

**RELEVANSI SHOLAWAT PADA REGULASI DIRI JAMAAH AL-
HIJRAH GUBENG**

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)
dalam Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Oleh:

Aziz Arif Rachman
NIM: E07215003

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

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aziz Arif Rachman

NIM : E07215003

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul : Relevansi Sholawat pada Regulasi diri Jamaah Al-Hijrah
Gubeng

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

Surabaya, 09 Agustus 2022

Menyatakan



Aziz Arif Rachman

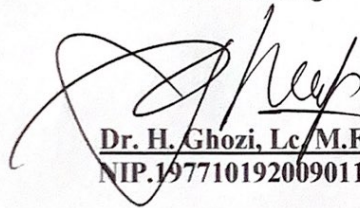
NIM. E07215003

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Dalam hal ini menerangkan bahwa skripsi yang ditulis oleh Aziz Arif Rachman dengan NIM E07215003 yang berjudul **“Relevansi Sholawat pada regulasi diri jamaah Al-Hijrah Gubeng”** telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan dalam sidang skripsi.

Surabaya, 2 Agustus 2022

Pembimbing




Dr. H. Khozi, Lc/M.Fil.I.
NIP.197710192009011006

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Relevansi Sholawat Pada Regulasi Diri Jama'ah Al-Hijrah Jojoran Gubeng", yang ditulis oleh Aziz Arif Rachman telah diuji di depan tim penguji pada tanggal 11 Agustus 2022

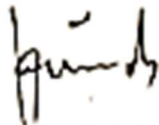
Tim Penguji:

Penguji I



Dr. H. Ghozi, Lc, M.Fil.I.
NIP.197710192009011006

Penguji II




Dr. Muktafi, M. Ag.
NIP.196008131994031003

Penguji III



Dr. Nasruddin, MA.
NIP.197308032009011005

Penguji IV



Syaifulloh Yazid, MA.
NIP.197910202015031001

Surabaya, 16 Agustus 2022

Mengesahkan,

Fakultas Ushuluddin dan Filsafat

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel



Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D

NIP. 197008132005011003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Aziz Arif Rachman
NIM : E07215003
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Tasawuf Dan Psikoterapi
E-mail address : azizrachman04@gmail.com

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

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Relevansi Sholawat Pada Regulasi Diri Jamaah Al-Hijrah Gubeng

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 19 Agustus 2022

Penulis

(Aziz Arif Rachman)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Nama : Aziz Arif Rahman
NIM : E07215003
Judul : Relevansi Regulasi Diri Jamaah Shalawat Gubeng.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan hubungan shalawat pada psikis khususnya terhadap regulasi diri pada jamaah shalawat Al-Hijrah Gubeng. Adapun permasalahan penting yang perlu dijawab dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana relevansi shalawat pada psikis?; (2) Bagaimana relevansi shalawat pada regulasi diri pada jamaah shalawat al-Hijrah Gubeng?. Penelitian ini menggunakan model kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melakukan wawancara dan observasi di lokasi, serta penelusuran dokumen yang relevan dengan judul penelitian. Kemudian diolah dengan pengolahan data lalu disajikan dalam bentuk narasi dan deskripsi, terakhir diambil kesimpulan. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: *Pertama*, Dapat di ketahui bahwa shalawat memberi pengaruh yang signifikan bagi jiwa khususnya pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Terbukti bahwa saat mengikuti majelis, jamaah merasa jiwanya tenang dan damai, terhindar dari rasa cemas, gelisah dan gundah. Sehingga dapat lebih tenang dalam menghadapi kehidupan yang kompleks dengan problematikanya.. *Kedua*, shalawat sangat relevan sebagai media penyelesaian problematika hidup pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Dalam analisis ini dapat di tarik dengan studi teori regulasi diri yang ada dalam studi kejiwaan kemudian disinkronkan dengan proses yang dilakukan jamaah shalawat Al-Muhajirin Jojoran. Secara spesifik, jamaah telak melakukan tahap-tahap yang bisa dikatakan memiliki kemiripan bahkan sesuai dengan proses regulasi diri dari teori kejiwaan

Kata Kunci: Logoterapi, Psikoterapi, Gangguan Jiwa

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar_Belakang	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat penelitian	7
F. Studi Teoritis.....	8
G. Penelitian Terdahulu	9
H. Metode Penelitian	11
I. Sistematika Pembahasan.....	16
BAB II REGULASI DIRI DAN ASPEK SHALAWAT	
A. <i>Self Regulation</i>	18
B. Shalawat.....	27
BAB III JAM'IYYAH SHALAWAT AL-MUHAJIRIN GUBENG	
A. Latar Belakang Berdiri.....	39
B. Kegiatan	39
B. Manfaat Shalawat.....	41

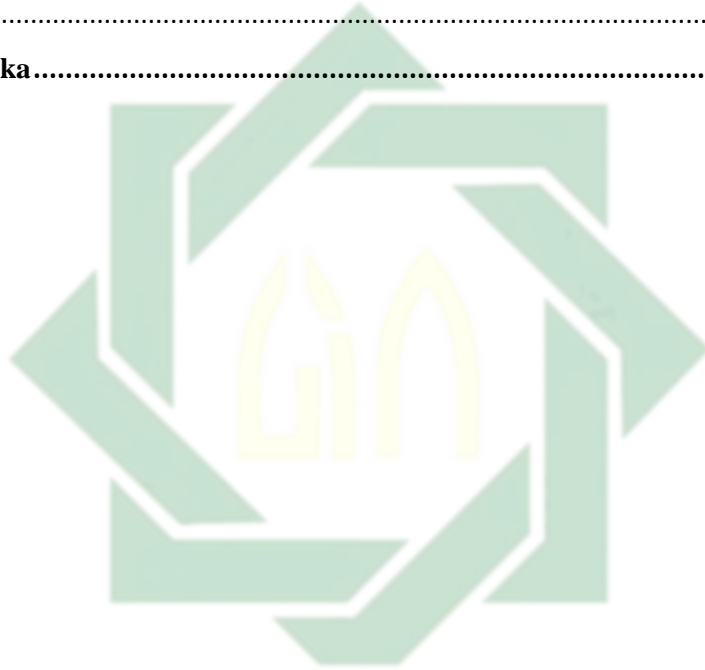
BAB IV RELEVANSI SHALAWAT PADA PSIKIS : REGULASI DIRI

- A. Dampak Shalawat Pada Kondisi Jiwa Jamaah al-Muhajirin..... 44
- B. Relevansi Shalawat Pada Regulasi Diri: Role Model Kehidupan Rasulullah 48

BAB III PENUTUP

- A. Kesimpulan 54
- B. Saran 54

Daftar Pustaka..... 56



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam diri manusia terdapat suatu potensi besar memonitor sikap yang merupakan penggerak terpenting pribadi manusia dalam proses mengamati, menilai dan merespon segala hal yang berkaitan dengan pribadinya, yang disebut sebagai regulasi diri. Ia adalah unsur internal diri individu. Dengannya, individu dapat mengontrol dan mengarahkan tindakannya sendiri.¹ Individu yang dikatakan telah memegang kokoh regulasi diri adalah mereka yang terkandung dalam dirinya data diri, termasuk karakteristik, inisiatif dan teori *futuristik*. Regulasi diri ini menunjukkan potensi individu akan masa depannya yang ia rumuskan dan meraihnya dengan potensi lain dan segala keahlian yang dimilikinya.²

Zimmerman dan Schunk menyatakan regulasi diri sebagai proses individu yang tersistematis mengarah pada daya pikir (*mind*), rasa (*afeksi*) serta sikap yang mengantarkan pada cita-cita. Schunk juga berpendapat bahwa para penemu yang berlatar belakang teoritik berasumsi bahwa regulasi diri mengandung makna tujuan, artinya melaksanakan tindakan yang mengarah pada tujuan dan memantaunya.³

¹ Hendrianur, "Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi", *Jurnal Psikologi Volume 3*, (Samarinda: UNMUL, 2015), 531.

² Ni'matur Rizqiyah, "Pengaruh Strategi Regulasi Diri dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi", (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2016), 22.

³ Dalam N. Ghufro dan Risnawati R, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), 58.

Regulasi diri ini sangat berhubungan dengan tanggung jawab individu atas hak dan kewajiban yang di miliknya, di mata keluarga, masyarakat maupun diri sendiri yang memiliki masa depan. Tanggung jawab dapat diartikan sebagai perilaku kepada dan untuk. maksudnya adalah model perilaku dan pengambilan keputusan untuk menerima kewajiban, merencanakan dan melaksanakan tugas kewajiban untuk dirinya atau orang lain. Dalam melaksanakan tugas kewajiban yang dipegangnya, individu diberikan kebebasan dalam menentukan pilihan dan sikap yang diwujudkan dengan menerima konsekuensi darinya.⁴

Regulasi diri individu akan sangat mempengaruhi eksistensi tanggung jawab dalam dirinya. ketika regulasi diri baik maka tanggung jawab individu akan secara baik juga terlaksanakan. namun sebaliknya, absennya regulasi diri individu akan menghancurkan tanggung jawab individu. disinilah regulasi menjadi hal yang urgen dalam manajemen diri. karena setiap manusia memiliki pemikiran masing-masing, tujuan hidup masing-masing dan memiliki cara tersendiri dalam meraihnya, serta seperti apa individu tersebut memenejemen dirinya agar dapat meraih tujuan yang telah direncanakan.⁵

Regulasi diri ini haruslah dimiliki oleh semua orang, dari mulai pelajar, pegawai, sosial—dari lingkup terkecil seperti keluarga hingga ke pemerintah. seorang pelajar yang memiliki regulasi diri memiliki

⁴ Sukiati, "Tanggung Jawab dan Pengukurannya: Penelitian Berbagai Dimensi Tanggung Jawab dan Pengukurannya Pada Mahasiswa Universitas Indonesia, (Jakarta: Disertasi Universitas Indonesia, 1993), 56.

⁵ *ibid.*

tendensitas tinggi pada pemahaman disbanding pelajar yang tidak memprogram regulasi dirinya. Bandura sendiri merumuskannya dalam bahasa regulasi diri *learining*. Menurut pandangannya, regulasi diri *learning* atau regulasi diri belajar adalah aktivitas individu aktif dalam belajar, memprogram, memutuskan harapan belajar, *planning and monitoring, managing and cognisi control*, dorongan mempelajari perilaku dan lingkungan untuk meraih cita-cita yang telah diharapkan dan target yang ditetapkan.⁶

Dalam beberapa penelitian, regulasi diri memiliki dampak yang besar bagi individu dalam menghadapi peristiwa degradasi jiwa. sebut saja prokrastinasi⁷ yang banyak menjangkiti manusia zaman yang serba manja. tergalinya berbagai macam teknologi yang melayani individu, telah melenakan jiwa dengan dampak besar pada hal lain, termasuk keterlanaan dalam memanfaatkan waktu secara efektif.

Peristiwa di atas juga dipengaruhi oleh keadaan jiwa individu dalam dimensi spiritual. kegersangan jiwa memberikan porsi yang sangat besar dalam hilangkan sistem pengendalian diri individu yang menghasilkan kualitas diri lemah dalam melaksanakan tugas sebagai manusia dengan segala sisi keberadaanya. sehingga begitu banyak

⁶ Dewita Karema Sarajar, "Pengaruh Pelatihan Self-Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" Jurnal InSight Vol. 18 (Yogyakarta: Universitas Mercu Buana, 2016), 152.

⁷ individu yang mempunyai kesulitan untuk melaksanakan hal sesuai estimasi, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan secara berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu. Fitria, Lukmawati, "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang" (Palembang: UIN Raden Fatah, 2016), 63.

penemuan-penemuan psikoterapi yang berbasiskan spiritualitas. Spiritualitas merupakan basic pada pertumbuhan *self-price*, *values*, moralitas, serta kepemilikan. Ia adalah *psyche experience* berdampak pada *atsar* serta arti yang dalam. Ketika suatu hal mengandung spiritualitas maka mengandung kevalidan mutlak yang terkait pada kehidupan manusia. aspek spiritualitas meliputi aspek kepemilikan arah serta cita-cita hidup yang berkesinambungan pada peningkatan kebijakan. ditambah lagi yaitu adanya daya kuat dalam berinisiatif dalam meraih relasi semakin dekat pada Sang Pencipta dan inisiatif individu dasarnya merujuk pada spiritualitas sebagai cara manusia menyadari eksistensi ataupun *experience* dalam hidupnya.⁸

Contoh nyata yang sangat sering ditemui adalah peningkatan spiritual melalui dzikir, shalat, dan membaca shalawat. Namun dari sekian banyak model peningkatan spiritual masyarakat, pembacaan adalah yang paling populer dan diminati oleh masyarakat. seperti halnya yang dilakukan oleh jamaah shalawat Nggubeng. mereka secara rutin melaksanakan pembacaan shalawat secara bersama untuk menumbuhkan spiritualitas yang telah menjadi potensi dirinya.

Shalawat agaknya sangat baik untuk terapi meningkatkan regulasi diri bagi individu dalam menjalani kehidupannya. shalawat yang mengandung berbagai *fadhilah*, kisah, dan munajat, menjadi hal tersendiri dalam membantu peningkatan regulasi diri individu. Menurut

⁸ Ary Ginanjar Agustin, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ* (Jakarta: Arga, 2001), 57.

singih, sholawat merupakan lafadz yang berwaqi' *jama'* dengan *mufrod salla* atau al-solatu. kata tersebut diartikan dengan doa, rahmat, kemuliaan, keberkahan dan ibadah.⁹ sholawat terdapat berbagai jenis dan namanya, semisal shalawat badar, tibbil Qulub, Maulid al-Diba, al-Barzanji, Simt al-Duror, Burdah dan lain sebagainya.

Secara global umat Islam mempunyai visi tersendiri untuk mencapai tujuannya menjadi manusia pengemban amanat Tuhan. Beberapa kewajiban seorang muslim antara lain; mendirikan shalat, berpuasa, menunaikan zakat, pergi haji dan peribadatan lainnya, menjadikannya harus lebih mampu dalam mengatur segala aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. individu atau muslim yang taat, tentu lebih terbiasa dengan padatnya aktifitas keseharian jika dibandingkan muslim yang tidak taat melaksanakan kewajiban secara teratur.

Islam juga mengatur segala yang terjadi di alam semesta, termasuk kehidupan manusia. sebagai seorang hamba yang taat, manusia harus menaati segala perintah Tuhannya. menurutnya, religiusitas sangatlah besar pengaruhnya terhadap kehidupan individu. Setiap orang dengan kualitas religious tinggi, maka ia pasti terbiasa dengan segala aturan dan kewajiban yang harus ia lakukan sesuai dengan ajaran dalam Islam. sehingga tanpa disadari hidupnya akan berjalan secara teratur.

Berdasarkan kerangka pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara psikologis tingkat regulasi diri pada jamaah

⁹ Singih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, Cet III (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 211.

shalawat yang sangat berpengaruh pada pelaksanaan tugasnya masing-masing. dengan ini, dalam penelitian ini akan diangkat judul “Relevansi sholawat pada regulasi diri jamaah shalawat al-hijrah gubeng”.

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

1. Manajemen hidup melalui regulasi diri
2. Spiritual menjadi pedoman regulasi diri
3. Peningkatan regulasi diri melalui shalawat.

C. Rumusan Masalah

Sebagaimana pendahuluan yang disampaikan, sehingga penelitian ini akan membahas hasil dengan dasar rumusan masalah berikut:

1. Bagaimana relevansi sholawat pada psikis?
2. Bagaimana relevansi sholawat pada regulasi diri pada jamaah shalawat Al-Hijrah Gubeng?

D. Tujuan Penelitian

Merujuk pada pertanyaan yang terformulasi tersebut, sehingga tujuan penelitian ini adalah:

1. Guna memahami peningkatan regulasi diri jamaah shalawat Al-Hijrah Gubeng.
2. Untuk mengetahui hasil peningkatan regulasi diri pada jamaah shalawat Al-Hijrah Gubeng

E. Manfaat penelitian

Harapan dari hadirnya penulisan ini mampu menghadirkan faidah pula untuk semua anggota masyarakat, akademik dan terkhusus bagi penulis sendiri. Penjabaran faidahnya yaitu di bawah ini:

1. Manfaat normatif

Pengharapan faidah pada khazanah keilmuan menjadi salah satu yang dicita-citakan, sebagai sebuah partisipasi dalam pengembangan ilmu psikoterapi yang bernafaskan spiritual. Pengharapan manfaat bagi peneliti juga menjadi salah satu skala prioritas untuk menambah dan mengembangkan ilmu secara luas dan penuh kemajuan.

2. Manfaat praktis

Harapan dari hadirnya penelitian ini adalah supaya menjadi sebuah dasar bagi yang bercita-cita mempraktikkan regulasi diri melalui shalawat untuk meningkatkan kualitas jiwa. Dalam hal ini, besar harapan penulis untuk mengamalkan keilmuan secara mendalam dan penuh integrasi.

F. Studi Teoritis

1. Regulasi Diri

Dalam diri manusia terdapat suatu potensi dalam memonitor sikap dan merupakan penggerak terpenting pribadi manusia dalam proses mengamati, menilai dan merespon segala hal yang berkaitan dengan pribadinya, yang disebut sebagai regulasi diri. Ia adalah unsur internal diri individu. Dengannya, individu dapat mengontrol dan

mengarahkan tindakannya sendiri.¹⁰ Individu yang dikatakan telah memegang kokoh regulasi diri adalah mereka yang terkandung dalam dirinya data diri, termasuk karakteristik, inisiatif dan teori *futuristik*. Regulasi diri ini menunjukkan potensi individu akan masa depannya yang ia rumuskan dan meraihnya dengan potensi lain dan segala keahlian yang dimilikinya.¹¹

2. Shalawat

Shalawat agaknya sangat baik untuk terapi meningkatkan regulasi diri bagi individu dalam menjalani kehidupannya. shalawat yang mengandung berbagai *fadhilah*, kisah, dan munajat, menjadi hal tersendiri dalam membantu peningkatan regulasi diri individu. Menurut singgih, sholawat merupakan lafadz yang berwaqi' *jama'* dengan *mufrod salla* atau al-solatu. kata tersebut diartikan dengan doa, rahmat, kemuliaan, keberkahan dan ibadah.¹² sholawat terdapat berbagai jenis dan namanya, semisal shalawat badar, tibbil Qulub, Maulid al-Diba, al-Barzanji, Simt al-Duror, Burdah dan lain sebagainya.

G. Penelitian Terdahulu

Sebuah penelitian tidak terlepas dari temuan sebelumnya sebagai patokan dasar. Tentu penelitian sebelumnya memiliki kemiripan

¹⁰ Hendrianur, "Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi", Jurnal Psikologi Volume 3, (Samarinda: UNMUL, 2015), 531.

¹¹ Ni'matur Rizqiyah, "Pengaruh Strategi Regulasi Diri dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi", (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2016), 22.

¹² singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, Cet III (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 211.

pembahasan, baik dalam variabel judul dan topik yang diangkat. Sehingga skripsi ini dapat menemukan kebaruan dan pelengkap dari temuan sebelumnya. Penelitian terdahulu yang peneliti gunakan berupa buku, jurnal, dan tugas akhir. Berikut daftar lengkapnya;

1. Buku karangan Sarwono, S.W yang berjudul psikologi remaja diterbitkan oleh Rajagrafindo di Jakarta pada tahun 2011
2. Buku Psikologi Kepribadian edisi revisi yang ditulis oleh Alwisol. diterbitkan oleh UMM Malang pada tahun 2009
3. Buku pengantar psikologi umum yang ditulis L.Fitriyah dan M. Jauhar. diterbitkan di Jakarta oleh Prestasi Pustaka pada tahun 2014.
4. Endang Fourianalistyawati, “Kesejahteraan Spiritual dan Mindfulness Pada Majelis Sahabta Shalawat”, Jurnal Psikologi Islami, Vol 3, No.2 tahun 2017, diterbitkan oleh UIN Raden Fatah Palembang.
5. Jurnal Psikologi yang ditulis oleh Rosleny Marliani. Di dalamnya membahas mengenai masa depan mahasiswa yang sedang berada pada semester akhir, yang mana dianalisis menggunakan kaca mata religiusitas dan hubungannya pada regulasi yang diusahakannya. jurnal ini terbit pada tahun 2013, pada volume 9, nomor 2, UIN Syarif Kasim Riau.
6. Jurnal Psikohumaniora, Setyani Alfinuha dan Fathul Lubabin Nuqul, yang membicarakan tentang kesejahteraan diri yang mampu

diraih oleh anak teknik Arsitektur melalui regulasi diri, yang puncaknya adalah meraih kebahagiaan. Volume 2, Nomor. 1 tahun 2017 diterbitkan oleh UIN Walisongo Semarang.

7. Skripsi Lely Febrina Rosa dengan topik penelitian regulasi diri yang dimiliki mahasiswa aktivis dengan harapan lulus tepat waktu. Dipublikasikan Universitas Sumatera Utara tahun 2018.
8. Skripsi Melsani dengan topic penelitian regulasi diri yang dimiliki oleh narapidana di rumah tahanan Menggala setelah diberikan bimbingan agama, mungkinkah meningkat ataupun stagnan. Dipublikasikan oleh UIN Lampung pada tahun 2018.
9. Skripsi Ni'matur Rizqiyah dengan fokus penelitian prestasi belajar siswi SMP Hasanudi yang dilihat dari dukungan sosial yang didapat serta regulasi belajar yang dimiliki. Dipublikasikan oleh UIN Malang tahun 2016.
10. Buku karangan N. Ghufron dan R. Risnawati yang berjudul “teori-teori Psikologi”, yang diterbitkan oleh Ar-Ruzz Media, Yogyakarta pada tahun 2011.
11. Buku karangan Syaiful Bahri Djamarah, judulnya adalah “Psikologi belajar”. Di *release* oleh Rineka Cipta Jakarta pada tahun 2011.
12. Karya buku karangan Desmita dengan judul “psikologi perkembangan peserta didik”, diterbitkan oleh Remaja Rosdakarya Bandung pada tahun 2012.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian skripsi ini berupa kualitatif lapangan yang tujuannya mendapatkan data secara maksimal, lengkap, detail, dan rinci yang relevan dengan masalah yang diangkat. Metode ini tergolong menarasikan ketika menganalisis data dan menuangkan hasil temuan di lapangan. Penelitian kualitatif di dalam memecahkan suatu kasus menggunakan wawancara sebagai metode pengumpulan data.¹³ Hal ini dilakukan untuk memperoleh data tentang konsep dasar shalawat dan teknik terapi sebagai metode meningkatkan regulasi diri.¹⁴ Kemudian, data yang didapat dipaparkan dalam bpemaparan data informasi melalui deskripsi.

Metode kualitatif bisa disebut juga metode naturalistik, sebab serta digunakan sebagai dasar ilmiah membaca realitas setempat. Memilih metode ini karena ada kecocokan dalam menguak informasi secara deskripsi komprehensif dan menelusuri data lebih dalam mengenai kondisi sosial jamaah shalawat al-Muhajirin dalam meningkatkan regulasi diri. Mengingat penelitian ini jenis lapangan, maka peneliti diharuskan untuk terjun ke lapangan untuk mendapatkan data.¹⁵

¹³ Fattah Hanurawan, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2016), 25.

¹⁴ Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif* (TK: Grasindo, TT), 59.

¹⁵ Noeng Muhadjir, *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Rake Sarasin, 2002), 13.

Pendekatan yang digunakan ialah studi kasus. Pendekatan ini merupakan sebuah usaha mendeskripsikan serta menganalisa suatu peristiwa atau kasus secara mendalam. Kasus ini bisa berupa individu, komunitas, program, lembaga, masyarakat hingga suatu kebijakan.

2. Sumber data

Setiap penelitian memerlukan sumber data sebagai informasi untuk memecahkan rumusan masalah yang diangkat. Begitupun dengan penelitian mendapatkan sumber data berdasarkan bentuk dan isi.¹⁶

a. Sumber Tertulis

Maksudnya data yang didapat berasal dari sumber-sumber tertulis, Baik dari buku, artikel, jurnal, surat kabar, maupun majalah.

b. Sumber Isi

Memahami sumber isi masih terbagi menjadi dua yakni sumber primis dan sekuder.

1. Sumber Primer

Sumber primer diartikan sebagai sumber utama atau pokok dalam sebuah penelitian. Umumnya informasi yang didapat dari sumber primer ini begitu banyak.¹⁷ Hal ini bisa

¹⁶ Zulfikar dan I. Nyoman Budiantara, *Manajemen Riset dengan Pendekatan Komputasi Statistika* (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2014), 80.

¹⁷ Winarno Surahman, *Dasar-dasar Teknik Research* (Bandung: Transito, 1975), 123.

dalam bentuk buku-buku yang relevan dengan topik penelitian menyoal shalawat dan regulasi diri.

2. Sumber sekunder

Sedangkan sumber sekunder diartikan sebagai sumber yang mendukung data primer. Datanya bisa berbentuk arsip, dokumen, dan segala hal yang membantu menguatkan sumber primer..¹⁸

3. Teknik Pengumpulan dan Analisis data

Setiap penelitian memiliki teknik dalam mengumpulkan data dan juga membutuhkan metode dalam menganalisis data.

a. Teknik pengumpulan data

1. Wawancara

Salah satu cara mendapatkan data dengan menggunakan wawancara. Pengambilan datang melalui serangkaian tanya jawab antara peneliti dan narasumber..¹⁹ Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah sistem *bebas terpimpin*.

Artinya peneliti sebagai pewawancara perlu mempersiapkan pendoman dalam wawancara sebagai panduan dalam proses wawancara. Dalam penelitian ini, peneliti mewawancarai Ketua Jamaah beserta sebagian jamaah aktif maupun pasif. Narasumber dipilih untuk mendapatkan informasi kredibel.

2. Observasi

¹⁸ Saifudin Azwar, *Metode Penelitian* (Jakarta: CV Rajawali, 1998), 93.

¹⁹ Andi Prastowo, *Menguasai Teknik-teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Diva Press, 2010), 146.

Disamping wawancara, juga diperlukan observasi untuk lebih menguatkan data penelitian. Observasi dilakukan dengan cara mengamati apa pun yang ada di lapangan, sembari mencatat segala hal yang disaksikan.²⁰ Dengan demikian, peneliti perlu turun ke lapangan untuk mengamati segala hal yang terjadi dalam praktik pembacaan shalawat yang dilakukan jamaah di Nggubeng.

3. Dokumentasi

Selain wawancara dan observasi, juga diperlukan teknik dokumentasi dalam mendapatkan data. Teknik ini direalisasikan dengan cara menelusuri dokumen-dokumen yang relevan dengan penelitian. Dokumen tersebut menjadi penguat dan dukungan terhadap penelitian berkaitan dengan jamaah shalawat Al-Muhajiri Nggubeng. Termasuk sejarah awal berdirinya, data pengasuh dan pengurus, jumlah jamaah, sarana yang didapat oleh di jamaah sdan

b. Teknik analisa data

Setiap penelitian membutuhkan teknik analisa data untuk memecahkan rumusan masalah yang diangkat. Hal tersebut didasarkan pada peristiwa di lapangan. Teknik analisa dalam penelitian ini memakai studi kasus yang mengupas segala kasus di lapangan, selanjutnya dikorelasikan dengan konsep. Terakhir

²⁰ Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 168.

dilakukan analisis. Setelah itu, mengelola data secara mendalam dan mengasah konsep, sehingga bisa menjawab rumusan masalah yang diangkat. Langkah-langkah analisa data yang peneliti lakukan terdiri dari;

1. Reduksi

Tahap ini peneliti akan meresum, memilah, dan terakhir mengonsentrasikan analisa kepada tema maupun polanya. Tujuannya agar mendapatkan data observasi yang akurat. Disamping itu, memudahkan peneliti mengambil data dan memasukkan data yang relevan dengan penelitian.²¹ Reduksi data juga bisa dikatakan sebagai cara mengelompokan informasi berdasarkan subtema yaitu gejala menurunnya regulasi diri jamaah shalawat maupun dampak shalawat dalam meningkatkan regulasi diri pada jamaah.

2. Penyajian data

Tahap kedua adalah menyajikan data dalam bentuk deskripsi tentang apa-apa yang peneliti temukan di lapangan. Dengan catatan memiliki keterhubungan dengan tema utama dalam penelitian. Pada langkah ini peneliti akan memaparkan

²¹ S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif* (Bandung: Tarsito, 2002), 129.

informasi secara detail, khusus, teruarai, dan bentuknya dinarasikan seputar Jamaah Shalawat Al-Muhajiri Nggubeng.

3. Penarikan simpulan dan verifikasi

Langkah terakhir adalah puncak menganalisa data yakni menarik benang merah dari penelitian. Sederhananya menjawab pertanyaan yang sudah dilayangkan di awal. Pada tahap ini peneli akan menyimpulkan terlebih dahulu, selanjutnya melakukan verifikasi data, sehingga kesimpulan menjadi kredibel untuk mendapatkan kesimpulan akhir.

I. Sistematika pembahasan

Sebuah penelitian selalu dilengkapi dengan sistematika pembahasan. Tujuannya untuk memudahkan peneliti dalam memetakan poin-poin pembahasan dalam penelitian. Selain itu, agar penelitian dapat tersistem. Skripsi ini terdiri dari lima bab dan setiap bab akan membahas perihal tupoksinya masing-masing, di antaranya;

Bab I, memaparkan seputar latar belakang mengapa mengangkat topik penelitian. Juga dilengkapi dengan batasan masalah, agar penelitian fokus. Selanjutnya rumusan masalah yang terdiri dari dua pertanyaan dan tujuan sebanyak dua poin. Dilanjut dengan manfaat penelitian, kajian pustaka atau terdahulu sebagai pijakan penelitian, metode penelitian yang peneliti gunakan, dan terakhir berisi sistematika pembahasan agar tersistematisasi.

Selanjutnya adalah Bab II berisi tentang kajian teori yang relevan dengan variabel penelitian seputar Regulasi Diri dan Jamaah Shalawat Gubeng.

Bab III disajikan profil atau demografi lokasi penelitian dan penyajian data seputar Jamaah Shalawat Gubeng. Terdiri dari sejarah, tujuan, seremoni, hingga dampak regulasi diri bagi subjek penelitian.

Kemudian dilanjut pada Bab IV yang didalamnya berisi analisis data berdasarkan teori pada bab II dan dikorelasikan dengan data di bab III. Termasuk di dalamnya akan dipaparkan konsep shalawat Jamaah Gubeng dan implementasi terhadap regulasi diri jamaahnya.

Bab terakhir adalah bab V yang didalamnya berisi benang merah atau jawaban ringkas mengenai rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian. Tidak hanya itu, juga dilengkapi dengan saran dari peneliti.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

REGULASI DIRI DAN ASPEK SHALAWAT

A. *Self-Regulation* (Regulasi Diri)

1. Penjabaran

Albert Bandura memandang regulasi sebagai daya dalam diri individu yang terwujudkan melalui daya pikir untuk mengelabui kondisi sekitarnya, sampai berdampak pada perubahan positif. Regulasi diri dalam artian luas ialah kewajiban yang individu dalam mengontrol perubahan tanggapan, semisal mengelola motivasi sikap, mengontrol nafsu, *mind*, serta emosi. dalam artian yang sehalauan bahwa regulasi diri merupakan potensi yang menjadi bekal manusia sebagai alat control perilaku, dan pemanipulasiannya melalui potensi berpikir hingga didapatkan reaksi bagi kondisi sekitarnya.¹

dalam diri manusia, regulasi diri adalah suatu hal yang memiliki urgensitas tinggi sebagai pengambil keputusan dalam bersikap. karena merupakan usaha *manage* diri dari kegiatan melalui partisipasi daya pikir (*metakognisi*), dorongan, juga sikap yang aktif.²

Lisya mengutip pendapat Bandura, menurutnya, regulasi ini adalah potensi yang dengannya individu melakukan pengaturan dalam setiap bertingkah dan laku, dalam rangka menjadikannya taktik dalam

¹ Lely Febrina Rosa, "Hubungan Antara Harapan Lulus Tepat Waktu dan Regulasi Diri Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi", Skripsi (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2018), 11.

² M. Nur Gufron & Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 57.

meraih harapan atau penghargaan untuk dijadikan pembuktian diri bahwa telah melakukan integrasi diri.³

standar moral, norma masyarakat dan budaya sosial merupakan hal yang selalu mempengaruhi regulasi diri. hal ini dikarenakan setiap lingkungan atau daerah memiliki kebiasaan sendiri. sehingga gagasan individu mengenai regulasi diri dalam suatu lingkungan belum tentu bisa dipakai di daerah lain, karena kesimpulan dari gagasan regulasi diri ini tidak luput dari evaluasi dengan dasar di atas. evaluasi yang dimaksud bisa terwujud dalam bentuk respon diri, misal memberikan persetujuan (*self-approval*) dan kritikan atas perilaku sendiri (*self-reprimand*).⁴

2. Proses Regulasi Diri

individu perlu untuk melaksanakan regulasi diri pada setiap sikap yang diambil, supaya dapat meraih target yang telah diharapkan. di samping itu, individu perlu melihat potensi yang dimiliki meliputi potensi secara badaniah (fisik), dunia sosial, kecerdasan dan afektifitasnya dalam mengendalikan diri. ketika individu telah menimbang semua potensi tersebut, maka dapat dipastikan formula regulasi diri yang dimiliki oleh individu pasti sangat baik. Brown dan

³ Lisy Chairan dan Subandi, *Psikologi Santri Penghafal al-Quran* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 14.

⁴ Ibid.

Miller merumuskan proses *self-regulation* dengan beberapa tahap⁵ sebagai berikut:

- a. Penerimaan data yang sesuai (*Receiving*), yaitu pada tahap ini individu menerima berbagai info dari segala sumber. kemudian individu memilih dan memilah info yang relvan dengan masalah yang dihadapi secara khusus.⁶
- b. Evaluasi (*Evaluating*). individu melakukan analisis data lalu mengkomparasikannya problem eksternal dan asumsi diri yang dipersepsikan dari pengalaman dan proses belajar. dasar asumsi tersebut adalah harapan yang dimiliki individu dalam mengembangkan diri.⁷
- c. Perubahan (*Triggering*), dari adanya evaluasi diri pada tahap sebelumnya, menimbulkan dampak perasaan bagi diri sendiri, entah menjurus dalam pemikiran positif maupun negative. karena individu memiliki tendesitas menolak pada hal baru yang menurutnya bertentangan dengan apa yang telah didupatkannya, berupa pembelajaran maupun norma yang dianutnya. adanya respon tersebut, maka secara otomatis juga terjadi perubahan, sikap, pikiran maupun perasaan.⁸

⁵ Melsani, "Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana di Rumah Tahanan Negara (RUTAN) Kelas II B Menggal, Kabupaten Tulang Bawang", Skripsi (Lampung: UIN Raden Intan, 2018), 13

⁶ *ibid.*

⁷ *ibid.*

⁸ Melsani, "Bimbingan Agama ...", 13.

- d. pencarian solusi (*Searching*), tahap ini timbul dari kesadaran individu yang mengevaluasi diri hingga terjadi perubahan internalnya. terlebih pada segala hal yang bertentangan dengan dirinya, ia akan berusaha meminimalisir diferensiasinya. sehingga ia akan mencari jawaban guna untuk mengatasi masalah tersebut, sebagai sebuah solusi untuk hidup yang serasi.⁹
- e. Perumusan (*Formulating*), pada tahap ini individu membuat *planning* sekaligus *mapping* pada hal-hal inti yang menjadi targetnya, yang meliputi aspek waktu, kegiatan peningkatan, tempat pengembangan diri, dan hal lain yang bisa mendorong efisiensi dan efektifitas dari pengembangan dirinya untuk meraih tujuan.¹⁰
- f. penerapan atau pengaplikasian (*Implementing* atau *aplikasing*). di tahap ini harus sinkron dari tahap perumusan telah matang. karena di tahap ini merupakan tahap pelaksanaan dari rencana yang telah dirumuskan dari beragam pertimbangan diri. kuncinya harus sesegera mungkin dalam penerapan supaya didapatkan hasil yang maksimal. di dalamnya individu harus melaksanakan kegiatan yang teratur dan mengarah pada target yang ingin dicapai, dan individu bisa melakukan modifikasi perilaku di dalam prosesnya sesuai dengan kondisi yang menuntut.¹¹

⁹ ibid.

¹⁰ ibid.

¹¹ Melsani, "Bimbingan Agama ...", 13.

g. pengukuran efektifitas (*Assessing*). pada tahap ini individu melakukan penimbangan efektifitas dan efisiensi dari formula atau perencanaan yang telah dibuat. tujuan dari pengukuran ini yaitu untuk melihat hal-hal yang telah berhasil dilaksanakan termasuk dalam target yang diharapkan atau tidak, begitu juga yang tidak terlaksana atau berhasil. supaya ia bisa menyadari mana yang memang menjadi tujuan dan cita-citanya yang cocok dengan potensi dirinya.¹²

3. Bentuk-bentuk Regulasi Diri

- a. *Amotivation regulation*, merupakan suatu kondisi seseorang yang merasa bahwa antara hasil dan aksi tidak memiliki keterkaitan. sehingga ia cenderung berkasi tanpa memperdulikan intensitas.
- b. *External regulation*, ialah tindakan seseorang yang dipengaruhi oleh faktor di luar diri, semisal untuk mengerjakan suatu hal harus ada *rewardnya*.
- c. *Intrijected regulation*, keadaan seseorang yang memilih segala hal di luar diri menjadi orientasi tindakannya, sehingga menekan internalitasnya, misal timbulnya rasa bersalah dan khawatir.
- d. *Identivied regulation*, kondisi ini merupakan ketika individu tergerak pada suatu tindakan dikarenakan faktor internal untuk

¹² *ibid.*

meraih suatu tujuan dan sadar akan tujuan yang terarah. sehingga terhindar dari tindakan yang berorientasi pada hedonisme.¹³

- e. *Intrinsically motivated behavior*, kondisi seseorang yang bersedia melakukan sesuatu karena hati nurani yang sukarela, dan tidak memiliki hubungan dengan faktor luar apapun.¹⁴

4. Aspek-aspek Regulasi Diri

Memahami regulasi diri dibutuhkan aspek-aspek di dalamnya. Sebagaimana pernyataan Zimmerman yang dikutip oleh Ghufon dan Risnawati, menyatakan bahwa pembahasan regulasi memiliki sekian untuk diterapkan, antara lain;¹⁵

a. Metakognitif

Metakognitif adalah kondisi mampu memahami dan menyadari proses berjalannya pikiran. maksudnya adalah proses yang menunjuk pada perngorganisir, pengukuran dan intruksi diri, sehingga individu dapat melakukan regulasi diri dapat menata dirinya dengan baik selagi proses meraih tujuan.¹⁶

b. Motivasi

Aspek ini sifatnya mendasar. fungsinya sebagai daya control dan berhubungan pada potensi diri setiap individu. dalam hal ini motivasi terbagi menjadi tuga, yaitu wewenang (*otonomi*), diri

¹³ Melsani, "Bimbingan Agama ...", 13

¹⁴ Melsani, "Bimbingan Agama...", 14.

¹⁵ Ghufon dan Risnawati..., 59.

¹⁶ *ibid.*

sendiri (*intrinsik*) dan motiv rasa rasa saling percaya tinggi pada potensinya guna melaksanakan proses secara maksimal.¹⁷

c. Perilaku

Perilaku ialah sebuah usaha seseorang dalam hal *self-management*, memilih, dan merealisasikan daya kreatif pada kondisi sekitar sebagai pendukung kegiatannya. Dengan aspek ini, individu dapat melakukan *choosing*, *planning*, dan membuat kondisi sekitar—terlebih sosial—dan fisik akan menjadi *balance* dalam optimalisasi hasil dari usaha yang diupayakan.¹⁸

5. Faktor Pengaruh

a. Eksternal

1. Standar

segala hal dampak mempengaruhi kepribadian individu. dalam melakukan evaluasi perilakunya, terdapat standar khusus yang digunakan. sumbernya tidak saja berasal dari intrinsic individu, namun segala aspek diluar diri juga berpartisipasi dalam melakukan evaluasi. hal ini dikarenakan individu juga banyak berinteraksi dengan dunia luar, sehingga perilaku adaptif juga perlu dijadikan penilaian.¹⁹

2. Penguatan

pengaturan diri individu tidak terlepas juga dengan faktor eksternal yang menjadikan dirinya merasa memiliki keinginan

¹⁷ Ghufro dan Risnawati..., 59.

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Lely Febrina Rosa, "Hubungan Antara ..., 14.

kuat. sehingga penguatan diri juga dapat diperoleh dari hal-hal di luar diri, semisal pemberian hadiah (*reward*). tetapi *reward* ini bukan penentu kepuasan individu pula, bahkan individu akan merasa puas dan kuat tekadnya ketika ia telah mampu mencapai standar perilaku kerja sama dengan lingkungan, dan ketika itu penguatan supaya konsistensi sangat dibutuhkan.²⁰

b. Faktor Internal

1. Observasi Diri

orientasi dari faktor ini adalah baiknya *performance quality and quantity*, keaslian perilaku. dengan melakukan observasi diri, individu akan mampu melakukan *monitoring* penampilannya—walaupun belum akurat dan sempurna. Faktor ini terlaksana berdasarkan faktor kualitas penampilan, dengan faktor ini, individu akan lebih selektif dalam berperilaku dan cenderung mengabaikan segala yang tidak sinkron dengan konsep diri.²¹

2. Penilaian (*Juggmental*)

dasar dari penilaian ini adalah dasar tampilan, standar kegiatan, , pelengkapan tampilan dan standar pribadi. modeling juga berpengaruh pada standar pribadi yang diperoleh dari peniruan yang bersumber dari orang tua. darinya terjadilah interpretasi diri dan penguatan tampilan. setiap penampilan yang

²⁰ Lely Febrina Rosa, "Hubungan Antara...", 14.

²¹ Ibid, 15.

mendapat *reinforcement* akan terjadi proses kognitif yang melahirkan standar norma pribadi. Namun yang perlu menjadi catatan adalah standar tersebut belum tentu sesuai dengan kenyataan di luar diri, karena kelahirannya berasal dari proses komparatif eksternal yang tidak terhindarkan. Dalam melakukan evaluasi tersebut individu melakukannya dengan standar acuan yang telah disusunnya.²²

evaluasi pada proses ini juga dipadankan dengan segala nilai dan norma yang diperolehnya dari pengalaman. sehingga hasilnya ditentukan oleh individu sendiri, seberapa mampukah ia menelusuri faktor-faktor perilaku yang berdampak pada kesempurnaan tampilan.²³

3. Respon Diri (*Self-response*)

setiap individu akan menemui hal yang bersifat negative dan juga positif dari perilaku mereka. dua sisi tersebut berasal dari cara pengukuran dan standar yang dipakain oleh individu. mengutip pendapat Bandura, bahwa individu selalu berperilaku secara proaktif dan rekatif dalam *manage* dirinya. artinya ia berusaha untuk merespon guna mengurangi ketidaksesuaian dari hasil dan harapan. pada akhirnya akan bersikap proaktif

²² Lely Febrina Rosa, "Hubungan Antara,... 15.

²³ *ibid.*

memutuskan dan memperbarui harapan tertinggi yang akan didapatkannya.²⁴

B. Shalawat

1. Pengertian Shalawat

Istilah shalawat dalam Kamus Arab Indonesia karangan Mahmud Yunus yang disitir Adrika Fithrotul Aini menyebut “*shalawat* merupakan bentuk jamak dari isim mufrod kata *shalat*, yang mengandung arti doa untuk mengingat Allah secara terus-menerus.”²⁵ Senada dengan kamus Al-Munawwir mengutarakan term shalawat asalnya kata shalat, sebagai bentuk tunggalnya. Ketika diubah dalam bentuk jama’ maka akan didapatkan kata shalawat berarti doa dalam rangka selalu berzikir (mengingat) Allah.²⁶

Argumenn senada dinyatakan oleh Muhammad Muhyidin, Ia menuturkan kata shalawat secara bahasa diartikan doa dan termasuk satu unsur dengan kata shalat. Selain itu, kata shalawat juga memiliki arti yang serupa dengan ingat, renungan, pujian, barokah, dan cinta..²⁷

Sholawat sebagai doa disebut dengan lafadz “*sholli*” yang terdapat dalam salah satu firman Allah dalam surah al-Taubah ayat 103, Allah berfirman;

“Ambilah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan mensucikan mereka dan mendoalah untuk mereka. sesungguhnya doa kamu itu (menjadi)

²⁴ *ibid*, 16.

²⁵ Adrika Fitrotul Aini, “Living Hadis dalam Tradisi Malam Kamis Majelis Shalawat Addba’bil-Mustafa”, *International Journal of Islamic Studies*, (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry, 2014), 222.

²⁶ Achmad ST, *Kamus Al-Munawwir Arab –Indonesia-Inggris* (Semarang: Diva Press, 2007), 79.

²⁷ Muhammad Muhyidin, *Sejuta Keajaiban Shalawat Nabi* (Yogyakarta: Diva Press, 2007), 79.

ketentraman jiwa bagi mereka. dan Allah Maha Mendengar lahi Maha Mengetahui.”

Mendapati ayat di atas dapat dipahami bahwa sholawat bisa diartikan sebagai doa. Dengan demikian betapa jelas saat seseorang menyenandungkan shalawat berarti ia sedang berdoa dan memohon kepada Allah Sang Maha Segalanya. Memohon yang dimaksud berupa;

- a. Memohon agar diri dan keluarganya mendapatkan keselamatan.
- b. Memohon kepada Allah untuk memuji nabi agung Muhammad SAW, salah satunya ketika melantunkan *sollallah 'ala Muhammad*.²⁸

Sholawat juga merupakan berkah, sebagaimana dituturkan dalam Al-Qur'an surah d al-Baqarah ayat 157, Allah berfirman;

“Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”.

Secara terminologi kata shalawat diartikan sebagai sebuah ucapan terima kasih kepada Rasul berkat jasa dan pengorbanannya. Sehingga umat manusia menuju jalan yang terang benderang. Sebagai utusan Rasul membawa peringatan sekaligus keistimewaan dalam hidupnya hingga pengaruhnya terasa sampai sekarang. Kelak di penghujung kiamat hanya kemuliaan dan syafat Rasulullah yang mampu menolong manusia dari siksa akhirat. Tidak hanya menolong,

²⁸ Husnuddu'at, *Kesaktian Sholawat Nabi*, Cet. III (Surabaya: Dunia Ilmu, 2002), 7.

tetapi membantu meringan dosa yang diperbuat oleh anak manusia, dan terakhir menyebarkan rahmat pada semesta..²⁹

Muhyiddin juga mengutip penuturan Habib Abdullah Assegaf perihal shalawat menurut pandangannya adalah tali penghubung antara Rasulullah kepada Allah. Juga sebagai ungkapan terima kasih umat Islam kepada manusia agung itu. Semakin seseorang melantunkan shalawat, maka makin banyak pula kecintaan kepada Rasul dan Allah pun mencintai sang pelantun..³⁰

Shalawat juga dipahami sebagai syarat mutlak bagi orang mukmin. Kecintaan tanpa pernah bertemu diejawantahkan dalam senandung shalawat. Bahkan bedoa pun tidaklah lengkap, ketika seseorang tiada mengawalinya dengan bershalawat kepada Rasul. Energi doa mampu merealisasikan segalanya berkat diawali dengan lantunan shalawat sebagai wasilah kecintaan kepada nabi Muhammad..³¹ Selain sebagai syarat, juga dipahami sebagai bentuk syukur atas nikmat yang telah dianugerahkan oleh Allah dan merupakan bentuk penghormatan kepada utusan Allah sehingga siapa pun yang mengamalkannya akan mendapat keberkahan..³²

Seorang hamba melaksanakan ibadah atau berdo'a kepada Allah dipahami hanya beribadah dan memohon saja. Akan tetapi berbeda

²⁹ Muhammad Muhyidin, *Sejuta Keajaiban...*, 4-5.

³⁰ *ibid*, 79.

³¹ Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf* (Semarang: Walisongo Press, 2011), 43.

³² Mustaghfirin Abror, "Urgensi Tradisi Zikir Shalawat Nariyah dalam Membentuk Ketenangan Jiwa" Skripsi (Semarang: UIN Walisongo, 2017), 54.

ketika seorang hamba melantunkan shalawat, maka Allah akan melimpahkan rahmat dan kebaikan kepada hamba yang mengucapkan shalawat. Shalawat Allah kepada Muhammad dipahami sebagai memuji Nabi dan mendekatkannya kepada diri-Nya (Allah).³³

Pemaknaan shalawat tidak terbatas hanya pada paragraf-paragraf sebelumnya. Adapula yang mengartikan shalawat ditilik dari pelakunya. Ketika shalawat datang dari Allah, maka diartikan Allah lah yang menganugerahkan rahmat-Nya kepada makhluk. Sedangkan shalawatnya malaikat diartikan meminta ampunan. Berbeda dengan shalawat yang dilantunkan orang mukmin diartikan sebagai doa supaya Allah menganugerahkan rahmat maupun kesejahteraan kepada Muhammad beserta keluarganya.³⁴

Juga diartikan sebagai dzikir tingkatan teragung di hadapan Allah Swt. Bahkan menempati posisi terkhusus. Oleh karena itu, kala manusia mengucapkan shalawat atas Rasulullah, maka ia pun merasa lebih dekat kepada Sang Pencipta dan tergolong sebagai manusia memiliki wibawa di hadapan Sang Maha Segalanya.³⁵ Adalah adalah sebuah getaran melodi di saat seseorang menampilkan dan menghadirkannya dalam dirinya, maka semesta dan malaikat melantunkan lagu yang sama..³⁶

³³ Wisnu Khoir, "Peranan Shalawat dalam Relaksasi Pada Jama'ah Majelis Rasulullah di Pancoran", Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2007), 11.

³⁴ Wisnu Khoir, "Peranan Shalawat dalam...", 13.

³⁵ Mansur Aliman, *Muslimah Bahagia Dunia Akhirat* (Yogyakarta: Araska, 2016), 35.

³⁶ Rina Olivia, *Shalawat Untuk Jiwa* (Jakarta: Trans Media Pustaka, 2016), 6.

2. Macam Shalawat

Bacaan shalawat dalam bentuknya teksnya terdiri dari berbagai macam, selaras dengan hajat atau kebutuhan tiap pembacanya. Termasuk apa tujuannya dan kapan sebaiknya dibaca. Sehingga tidak mengherankan jika bacaan shalawat banyak macamnya. Begitu juga dengan shalawat yang disusun oleh para ulama terdahulu yang memiliki kekhasan dan sangat naik daun di kalangan ulama sendiri dan masyarakat muslim. Berikut beberapa shalawat yang begitu mafhum diamalkan di masyarakat;

- a. Pertama disusun oleh Syeikh Ja'far al-Barzanji dan shalawatnya dikenal dengan sebutan al-Barzanji.
- b. Kdua, disusun oleh Ali Bin Ad- Dibai dan karyanya disebut Simthuduror.
- c. Ketiga disusun oleh Syeikh Umar bin Syekh Abu Bakar bin Salim dan karangannya dinamakan Adhiyaulami'.

3. Manfaat membaca shalawat

Orang yang kerap kali membaca shalawat dikatakan sebagai manusia yang mendapatkan keberuntungannya. Mengapa? Alasannya karena pahalanya begitu luar biasa dan besar. Rasulullah sendiri pernah menuturkan perihal manusia yang kedudukannya paling utama kelak di hari kiamat ialah golongan mereka yang begitu banyak melantunkan shalawat kepada Rasulullah..³⁷

³⁷ Maman A Djaliel, *Himpunan Sholawat Nabi*, Cet.1 (Bandung: Pustaka Setia, 1998), 2.

Dalam al-Quran telah ditegaskan “sesungguhnya Allah dan para malaikat-Nya bershalawat kepada Nabi, hai orang-orang yang beriman, bershalawalah kamu kepada Nabi dan ucapkan salam penghormatan kepadanya”. Membasahi lidah dengan shalawat kepada Nabi begitu disarankan dan dianjurkan dalam Al-Qur’an maupun hadis. Sebagaimana salah satu penjelasan Rasulullah SAW: “menurut riwayat sahabat Anas ra, Nabi bersabda: siapa yang bershalawat untuku satu kali, niscaya Allah merahmatinya sepuluh kali, dihapuskan sepuluh kesalahan dari dirinya serta derajatnya diangkat sepuluh kali lipat”.

Beberapa keutamaan atau manfaat membaca sholawat sebagai berikut:

- a. Memperoleh limpahan rahmat dan kebajikan dari Sang Maha Segalanya. Mendapat curahan rahmat dan kebajikan dari Allah SWT.
- b. Makin mendekatkan (*taqarrub*) seorang hamba kepada Tuhannya.
- c. Menduduki derajatt tertinggi dan menghapuskan perangai kejahatan.
- d. Pembacanya akan mendapatkan syafaat dan pertolongan kelak di hari kiamat
- e. Mendapatkan hak preograi kedekatan dengan Nabi Muhammad
- f. Digolongkan dengan orang-orang yang beramal saleh, dihindarkan dari kerugian maupun penyesalan.

- g. Rezekinya menjadi lapang dan kesulitan maupun kesusahan menjadi hilang
- h. Memperoleh ganjaran sepuluh kali lipat
- i. Dada pembaca shalawat terasa lapang dan ringan tangan dalam menerima keadaan
- j. Doanya mudah dikabulkan oleh Allah
- k. Lepas dari rasa kebimbangan kelak di hari kiamat
- l. Sholawat menjadi pengganti sedekah, jika tidak mampu mengeluarkan sedekah.³⁸

Sholawat akan mendatangkan energy positif bagi pembacanya. karena ia merupakan bacaan yang langsung disampaikan kepada Allah yang pencipta segalanya. Konsistensi dan konsekuensi energy positif akan hadir pada pembacanya dengan syarat dalam membacanya diiringi dengan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Menginvestasikan kejujuran berdasarkan kecintaan sepenuh hati kepada manusia pilihan yakni nabi Muhammad. Berpegang teguh pada rasa yang sungguh-sungguh mencintai nabi dan rasul terakhir. Biasanya seseorang akan merasakan keingintahuan yang besar kepada yang dicintainya. Demi melepaskan rasa dahaganya, seseorang akan dengan senang hati menggali kisah hidup sosok yang dicintainya. Termasuk suka duka ketika memperjuangkan Islam di tanah timur tengah hingga soal bagaimana kesehariannya.

³⁸ Labib Mz, *Keutamaan Sholawat Nabi* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 1995), 13-14.

- b. Rasa cinta terhadap pedoman umat Islam yakni Al-Qur'an maupun hadis. Kecintaannya diejawantahkan dalam bentuk konsisten membaca serta mempelajarinya. Berusaha sekuat tenaga untuk menghafalkannya, merenungkan segala isinya, dan merealisasikannya dalam hidupnya sehari-hari.
- c. Merasa yakin atas shalawat yang dilantunkan kepada Nabi Muhammad akan dibalas dengan keutamaan-keutamaan yang tersimpan dibalik shalawat nabi. Membaca shalawat sebagai wujud kecintaan sehingga dengan memperbanyaknya maka bertambahlah rasa cinta kepadanya.³⁹

Manfaat dari sholawat juga berupa rahasia besar bagi utuhnya hamba yang di dalamnya berisikan *zkrullah* (mengingat kepada Allah) dan *zkr ar-rasul* (mengingat utusan-Nya), yaitu Nabi Muhammad SAW sebagai teladan hidup di dunia ini.⁴⁰

4. Adab Membaca Shalawat

Dalam membaca shalawat, setiap orang dianjurkan untuk memerhatikan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Diawali dengan keikhlasan niat di dalam hati hanya untuk beribadah kepada Allah semata.
- b. Menampilkan rasa *ta'dhim* dan *mahabbah* kepada nabi terakhir yakni Muhammas saw.

³⁹ Aprilia Tika, *The Amazing Sholawat* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2000), 13.

⁴⁰ Wisnu Khoir, *Peranan Shalawat dalam Relaksasi Pada Jama'ah Majelis Rasulullah di Pancoran*, Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2007), 22.

- c. Menghadirkan hati kepada seraya merasa *istidhlor* (merasa sangat di dekat, bahkan merasa Rasulullah hadir di hadapan).
- d. Menundukkan hati atau *tawaddhu'* (merendahkan hati) dan memupuk perasaan sangat butuh pertolongan Allah dan syafaat dari manusia pilihan Muhammad saw.
- e. Ketika memutuskan membaca shalawat menyertainya dengan perasaan cinta dan rasa hormat begitu besar kepada Rasulullah.
- f. Hendaknya ketika membaca shalawat pembaca melakukannya di tengah-tengah waktu yang begitu mulia.
- g. Tidak hanya waktu, sebaiknya dibaca di tempat-tempat yang dimuliakan.
- h. Hendaknya orang yang membaca shalawat terus menerus konsisten. Tidak sekadar saat ada butuhnya saja.
- i. Sebaiknya orang yang membaca shalawat terlepas dari hadas dengan cara berwudu.

5. Shalawat membentuk karakter

Dalam buku “Rahasia Dahsyat Shalawat”, Kamaluddin menuturkan sekian dari keistimewaan seseorang yang terbiasa membaca shalawat ialah di dalam hatinya akan tercipta kepribadian yang Rasulullah ajarkan.⁴¹ Rasulullah sebagai *role model*, *uswantun hasanah* atau teladan terbaik bagi umat manusia. Ketika muncul propropaganda “kembali kepada Al-Qur’an dan hadis” yang dilakukan oleh beberapa oknum, itu termasuk omong kosong

⁴¹ Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah Saw* (Jakarta: Pustaka Ilmu Semesta, 2016), 16.

semata. Propaganda itu terjadi karena mereka tidak kebersamai, memahami, serta meneladani kehidupan Rasulullah yang diceritakan dalam siroh. Dengan mempelajari kehidupan nabi melalui shiroh, maka ia akan mendapatkan ajaran Islam yang terealisasi dalam hidup Rasulullah. Sehingga seorang muslim dapat menduplikasi dalam kehidupan sehari-hari..⁴² Begitupun seseorang yang membaca sholawat haruslah dibarengi dengan pemahaman siroh Nabi yang salah satunya bisa dilaksanakan melalui pembacaan sholawat Nabi.

Dalam pandangan Rima yang merupakan seorang psikolog, dalam perjalanannya menjadi psikolog, ia mengalami berbagai ilmu dan pengalaman yang luas, terlebih dalam hal pengembangan diri. ia melakukan pengamatan pada orang yang membaca shalawat. dari hasil pengamatannya, ternyata shalawat mengandung daya ubah begitu luar biasa terhadap pembacanya. Seperti merubah sudut pandang seseorang, metode berpikir, tindakan, maupun perasaan. Bahkan bisa disebut masih banyak sisi keajaiban, keluarbiasaan, dan keindahan yang terkandung di dalam shalawat..⁴³

Shalawat juga dapat membantu membuat pelakunya selaras dengan sunnah yang diteladankan oleh Rasulullah. Tentu, mereka meneladani berdasarkan kerelaan hati, tanpa tekanan, dan paksaann dari siapapun. Membangun rasa cinta dan menjajaki setiap rentetan kisah hidup Rasulullah. Kemudian berkomitmen setia menjalani hidup bersama shalawat..⁴⁴

⁴² Arwani Amin, *99 Cahaya Kebajikan*, (Cilapap: Bismillah Press, 2015), 450.

⁴³ Rima Olivia, *Shalawat untuk Jiwa* (Jakarta Selatan: Trans Media Pustaka, 2016), 8.

⁴⁴ *ibid*, 11.

Seseorang sangat dianjurkan untuk membaca shalawat karena beberapa motif, salah satunya adalah dengan shalawat dapat meningkatkan kecintaan kepada nabi terakhir itu. Barang siapa yang memperbanyak menyebut Rasulullah dan berdoa untuknya, maka akan melejut rasa kecintaannya kepada Nabi. Sehingga dapat membantunya untuk menjalani segala perintah Allah, lantas menghindar dari segala apa pun larangan Allah untuk umat muslim.⁴⁵

Manusia pilihan seperti Rasulullah Saw merupakan *role model* yang wajib diteladani. Baik dalam perangainya, ucapan, tindakannya, sehingga yang meladani dapat meraih kebahagiaan tidak hanya di dunia, tetapi akhirat. Seorang muslim memiliki kewajiban untuk menduplikasi kehidupan Rasulullah. Juga mengikuti dan memegang prinsip akan sunnahnya. Allah menerangkan dalam Al-Qur'an, bahwa meneladani Rasul adalah indikator dan bukti ketulusan serta kecintaan seorang hamba kepada Tuhannya. Hal ini merupakan konsekuensi untuk membangun keimanan sempurna.⁴⁶

Hemat saya, setiap individu wajib meneladani Rasulullah, khususnya umat Islam, dalam segala urusan agama yang berkaitan dengan aqidah, syariat dan akhlak. Dengan begitu iman seseorang akan menjadi sempurna.

⁴⁵ Risti Lia Chakimah, "Pembentukan Karakter Cinta Rasul Pada Santri Melalui Kegiatan Pembacaan Shalawat di Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangsucu, Purwokerto, Kabupaten Banyumas" (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2017), 67.

⁴⁶ Risti Lia Chakimah, Pembentukan Karakter ..., 50.

Allah berfirman dalam al-Quran:

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang berharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.”

Begitu juga Ummul Mukminin ketika ditanya oleh sahabat Abu Bakar mengenai akhlak Nabi, ia menjawab “akhlak Rasulullah Saw adalah al-Quran”. Kepribadian Rasulullah berisi sifat-sifat sempurna dibandingkan manusia lainnya. Tidak mengherankan jika dirinya dijadikan sebagai *role model* utama di muka bumi. Pernah suatu ketika ada yang menyebut Rasulullah adalah manusia paling berpengaruh di dunia. Dengan demikian, segala tindak tanduknya haruslah dijadikan teladan bagi umat muslim sendiri.

Umumnya seorang Rasul memiliki indikasi orang mulia dan terpuji sebagai manusia pilihan. Baik dalam hal-hal yang berhubungan langsung dengan Allah Swt secara vertical maupun horizontal. Namun demikian secara khusus Rasul memiliki sifat empat yang erat kaitannya dengan tugas sebagai utusan Allah yang membawa misi membimbing umat menempuh jalan yang diridha oleh Allah Swt. sifat tersebut adalah Shiddiq (benar), Amanah (dapat dipercaya), Tabligh (menyampaikan), dan fatonah (cerdas).⁴⁷

⁴⁷ Yunahar Ilyah, *Kuliah Aqidah Islam*, (Yogyakarta: LPPI, 1992), 135.

BAB III

JAM'IYYAH SHALAWAT AL MUHAJIRIN SURABAYA

A. Latar Belakang Berdiri

Jamiyyah shalawat al-Muhajirin diprakarsai oleh mas Gaguk, begitulah panggilan akrabnya. Jamaah sholawat ini berdiri sejak tahun 2007 di jojoran yang berawal dari keinginan masyarakat untuk mewarnai kegiatan masyarakat supaya lebih meriah. Terlebih lagi masyarakat jojoran didominasi oleh orang Islam yang memang masih dalam kondisi perkampungan yang hubungan sesama warga masih erat.

Pendiri jamaah shalawat ini, mas Gaguk, merupakan salah satu jamaah dari komunitas sholawat dari Surabaya kota yang bernama ISHAB (Ikatan Shalawat Surabaya). Kelompok sholawat ini beraliran multi, atau terdapat aliran *habsyi*, *ishari*, dan *banjari*.

Untuk shalawat yang berada di jojoran merupakan shalawat Habsyi yang banyak terkenal dengan bacaan *simtut dhurar*.

B. Kegiatan

Kegiatan yang dilakukan jamaah shalawat al-Muhajirin ini tidaklah terlalu banyak dan beragam. Namun lebih mengutamakan suatu kegiatan shalawat yang rutin (*istiqomah*) dan bisa diikuti oleh para jamaah setempat. Sehingga dapat memberikan manfaat kepada seluruh masyarakat yang mengikutinya.

Selama ini kegiatan rutin yang dilaksanakan jamiyah shalawat al-Muhajirin adalah pembacaan maulid *diba* dan *simtu al-dgurur* setiap jumat awal bulan di masjid al-Muhajirin Jojoran. Selain itu shalawat ini juga di bawah naungan ikatan shalawat Surabaya (ISHAB). Sehingga terkadang ketika ISHAB terdapat jadwal kegiatan shalawat maka jamiyyah shalawat al-Muhajirin juga mengikutinya.

Untuk kegiatan secara rinci dan spesifik, kegiatan yang dilaksanakan oleh jamaah shalawat al muhajiri ini di awal bulan dilakukan oleh jamaah yang banyak atau disebut shalawat akbar dengan pembacaan maulid *simtu al-dhurur*. Untuk pelaksanaan shalawat akbar ini biasanya diadakan di lapangan atau di rumah salah satu warga yang ingin mengundangnya. Begitu juga kegiatan shalawat dilakukan pada setiap malam jumat, dengan pembacaan maulid *diba* yang dilaksanakan di masjid kampung.

Selain kegiatan tersebut, jamaah juga melaksanakan kegiatan shalawat bersama jamaah ISHAB yang dilaksanakan bersama komunitas jamaah Surabaya. Di mana kegiatannya dilaksanakan secara rutin dan dilakukan di setiap cabang dari ISHAB di setiap kecamatan. Sehingga jamaah al muhajirin sendiri juga mengikuti setiap di mana kegiatan ISHAB dilaksanakan.

Dalam shalawat tersebut, juga sering mengundang vocal-vocal shalawat yang masyhur atau terkenal di daerah jawa timur yang memang secara nilai, mereka telah sering menjadi juara dalam setiap festival shalawat. Seperti Ustadz Amrun, ustadz Fandi Irawan vokalis Syukarol Munsid, ustadz Firman

vocalis Alamak, dan ustadz lain yang telah menjadi juara dan juri dalam setiap festival shalawat di Jawa Timur dan sekitarnya.

C. Manfaat shalawat

Shalawat yang dilaksanakan oleh jamiyyah shalawat al muhajirin ini banyak digemari dan ditunggu-tunggu. Semua merasa senang ketika majelis akan dilaksanakan, bagaikan menunggu hujan turun di musim kemarau. Pasalanya menurut para jamaah yang mengikuti shalawat, setelah majelisan hati mereka terasa lebih damai, pikiran terasa ringan dan mudah untuk berfikir dalam menyelesaikan suatu problem. Dari hasil wawancara salah satu jamaah, penulis dapat menyampaikan bahwa jamaah tersebut mampu berfikir menyelesaikan masalah keluarga yang dihadapi ketika selesai mengikuti majelisan karena merasa pikiran lebih ringan dan hati lebih damai sehingga memunculkan ilham atau intuisinya lebih terbuka.

Sesuai dengan hasil wawancara dengan narasumber, ia berkata:

“dari mengikuti majelis shalawat ini hati saya menjadi lebih tenang, damai, dan rasanya begitu enteng. Entah dari apanya, lantunan syair shalawat, iramanya yang menembus hati. Kadang waktu mahalul qiyam itu hati ini terasa trenyuh dan air mata tanpa sadar menetes dengan sendirinya.”

Dari penyampain narasumber di atas dapat dipahami bahwa ternyata shalawat yang dilantunkan dapat menyentuh hati para jamaah, bahkan dapat membuat air mata mengalir tanpa disadari oleh jamaah. Dan kemudian menimbulkan rasa ringan dalam hati dan mendatangkan kedamaian. Hal ini sering dirasakan oleh para jamaah kendati saat shalawat dilantunkan tidak

banyak yang memahami maksud dari syairnya, namun nada sendunya sering menusuk hati seakan menggetarkan jiwa.

Dilanjutkan wawancara, narasumber juga menyampaikan bahwa di dalam majelis shalawat tidak hanya pembacaan shalawat berupa maulid yang ada dalam kitab shalawat saja. Namun juga diberikan ceramah pendek yang membahas seputar kehidupan Rasulullah Saw mengenai hidup bertetangga dan bersosial, berkeluarga, sebagai pemuka agama, dimusuhi oleh kaum musyrikin, konsep rezeki hingga kehidupan suami istri yang pasti di dalamnya penuh dengan problematika yang dinamis.

“Majelis shalawat ini biasanya setelah mahallul qiyam itu ada ceramahnya, kadang pendek kadang panjang, sesuai kondisi. Tema-tema yang disampaikan berkulit pada kisah-kisah Rasulullah Saw semasa hidupnya. Kadang dalam satu waktu menjelaskan bagaimana kehidupan rumah tangga nabi, khususnya yang banyak haditsnya kan bersama sayyidatina ‘Aisyah, seperti kisah tentang akan diceraikannya ‘Aisyah itu bisa menjadi salah satu pelajaran yang dapat kami ambil. Kadang karena dalam hubungan itu terdapat salah paham yang akhirnya hanya mementingkan ego saja. Kemudian juga kisah ketika ‘Aisyah merasa cemburu kepada Rasul karena tidur dengan istri yang lain. Kadang memang kisah seperti ini menjadi tauladan yang sangat berharga bagi kehidupan kami sebagai umatnya. Selain itu kisah ketika Rasulullah sebelum diangkat menjadi Nabi, betapa gigihnya Beliau dalam berdagang dan juga memegang sifat amanahnya sehingga diberi gelar al-Amin. Selain itu juga tentang kisah Rasul saat bersosial, berdakwah, dan menghadapi segala masalahnya. Itu menjadi pelajaran besar bagi kami untuk bisa dicontoh. Dari kisah-kisah tersebut kami pelajari sangat untuk kami amalkan dalam kehidupan kami. Caranya ya dengan memilah kisah yang sesuai, lalu kami fikir-fikir ulang cara mengamalkannya.”

Bisa dikatakan bahwa jamaah sangat mempelajari kisah hidup Rasulullah yang disampaikan pada ceramah majelis shalawat al-Muhajirin. Dari hasil wawancara di atas sangat jelas bahwa jamaah secara sadar dapat menerima kisah hidup rasul, dari mulai problematika yang dihadapi Rasul hingga penemuan

solusinya. Nampak dari ucapan narasumber bahwa permasalahan yang telah ia hadapi semisal dalam segi keluarga yang pasti saja diliputi problem yang tiada henti. Narasumber menyebutkan permasalahan antara suami istri yang pencemburu, bahkan sampai talak. Kemudian juga dalam hal ekonomi dengan kisah perdagangan Rasulullah yang dengan gigih hingga mendapatkan kekayaan yang sangat melimpah dengan berbagai strategi dagang.

“Kadang saya juga tidak bisa secara langsung mengamalkan dan berhasil, tetap saja ada gagalnya. Setelah itu saya fikir-fikir dan evaluasi di mana ya salahnya, kurang apanya, atau saya konsultasikan permasalahan kepada ustadz serta menanyakan kisah Rasul terkait permasalahan yang saya alami tersebut secara lengkap, supaya saya tahu dan bisa mengamalkan secara optimal sunah tersebut. Kemudian saya juga ukur kembali sejauh mana usaha saya dalam mengatasi problem saya melalui contoh kisah Rasulullah, jika memang bisa saya lebih usahakan lagi maka saya optimalkan lagi”.

Pada wawancara tahap ini jelas nyata narasumber memaparkan bahwa ia melakukan evaluasi dan pengukuran efektifitas solusi yang ia dapatkan dari teladan kisah Rasulullah dalam menjalani kehidupan. Maka tepat bahwa regulasi diri yang dilakukan jamaah menjadi baik dan terarah.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

RELEVANSI SHALAWAT PADA PSIKIS : REGULASI DIRI

A. Dampak Shalawat pada kondisi jiwa jamaah al-Muhajirin

Di dalam perkembangan jaman telah banyak penelitian yang melakukan berbagai macam terapi, dan salah satunya adalah terapi spiritual atau yang lebih di sebut dengan terapi religious.

Terdapat manfaat ketika bershalawat yaitu dapat memberikan manfaat lahir, dan batin. Bagi pelaku shalawat yang melakukan secara rutin dapat merasakan manfaat secara nyata. Seperti halnya saat kondisi stress dapat di atasi dengan bershalawat yang dapat memberikan ketenangan bagi pelaku shalawat. Ketika kita bershalawat pusatkan perhatian pada suatu hal yang positif, maka akan timbul rasa rileks dalam diri. Bershalawat juga tidak hanya berhubungan dengan aktivitas mental yang memusatkan pikiran yang berulang saja. Melaikan juga mengakses segenap folder yang tersimoan dalam gudang ingatan manusia tentang apa dan bagaimana Rasulullah Saw. Shalawat akan memberikan efek vibrasi dengan gelombang pemusatan pikiran dari miliaran manusia.¹

Shalawat dapat mengubah sudut pandang, cara berpikir, perilaku dan perasaan. Salah satunya shalawat akan membawa efek perubahan perasaan (*mood*) seseorang. Pengulangan yang dilakukan dapat membaut jeda dengan tekanan pikiran yang dialami sehingga tidak terkuasai oleh perasaan itu sendiri. dalam *mood* yang lebih mampu dikendalikan, maka kesejahteraan emosi lebih mudah

¹ Puji Rahayu Ningsih, "Terapi Shalawat Untuk Mengurangi Tingkat Agresivitas Remaja di Dusun Krajan desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung", Skripsi-S1 IAIN Tulungagung, 2018, 32.

tercapai dengan baik. Shalawat dapat memberikan efek ketenangan yaitu ketika seorang rutin dalam bershalawat akan mengalami kondisi *medium trance*, yaitu keadaan seseorang yang ditandai dengan halusinasi positif. Shalawat juga termasuk meditasi yang akan memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga ketenangan akan dapat dirasakan. Sementara itu pengulangan dalam ucapan shalawat diperlukan karena dapat melatih otak berfungsi lebih kuat dan lebih sehat. Sesuai dengan Donald Hebb bapak keilmuan neuropsikologi mengatakan bahwa neuron yang terpicu bersama akan terikat bersama maka pengulangan dalam pengucapan shalawat ini diperlukan dalam pelepasan emosi, sehingga dengan bershalawat seseorang sedang melakukan penyesuaian emosi negatif.²

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Suryani (2004 dalam Ghufron dan Risnawati, 2011, hal 59), bahwa regulasi diri bukan merupakan kemampuan seperti intelegensi atau ketrampilan akademik, seperti ketrampilan membaca, melainkan proses pengarahan atau penginstruksian diri individu untuk mengubah kemampuan mental yang dimilikinya menjadi ketrampilan dalam suatu bentuk aktivitas.

Shalawat sebagai salah satu amalan dalam Islam menjadi hal yang tidak bisa ditinggalkan oleh sebagian muslim. Dalam sebuah penelitian sholawat juga dapat digunakan sebagai media hipno yang disebut dengan *hipnosholawat*. Ia merupakan suatu teknik yang menggabungkan antara hipnoterapi dan terapi shalawat. Hipnosholawat menggunakan prinsip hipnoterapi namun pada tahapan dan nilai-nilai serta konsep sugesti yang diberikan berbeda dengan hipnoterapi

² Rima Olivia, *Shalawat Untuk Jiwa*, (Jakarta: Transmedia Pusaka, 2016), 9.

kondisi *trance* sehingga mudah diberikan sugesti, mengeksplor segala tekanan-tekanan dalam alam bawah sadar *klien* termasuk memori kesakitan atau luka trauma yang dialami di masa lalu. Kemudian merekonstruksi agar lebih positif dengan menanamkan nilai-nilai suri tauladan Rasulullah Saw. Terapi shalawat dalam hal itu dapat menangani simtom-simtom trauma *klien*, semisal panik, cemas, takut, marah, dendam, kecewa benci, kurang percaya diri, serta pikiran-pikiran negative dengan tujuan agar *klien* dapat menyembuhkan simtom-simtom trauma yang dilami, menciptakan ketenangan jiwa, pencerahan pikiran, cinta kepada Allah Swt dan Rasulullah Saw, serta memotivasi *klien* untuk meneladani sifat-sifat serta akhlak Rasulullah Saw, memberi makna pada *sirah* Rasulullah.³

Menurut al-Ghazali shalawat adalah harapan dan permohonan dengan sepenuh hati untuk memohonkan kesempurnaan dan ikut bersuka cita atas segala karunia-Nya yang diaunegerahkan kepada Rasulullah Saw.⁴

Dari hasil wawancara yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya narasumber telah menjelaskan bagaimana mekanisme shalawat memberikan kemanfaatan bagi dirinya. Manfaat yang paling dirasa oleh para jamaah pada jiwanya adalah merasa hadirnya ketentraman, kedamaian dan kenyamanan. Kalat dalam wisnu khoir berpendapat bahwa suara adalah sesuatu yang dihasilkan dari sebuah getaran. Jika definisinya sesederhana itu, maka suara dapat dihasilkan dari getaran benda apapun yang menjadi sumber bunyi. Suara dapat juga sebagai fenomena psikologis yang berarti sebuah getaran yang dapat didengar oleh makhluk hidup. sebuah getaran tidak bisa dikatakan sebagai suara bila tidak ada

³ Ursilawati, "Terapi Islam Melalui Hipnosholawat dalam Menangani Trauma Seorang Mahasiswa UINSA Korban Bullying", 59.

⁴ Muhammad Habibillah, *Shalawat Pangkal Bahagia*, (Yogyakarta: Safirah, 2014), 11.

yang bisa mendengarnya. Suara juga bisa menjadi terapi bila getaran yang dihasilkan berada dalam gelombang alpha. Gelombang alpha merupakan salah satu gelombang yang memiliki efek penyembuhan dan relaksasi pada tubuh.⁵

Membaca shalawat ini juga termasuk dalam konsep dzikir, di mana di dalamnya mengingat-ingat Allah dan Rasulnya. Dalam pandangan Ibnu Qayyom, zikir memiliki manfaat mengusir setan dan mengalahkannya, mendatangkan ridha Allah, menghilangkan kegelisahan dan kegundahan hati, mendatangkan kebahagiaan dan keceriaan, menguatkan hati dan jasmani, memancarkan cahaya pada wajah dan hati, mendatangkan rezeki, melindungi diri dengan kewibawaan, kelezatan dan kesengsaraan, menumbuhkan rasa cinta yang menjadi ruh Islam dan tempat peredaran kebahagiaan serta keselamatan.⁶

Shalawat Nabi merupakan syair indah yang ditujukan untuk Nabi, dalam pelaksanaannya shalawat Nabi dilantunkan menggunakan suara manusia dan suara manusia dapat memberikan efek penyembuhan yang efektif dalam beberapa penyakit selain itu suara manusia mampu mengaktifkan endorfin secara alami yang akan memberikan efek rileks dan ketenangan dalam tubuh.⁷

Dapat di ketahui bahwa shalawat memberi pengaruh yang signifikan bagi jiwa khususnya pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Terbukti bahwa saat mengikuti majelis, jamaah merasa jiwanya tenang dan damai, terhindar dari rasa

⁵ Wisnu Khoir, "Peranan Shalawat Dalam Relaksasi Pada Jama'ah Majelis Rasulullah di Pancoran", Skripsi-S1, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2007, 29

⁶ Mustaghfirin Abror, "Urgensi Tradisi Zikir Shalawat Nariyah Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa :Studi pada Santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Brabo Tanggunharjo Kabupaten Grobogan", Skripsi-S1, UIN Walisongo Semarang, 2017, 49.

⁷ Aris Sikwandi, "Pengaruh Terapi Shalawat Nabi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso" Skripsi-S1, Universitas Muhammadiyah Jember, 2016, 7.

cemas, gelisah dan gundah. Sehingga dapat lebih tenang dalam menghadapi kehidupan yang kompleks dengan problematikanya.

B. Relevansi Shalawat pada Regulasi Diri: Role Model kehidupan Rasulullah

Dalam shalawat, pribadi Rasulullah yang mulia menjadi sebuah orientasi cinta yang diluapkan oleh para jamaah dalam mengagumi dan melapiaskan rasa rindu. Rasulullah menjadi role model bagi setiap umat Islam sebagai sosok manusia sempurna yang memiliki segala kelebihan. Sehingga sudah sepatutnya umat dapat mempelajari setiap lini kehidupan Rasulullah.

Dapat terlihat bagaimana kehidupan sahabat yang selalu menitik tumpukan setiap masalah kehidupan pada Rasulullah sebagai *problem solver*. Hal tersebut bisa ditilik dalam tindak tanduk Rasulullah ketika mengarahkan para sahabatnya. Rasulullah oleh para sahabat dijadikan sebagai *role model*. Tidak segan-segan mereka akan mengajukan pertanyaan saat ada sesuatu yang mengganggu pikiran sahabat, Pada zaman itu, para sahabat sangat beruntung karena mereka mendapatkan pengajaran langsung disaksikan oleh Rasulullah sendiri.. Misalnya mengajari cara berwudu yang benar, maka Rasul akan langsung mempraktikkan atau mendemonstrasikan caranya. Tentu para sahabat akan mengamati dan meniru apa yang telah Rasulullah ajarkan itu.⁸

Meskipun Rasulullah adalah seorang utusan yang diperintah untuk menjadi teladan bagi umat manusia, Beliau tidak serta merta menunjuk jari kepada orang lain untuk melakukan sebuah kebaikan sebelum melakukannya sendiri. Begitu juga dengan larangan. Tidak akan melarang, sebelum Rasul berpaling darinya.

⁸ April Nuur Faaizun, "Model Pembelajaran Rasulullah SAW Dalam Perspektif Psikologi", Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 11, 2014, 29.

Sikap dan tindakan yang Rasulullah teladankan sangatlah sejalan jika disebut *problem solver*. Sebab Rasul menjadi solusi permasalahan umat manusia yang tengah rendah moralnya karena nilai agama tergerus dari kehidupan mereka.⁹

Secara keseluruhan nabi Muhammad merupakan teladan yang dipenuhi dengan sifat sempurna dan sangat sukar untuk mendapatkan sosok pembanding lainnya. Sehingga sifat yang direalisasikan Rasul menjadi figur umat Islam di sesudahnya.¹⁰ Dalam masalah regulasi diri jamaah dalam menghadapi problematika hidupnya, dari data wawancara yang didapatkan dilapangan, sebagai contoh salah satu jamaah dalam menghadapi problematika keluarga. Menurutnya dari kegiatan shalawat dapat dijadikan sebagai sebuah daya gerak dalam menemukan solusi, terlebih dapat meneladani dari kisah hidup Rasulullah. Dalam penelitian ini sebagai salah satu contoh problematika yang dialami oleh jamaah adalah masalah keluarga berupa pertengkaran antara suami istri diakibatkan salah paham atau tidak memahami satu sama lain. Dari pada ini dapat peneliti jabarkan prosesnya sebagai berikut:

1. Penerimaan (*receiving*), merupakan tahap pertama untuk mendapatkan data jamaah yang berkaitan dengan *problem* yang dialaminya. Sebagai contoh dalam shalawat yang menjadi tema ceramah adalah kisah hidup Nabi.¹¹ Pada

⁹ April Nuur Faaizun, "Model Pembelajaran Rasulullah, ... 29.

¹⁰ Nashria Rahayuning, "Model Kepemimpinan Pendidikan Nabi Muhammad Saw", Jurnal Muslim Heritage, Vol. 4, 2019, 266.

¹¹ Proses pengelolaan informasi awalnya terjadi ketika input stimulus baik secara visual atau auditori, lantas mengenai salah satu pancaindera, baik pendengaran, penglihatan, maupun indera perabada. Kemudian, register sensorik yang sejalan akan menerima input yang didapat, dan ia akan menyimpannya sebentar dalam wujud rekanan inderawi. Pada proses ini terjadi perspsi atau pengalan pola yang diartikan sebagai memberikan makna terhadap input stimulus yang masuk. Di dalam proses ini tidak tergolong di dalamnya penamaan, sebab penamaan membutuhkan waktu dan informasi yang hanya berdim di register sensorik. Selengkapnya periksa, Aminah Rehalat,

proses ini dapat terlihat ketika jamaah mendengarkan penyampaian sirah nabi yang memang tidak diprediksi kesesuaian kisah dan problematikanya. Namun akan jamaah reduksi dan diterima kisah yang sesuai dengan problematika hidupnya. Pada tahap ini jamaah mengambil kisah hidup yang paling relevan. Sebagai contoh kisah yang diambil oleh jamaah untuk dijadikan solusi adalah ketika terjadi permasalahan Rasulullah yang diakibatkan oleh fitnah kepada sayyidatina 'Aisyah hingga membuat Rasul akan menalakinya. Pada saat itu Rasulullah tidak langsung gegabah mengambil tindakan tegas. Meskipun banyak orang yang mengobor-oborkan api fitnah atas peristiwa itu.

2. Evaluasi. Pada tahap ini jamaah menganalisa ilmu dan pelajaran yang didapatkan dari isi ceramah serta penghayatan akan makna shalawat. Dari isi ceramah tersebut kemudian diinduksi dan di komparasikan dengan kehidupannya. Pada saat itu jamaah meneliti dalam dirinya di mana saja yang sudah dan belum di lakukan pada hidupnya untuk mengatasi problemnya. Dengan harapan bahwa hal tersebut dapat menjadi solusi pada problemnya tersebut.
3. Perubahan (*triggering*). Melanjutkan dari tahap sebelumnya, pada tahap ini jamaah yang melakukan regulasi diri akan mendapati kondisi jiwanya sempat campur aduk dengan pikiran-pikiran yang berasal dari pembelajaran dan penyesuaian pola sikap yang di pilih untuk menuntaskan permasalahan. Kadang dalam batin terdapat kontradiksi dan kadang muncul relevansi. Akan juga muncul perasaan gelisah dan khawatir akan keberhasilan dari sebuah

"Model Pembelajaran Pemrosesan Informasi", Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial, Vol. 23, No. 2, 2014.

solusi yang akan diambilnya, kendati saat itu masih dalam kebingungan dalam mengambil keputusan atas sebuah solusi. Hal ini memang dikarenakan dalam hati jamaah memiliki harapan besar untuk penyelesaian masalah yang dihadapi.

4. Pencarian solusi (*searching*). Pada tahap ini ia mulai mengenali diri dan menyadari bahwa ia harus bersikap solutif dan meminimalisir segala pertentangan, sehingga dapat mengambil solusi yang paling besar kemungkinan kebaikannya. Pada saat inilah jamaah akan memperdalam kisah-kisah hidup Rasul sebagai *role model* dalam kehidupan. dalam hal ini jamaah akan mempelajarinya melalui konsultasi ke ustadz maupun mempelajarinya lewat bacaan. Sehingga nanti ditemukan solusi yang tetap secara tekstual dan kontekstual dari kisah Rasul untuk kehidupannya.
5. Perumusan (*formulating*). Jamaah yang telah sampai tahap ini mencoba untuk membuat perencanaan (*planning*) dan pemetaan target-target yang akan dilaksanakan.

Dalam tahap inilah jamaah berusaha untuk membuat sebuah rumus dalam menyelesaikan permasalahan yang ia hadapi. Bermodal dari kisah-kisah Rasulullah yang didengarkan saat penjelasan dalam prosesi shalawat ditambah referensi dari ulama-ulama masyhur yang memiliki karya tulis terkait. Jamaah mencari sinkronisasi masalah dengan solusi darinya, melalui reduksi data yang ia dapatkan sehingga pada tahap ini strategi telah ia genggam untuk dijalankan. Semisal dalam meredam dan menanggulangi pertengkaran keluarga. Jamaah pertama mencari penyebab dari terjadinya

problem. Kedua melihat bagaimana problem itu terjadi, dari siapa yang memulai, apa yang di ucapkan dan bagaimana cara menyampaikan kemarahannya. Daripada itu jamaah mencoba mengulik kembali dengan memadukan referensi data dokumentasi dan literasi yang di dapatkan mengenai sirah Rasulullah.

6. Penerapan atau pengaplikasian (*implementing* atau *aplikating*). Pada tahap ini jamaah melakukan pengaplikasian dari *planning* yang telah disusun pada tahap ke lima. Dengan catatan dari tahap pertama sampai pada tahap ini memiliki sinkronisasi tahap, supaya mendapatkan hasil yang signifikan. Karena pada tahap inilah akan terjadi penerapan segala telah dirumuskan dengan berbagai pertimbangan. Keteraturan juga menjadi kunci meraih tujuan yang ditargetkan. Meskipun begitu, pada keadaan tertentu jika sinkronisasi di rasa tidak terdapat problem maka jamaah dapat melakukan modifikasi cara yang ditempuh untuk lebih menyesuaikan.
7. Pengukuran efektivitas (*assessing*). Pada tahap ini jamaah melihat seberapa keberhasilan dari formula dan planning yang telah di susun dan diterapkannya dalam problematika yang dialami. Dalam proses inilah jamaah melakukan evaluasi dari semua rencana yang telah ia rumuskan. Ia menganalisis presentase keberhasilan dan kegagalan. Mana hal yang bisa dilanjutkan dan mana hal yang perlu diubah, diperbarui, atau di hilangkan.

Tidak disangka bahwa shalawat sangat relevan sebagai media penyelesaian problematika hidup pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Dalam analisis ini dapat di tarik dengan studi teori regulasi diri yang ada dalam studi kejiwaan

kemudian disinkronkan dengan proses yang dilakukan jamaah shalawat Al-Muhajirin Jojoran. Secara spesifik, jamaah telah melakukan tahap-tahap yang bisa dikatakan memiliki kemiripan bahkan sesuai dengan proses regulasi diri dari teori kejiwaan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dapat di ketahui bahwa shalawat memberi pengaruh yang signifikan bagi jiwa khususnya pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Terbukti bahwa saat mengikuti majelis, jamaah merasa jiwanya tenang dan damai, terhindar dari rasa cemas, gelisah dan gundah. Sehingga dapat lebih tenang dalam menghadapi kehidupan yang kompleks dengan problematiknya.

Tidak disangka bahwa shalawat sangat relevan sebagai media penyelesaian problematika hidup pada jamaah shalawat al-Muhajirin Jojoran. Dalam analisis ini dapat di tarik dengan studi teori regulasi diri yang ada dalam studi kejiwaan kemudian disinkronkan dengan proses yang dilakukan jamaah shalawat Al-Muhajirin Jojoran. Secara spesifik, jamaah telak melakukan tahap-tahap yang bisa dikatakan memiliki kemiripan bahkan sesuai dengan proses regulasi diri dari teori kejiwaan.

B. Saran

Hasil penelitian tidak lebih hanya sekelumit deskripsi atas telaah spritualitas dalam pengaruhnya pada kejiwaan. Di mana potensialitas digali secara mendalam untuk diaktualisasikan dalam proses menjalani hidup bagi para pecinta Shalawat. Urgensitas dan progresivitas atas pengembangan seyogyanya menjadi tujuan yang harus dapat dicapai. Maka dari itu karya ini tidak lengkap jika tanpa kritik dari para pembaca.

Begitu juga sebagai sebuah ilmu pengetahuan haruslah dapat hidup berdampingan dengan semangat spiritualitas, sehingga kekeringan dunia pengetahuan dapat dibasahi dengan spiritual, dan dunia spiritual dapat diterangi dengan ilmu. Oleh karena itu penelitian ini haruslah ada pengembangan dengan melanjutkan penelitian terkait. Sampai pada akhirnya dapat menjadi sebuah formula bagi masyarakat spiritual khususnya dalam manajemen diri.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Daftar Pustaka

- Hendrianur, 2015. "Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi", Jurnal Psikologi Volume 3, Samarinda: UNMUL.
- Rizqiyah, Ni'matur, 2016. "Pengaruh Strategi Regulasi Diri dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi", Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Ghufron, N. dan Risnawati R, 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sukiati, 1993. "Tanggung Jawab dan Pengukurannya: Penelitian Berbagai Dimensi Tanggung Jawab dan Pengukurannya Pada Mahasiswa Universitas Indonesia, Jakarta: Disertasi Universitas Indonesia.
- Sarajar, Dewita Karema, 2016. "Pengaruh Pelatihan Self-Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" Jurnal InSight Vol. 18, Yogyakarta: Universitas Mercu Buana.
- Fitria, Lukmawati, 2016. "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang", Palembang: UIN Raden Fatah.
- Agustin, Ary Ginanjar, 2001. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ*, Jakarta: Arga.
- Gunarsa, Singgih D, 2000. *Konseling dan Psikoterapi*, Cet III, Jakarta: Gunung Mulia.
- Hendrianur, 2015. "Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi", Jurnal Psikologi Volume 3, Samarinda: UNMUL.
- Ni'matur Rizqiyah, 2016. "Pengaruh Strategi Regulasi Diri dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi", Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Hanurawan, Fattah, 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Conny R. Semiawan, TT. *Metode Penelitian Kualitatif*, TK: Grasindo.

- Muhadjir, Noeng, 2002. *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Zulfikar dan I. Nyoman Budiantara, 2014. *Manajemen Riset dengan Pendekatan Komputasi Statistika*, Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Surahman, Winarno, 1975. *Dasar-dasar Teknik Research*, Bandung: Transito.
- Azwar, Saifudin, 1998. *Metode Penelitian*, Jakarta: CV Rajawali.
- Prastowo, Andi, 2010. *Menguasai Teknik-teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Diva Press.
- Mahmud, 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia.
- Nasution, S, 2002. *Metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif*, Bandung: Tarsito.
- Rosa, Lely Febrina, 2018. “Hubungan Antara Harapan Lulus Tepat Waktu dan Regulasi Diri Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi”, Skripsi, Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Gufron, M. Nur & Rini Risnawati S, 2010. *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Chairan, Lisyia dan Subandi, 2010. *Psikologi Santri Penghafal al-Quran*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Melsani, 2018. “Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana di Rumah Tahanan Negara (RUTAN) Kelas II B Menggal, Kabupaten Tulang Bawang”, Skripsi, Lampung: UIN Raden Intan.
- Aini, Adrika Fitrotul, 2014. “Living Hadis dalam Tradisi Malam Kamis Majelis Shalawat Addba’bil-Mustafa”, *International Journal of Islamic Studies*, Banda Aceh: UIN Ar-Raniry.
- Achmad ST, 2007. *Kamus Al-Munawwir Arab –Indonesia-Inggris*, Semarang: Diva Press.
- Muhyidin, Muhammad, 2007. *Sejuta Keajaiban Shalawat Nabi*, Yogyakarta: Diva Press.
- Husnuddu’at, 2002. *Kesaktian Sholawat Nabi*, Cet. III, Surabaya: Dunia Ilmu.
- Syukur, Amin, 2011. *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf*, Semarang: Walisongo Press.

- Abror, Mustaghfirin, 2017. “Urgensi Tradisi Zikir Shalawat Nariyah dalam Membentuk Ketenangan Jiwa” Skripsi, Semarang: UIN Walisongo.
- Khoir, Wisnu, 2007. “Peranan Shalawat dalam Relaksasi Pada Jama’ah Majelis Rasulullah di Pancoran”, Skripsi, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah,
- Aliman, Mansur, 2016. *Muslimah Bahagia Dunia Akhirat*, Yogyakarta: Araska.
- Olivia, Rina, 2016. *Shalawat Untuk Jiwa*, Jakarta: Trans Media Pustaka.
- Djaniel, Maman A, 1998. *Himpunan Sholawat Nabi*, Cet.1, Bandung: Pustaka Setia.
- Mz, Labib, 1995. *Keutamaan Sholawat Nabi*, Surabaya: Bintang Usaha Jaya.
- Tika, Aprilia, 2000. *The Amazing Sholawat*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Khoir, Wisnu, 2007. *Peranan Shalawat dalam Relaksasi Pada Jama’ah Majelis Rasulullah di Pancoran*, Skripsi, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Kamaluddin, 2016. *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah Saw*, Jakarta: Pustaka Ilmu Semesta.
- Amin, Arwani, 2015. *99 Cahaya Kebajikan*, Cilapap: Bismillah Press.
- Olivia, Rima 2016. *Shalawat untuk Jiwa*, Jakarta Selatan: Trans Media Pustaka.
- Chakimah, Risti Lia, 2017. “Pembentukan Karakter Cinta Rasul Pada Santri Melalui Kegiatan Pembacaan Shalawat di Pondok Pesantren Al-Hidayah Karangsucu, Purwokerto, Kabupaten Banyumas”, Purwokerto: IAIN Purwokerto.
- Ilyah, Yunahar, 1992. *Kuliah Aqidah Islam*, Yogyakarta: LPPI.
- Ningsih, Puji Rahayu, 2018. “Terapi Shalawat Untuk Mengurangi Tingkat Agresivitas Remaja di Dusun Krajan desa Rejosari Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung”, Skripsi-S1 IAIN Tulungagung.
- Olivia, Rima, 2016. *Shalawat Untuk Jiwa*, Jakarta: Transmedia Pusaka.
- Habibillah, Muhammad, 2014. *Shalawat Pangkal Bahagia*, Yogyakarta: Safirah.
- Abror, Mustaghfirin, 2017. “Urgensi Tradisi Zikir Shalawat Nariyah Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa :Studi pada Santri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Brabo Tanggunharjo Kabupaten Grobogan”, Skripsi-S1, UIN Walisongo Semarang.

- Sikwandi, Aris, 2016. "Pengaruh Terapi Shalawat Nabi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso" Skripsi-S1, Universitas Muhammadiyah Jember.
- Faaizun, April Nuur, 2014. "Model Pembelajaran Rasulullah SAW Dalam Perspektif Psikologi", Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 11.
- Nashria Rahayuning, 2019. "Model Kepemimpinan Pendidikan Nabi Muhammad Saw", Jurnal Muslim Heritage, Vol. 4.
- Rehalat, Aminah, 2014. "Model Pembelajaran Pemrosesan Informasi", Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial, Vol. 23, No. 2.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A