yang baik, ketika melakukan meditasi spiritual tidak akan tergoyahkan oleh godaan nafsu atau godaan setan. Seperti dalam firman Allah, bahwa dengan mengingat -Nya akan dapat menentramkan hati, yang dijelaskan dalam Al – Qur’ān surat Ar – Ra’ d<sup>5</sup> :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya:” (Yaitu) Orang – orang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.

Jadi, iman yang kuat tetap harus dijaga untuk modal utama menggerakkan hati kedalam kegiatan meditasi spiritual dan juga duniawi. Inti amal ini hanya untuk

<sup>4</sup> Shohibul Wafa Tajul Arifin, *Akhlaqul Karimah / Akhlaqul Mahmudah*, (Yayasan Serba Bakti, Surabaya, Desember 1983), 14.

<sup>5</sup> Al – Qur’a>n, 13:28.

beribadah kepada Allah dan amal kita untuk berbuat baik serta kasih sayang kepada sesama makhluk dan kepada alam pada umumnya.

Robert Frager juga demikian tentang pengendalian diri, yang menganggap *nafs tirani* adalah musuh utama. Kita harus mengontrol setiap mengerjakan meditasi spiritual dan juga pekerjaan duniawi, keduanya sebaiknya tetap diiringi dengan zikir (mengingat Allah).

Terkadang ego negatif yang membuat kita bingung, tertekan dan kecewa dan selalu bertolak belakang dengan jalan spiritual kita. Robert Frager menyebutnya dengan istilah *gremlin* batiniah yang sebagai narrator perusak yang ada di kepala kita.<sup>6</sup>

*Gremlin* merupakan teman yang selalu ada dalam diri kita, yang juga terkadang melindungi kita. *Gremlin* ini dapat menaruh perhatian penuh pada hati. Ia mengatakan pada diri kita perihal menafsirkan pengalaman bagi kita. Namun sejatinya itu hanya merusak kebahagiaan yang kita bangun dan hubungan yang telah ikat dengan erat. *Gremlin* menghadirkan masa lalu, mencemaskan masa depan dan menafsirkan pengalaman dalam hal yang buruk sebagai senjata untuk merusak diri kita. Imajinasi palsu itulah yang menjadi momok bagi kita untuk kita selalu perangi bersama. Karena *gremlin* cukup bahaya untuk menjebak diri kita terhadap perasaan yang tidak realistis sehingga menghasilkan sebuah kegagalan. Dan menganggap bahwa kita adalah seorang pecundang.

---

<sup>6</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati Dan Ruh*, terj. Hasmiyah Rauf (Jakarta : Zaman, 2014), 151.

Jiwa yang sudah dibangun dari proses pengalaman spiritual tidak luput dengan perkembangan spiritual yang diperoleh dari tubuh, akal dan jiwa. Setiap individu harus dapat mengimbangi dari tiga pokok tersebut. Apabila tidak diselaraskan maka akan timbul ego negatif, maka akan terjebak pada tingkatan jiwa pribadi dan dibutakan oleh kesombongannya. Ego negatif merupakan perang dalam batiniah, ketika kita melakukan meditasi spiritual. Nabi Muhammad berdakwah bahwa “Jihat yang paling besar adalah jihad melawan apa yang ada di dalam dadamu”.

Dengan melakukan meditasi spiriual secara konsisten ego negatif akan terkontrol oleh diri kita. Jiwa yang kompleks dan kepribadian yang kompleks adalah aset berharga bagi kita, meskipun mendapatkan banyak permasalahan, namun keduanya kita butuhkan untuk memahami kepribadian orang lain.

Semua dari teori Robert Frager tersebut, juga di praktikan oleh para santri pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya. Dalam memerangi ego negatif yang berdampak buruk pada dirinya, tidak membutuhkan waktu yang lama untuk menyembuhkannya. Mereka hanya membutuhkan waktu kurang lebih 3-6 bulan. Dalam proses perkembangan spirtualnya juga didampangi oleh para mursyid, pembina dan juga konselor yang memantau selalu perkembannya. Dan itu sudah di buktikkan oleh mereka, dengan menggunakan metode tersebut dapat merubah kerpibadian mereka menjadi lebih baik.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

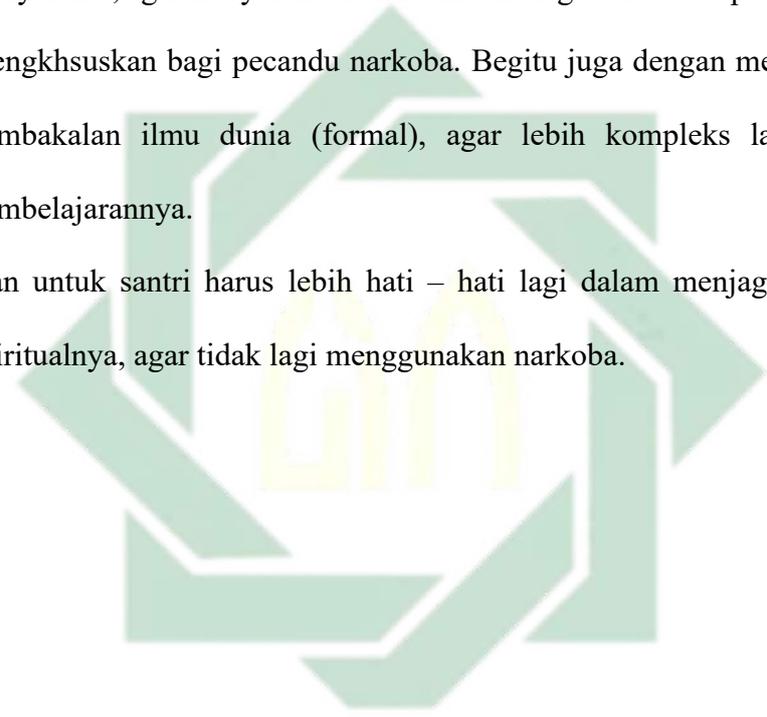
Dalam analisis yang saya dapatkan. *Pertama*, Pondok pesantren Inabah Suryala Surabaya yang berbasis pondok rehabilitasi ini merupakan pondok yang dianggap sukses dalam menumbuhkan kebaikan. Terlebih bagi masyarakat pecandu narkoba, dia merasakan hal signifikan dalam hidupnya. Hampir semuanya mengaku ketika dia sudah mempelajari ajaran pondok tersebut, kehidupannya berubah 180 derajat dari sebelumnya. Ajarannya yang berdasakan tarekat *Qādiriyah wa Naqshabandiyah* juga hampir menggunakan metode yang sama dengan Robert Frager, namun memiliki istilah yang berbeda dari tahap perkembangannya. Melalui pembersihan hati, kemudian pengisian diri dengan hal yang baik, sehingga mendapatkan jiwa yang baik. Pondok pesantren Inabah menerapkan ajaran tasawuf, dengan melewati maqam – maqam hati, seperti dada (*shadr*), hati (*qolb*), hati yang dalam (*Fuad*), hati yang paling dalam (*lubb*)

*Kedua*, Robert Frager merupakan tokoh sufi asal Amerika. Sebelum memeluk agama Islam, dia seseorang yang memeluk Yahudi. Dia merasakan nikmatnya dalam melakukan meditasi spiritual saat dia mempraktikkannya dengan mursyidnya ( Muzaffer Efendi). Meskipun dia sempat merasakan beratnya dalam memperangi hati batiahnya, namun dia tetap merindukannya dan kemudian diangkat menjadi seorang mursyid di tarekat Halveti-Jerahi. Dalam pengalaman spiritualnya dia memiliki metode, yakni transformasi hati, diri dan jiwa.

## **B. Saran**

Penulis sedikit memberikan saran kepada pondok pesantren Inabah Suryalaya Surabaya khususnya bagi pondok rehabilitasi.

1. Sebaiknya bagi pengurus untuk lebih mensosialisasikan lagi kepada masyarakat, agar masyarakat luas lebih tahu lagi bahwa ada pondok yang mengkhususkan bagi pecandu narkoba. Begitu juga dengan memberikan pembekalan ilmu dunia (formal), agar lebih kompleks lagi dalam pembelajarannya.
2. Dan untuk santri harus lebih hati – hati lagi dalam menjaga ukuwah spiritualnya, agar tidak lagi menggunakan narkoba.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Subandi. *Latihan Meditasi untuk Psikoterapi*, Yogyakarta: unit publikasi fakultas psikologi, 2001.
- Abubakar, Rifa'i. *Pengantar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta : SUKA-Press,2021.
- Agustini, Herlin. "Konsep Abu Hamid al-Ghazali dan Robert Frager tentang Hati", (Skripsi—UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021).
- Aini, Nur. "Sejarah Perkembangan Pondok Pesantren Suryalaya Inabah Xix Surabaya Tahun 1986-2016", (Skripsi—UINSA Surabaya, 2018).
- Akmansyah, "Mempertahankan prinsip-prinsip Pengembangan Potensi spiritual yang transdental", *Jurnal Ijmaiyya*, Vol. 8, No. 1 februari,2015.
- Alam, Muhammad Zuhruful. "Meditasi zikir untuk Meningkatkan Kesehatan Mental pada Mantan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Assresiyah desa Garuan kecamatan Juwana" ", (Skripsi— IAIN Kudus, 2019).
- Arta, I Komang Yuni. "Meditasi sebagai *Mind Body Medicine*", *Jurnal Filsafat*, Vol. 10, No. 2 (2019).
- Bachri, Bachtiar Sjaiful. "Meyakikan Validitas Data melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif", *jurnal teknologi pendidikan*, Vol. 10, No. 1. April, 2010.
- Burhanuddin,"Dzikir dan Ketenangan jiwa", *Jurnal: Media Intelektual dan Bimbingan Rohani*, Vol. 6, No.1, 2020.
- Creswell, Jhon W. *Penelitian Kualitatif dan Desain riser* , Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.

- Dulay, Haidar Putra dkk. “Takhalli, Tahalli dan Tajalli”, *Jurnal : Pendidikan dan Dakwah*, Vol. 3 No. 3, September, 2021.
- Effendi, Tjicptadinata. *Meditasi: Jalan Meningkatkan kehidupan anda*, Jakarta : PT. Elex Media Komputindo, 2002.
- Faizal, Mohd. Muhamad Hazwan Abd Razak, *Sejarah Tarekat Pertumbuhan dan Penyebaran di Dunia Islam*, (Kedah : Universiti Utara Malaysia, 2018).
- Fragar, Robert. *Obrolan Sufi untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*, terj. Hilmi Akmal, Jakarta : Zaman, 2015.
- Fragar, Robert. *Hati, Diri dan Jiwa, Psikologi Sufi untuk Transformasi*, terj. Hasmiyah Rauf, Jakarta : Serambi, 2005.
- Fragar, Robert. *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati Dan Ruh*, terj. Hasmiyah Rauf, Jakarta : Zaman, 2014.
- Gani A. “Pendidikan Tasawuf dalam Pembentukan Kecerdasan Spiritual dan Akhlakul Karimah” *Jurnal al- Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* , Vol. 10, No. 2 (2019).
- Ghufron, Nur dan Risnawati, Rini. *Teori – Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010.
- Hidayatullah, Asyraf. “Peranan Agama dalam Rehabilitasi Pelaku Narkoba (Studi Kasus di Pondok Pesantren Suryalaya Inabah XIX Surabaya), ( Skripsi— UINSA Surabaya, 2018)
- Husanaini, Rovi. “Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)”, *Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, Vol. 1 No.2, 2016.
- Jaenudin, Ujam. *Psikologi Transpersonal*, Bandung, CV PUSTAKA SETIA 2012.

- Khoir, Fatihul. “Pola Pendidikan dan Keagamaan dalam proses Rehabilitasi bagi Pecandu Narkoba : Studi multikasus d Pondok Pesantren Inabah XIX Surabaya dan Yayasan Darud Dawam Surabaya”, (Skripsi---UINSA Surabaya, 2017).
- Kurnia Sari, Evi. “*Kesah* Sebagai Teknik Meditasi dan Zikir dalam Persaudaraan Setia Hati Terate”, (Skripsi— UINSA Surabaya, 2021).
- Kusumastuti, Adhi. Khoiron, Ahmad mustamil. Metode Penelitian Kualitatif, Semarang: lembaga pendidikan sukarano pressindo, 2019.
- Maslahat, Meta Malihatul. “Manusia Holistik Dalam Perspektif Psikologi Dan Tasawuf” 5, no. 1, 2019.
- Muvid, Muhammad Basyrul. Haykal, Akhmad Fikiri. ”Tasawuf Humanistik dan Relevansinya terhadap Kehidupan Sosial Spiritual Masyarakat Post Mosdern Abad Global”. *Jurnal Kajian Agama dan Filsafat*, Vol. 19, No. 1. April, 2020.
- Prasantiwi, Medita Putri Giri. “Sufi healing melalui tasawuf reiki untuk meningkatkan kecerdasan spiritual santri di Pondok Pesantren Darul Afkar, Ceper, Klaten”,( Skripsi— IAIN Surakarta, 2020).
- Putra, Andi Eka. “Tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern”, *Al – AdYan*, Vol. VII. No. 1, Januari, 2013.
- Rahmadi, Pengantar metodologi penelitian, Banjarmain: Antasari Press, 2011.
- Rahma, Awiya. dkk., “Pengaruh Keteguhan Hati dalam Kehidupan Sosial, Budaya dan Agama: Tinjauan Psikologi Islam dan Psikologi Indegenous”, *Jurnal: Islam dan Peradaban Umat*, 2015.

- Ratna Sari, Rovi. “Tingkatan Jiwa Perspektif Psikologi Sufi Studi pemikiran Robert Frager”, (Skripsi— IAIN Bengkulu, 2018).
- Rianto, Puji. *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Komunikasi UII. Juni, 2020.
- Sopu, Salahuddin. “Mengenalkan Meditasi sufistik ke Dunia Pendidikan”, *Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan* , Vol. 20, No. 1 (Juni,2017).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Wilani, N.M.A. ,Fridari I.G.A. Dkk “Penerapan praktik Meditasi *Loving-Kidness* pada warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kerobokan”, *Jurnal Buletin Udayana Mengabdi*, Vol. 19, No. 2, (April, 2020).
- Tadjul ‘Arifin, Shohibul Wafa. *Uquudul Jumaan*, Yayasan Serba Bakti: Suryalaya 1975.
- Tadjul ‘Arifin, Shohibul Wafa. *Miftahus Shudur* (Kunci Pembuka Dada), Yayasan Serba Bakti: Suryalaya 1975.
- Tadjul Arifin, Shohibul Wafa. *Akhlaqul Karimah / Akhlaqul Mahmudah*, Yayasan Serba Bakti, Surabaya, Desember 1983.
- Yulianti, Erba Rozalia. “Pengalaman Religus dalam Meditasi Transdental”, *Jurnal Toleransi Media Ilmiah Komunikasi Umat Beragama*, Vol. 4, No. 1, Januari - Juni 2012.