

**PENDEKATAN TERAPI ZIKIR DAN DOA UNTUK
MENGEMBANGKAN DISIPLIN IBADAH (STUDI KASUS
SANTRIWATI PESANTREN HIDAYATUL
MUBTADIN AL-AZIZIYAH)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**NADYA ULFA
NIM. 190402099**

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2026 M/ 1447 H**

SKRIPSI

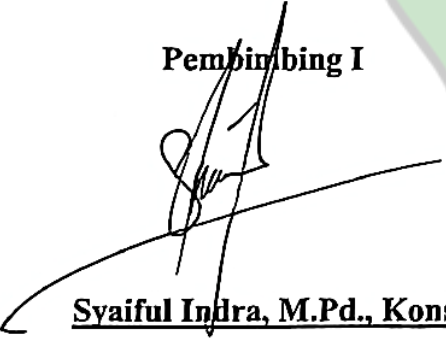
Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh

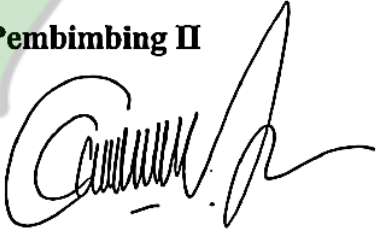
NADYA ULFA
NIM. 190402099

Disetujui Oleh:

Pembimbing I


Syaiful Indra, M.Pd., Kons
NIP. 199012152018011001

Pembimbing II


Rizka Heni, M.Pd.
NIP. 199101022025212009

SKRIPSI

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas
Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan Sebagai Tugas Akhir untuk
Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

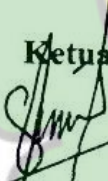
Diajukan Oleh:
NADYA ULFA
NIM. 190402099

Pada Hari/Tanggal


Selasa, 27 Januari 2026 M
08 Syakban 1447 H

Di
Darussalam – Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

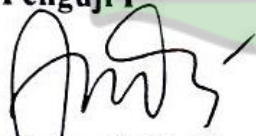
Ketua


Syaiful Indra, M.Pd., Kons
NIP. 199012152018011001

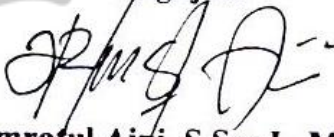
Sekretaris


Rizka Heni, S.Sos.I., M.Pd
NIP. 199101022025212009


Penguji I


Juli Andriyani, M. Si
NIP. 197407222007102001

Penguji II


Zamratul Aini, S.Sos.I., M.Pd
NIP. 199102102025212021

Mengetahui Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry


Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Nadya Ulfa
NIM : 190402099
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi berjudul “Pendekatan Terapi Zikir dan Doa untuk Mengembangkan Disiplin Ibadah (Studi Kasus Santriwati Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah)” ini tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan saya ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 13 Januari 2026
Yang menyatakan,



Nadya Ulfa

NIM. 190402099

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas limpahan rahmat serta hidayah-Nya, skripsi dengan judul “Pendekatan Terapi Zikir dan Doa Untuk Mengembangkan Disiplin Ibadah (Studi Kasus Santriwati Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah)” dapat terselesaikan dengan baik.

Shalawat dan salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari alam kebodohan menuju alam yang terang benderang dengan ilmu pengetahuan. Alhamdulillah, skripsi ini telah selesai guna memenuhi syarat kelulusan untuk meraih gelar sarjana di Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Penyusunannya tidak lepas dari rintangan dan ujian. Namun, berkat bantuan, kerja sama, dan kemudahan dari berbagai pihak, hambatan dapat dilalui. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Terkhusus ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada kedua orangtua, ibunda Fadhlina dan ayahanda Faisal Fuady yang senantiasa mencurahkan dukungan moral maupun finansial serta doa yang tiada putus selama penulis menempuh jenjang pendidikan ini. Untuk adik, Rajul Fuzari dan Zahratul Muna, yang menyediakan waktu untuk penulis berbagi suka duka hingga skripsi ini selesai.
2. Teristimewa untuk suami, Aldo selaku pasangan penulis. Terima kasih atas segala kesabaran, pengertian, dukungan luar biasa serta menjadi sandaran yang kuat selama penulis menempuh pendidikan. Juga untuk

buah hati tercinta, M. Zafran Al-Murafi, yang lahir selama proses penulisan skripsi. Keberhasilan ini adalah untuk kalian.

3. Terima kasih sebesar-besarnya kepada pembimbing Bapak Syaiful Indra, M.Pd.,Kons, dan Ibu Rizka Heni, M.Pd, yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini.
4. Kepada Ibu Prof Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan segenap civitas academica Fakultas Dakwah dan Komunikasi, terima kasih atas bantuan dan arahan yang telah diberikan kepada penulis selama masa studi.
5. Kepada Ibu Dr. Ismiati M. Si selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Ar-Raniry serta Bapak/Ibu dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam atas ilmu, dedikasi, dan arahan yang diberikan selama masa perkuliahan.
6. Kepada Tgk Ismail M. Kasem dan Ummi Nurhayati Z.A yang telah mengizinkan penulis menimba ilmu dan melakukan penelitian. Semoga bantuan dan kebaikan yang diberikan menjadi amal jariyah bagi seluruh keluarga besar Dayah.
7. Untuk teman dekat penulis, Nilvia Maisurah, Dinda Maghfirah dan kak Ade Irma Suryani Lubis terima kasih telah menjadi pendengar yang baik serta teman bertukar pikiran selama masa perjuangan kuliah hingga penyelesaian skripsi ini.
8. Untuk sahabat tersayang, almarhumah Uswatul Hasanah, meski raga tak lagi bersama dalam menyelesaikan perjuangan kuliah ini, namun semangat

dan kenangan indahny selalu menemani penulis dalam merampungkan skripsi.

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, atas segala saran, kritik dan masukan membangun yang diberikan demi kesempurnaan naskah skripsi ini.

Banda Aceh, 20 Januari 2026

Penulis



ABSTRAK

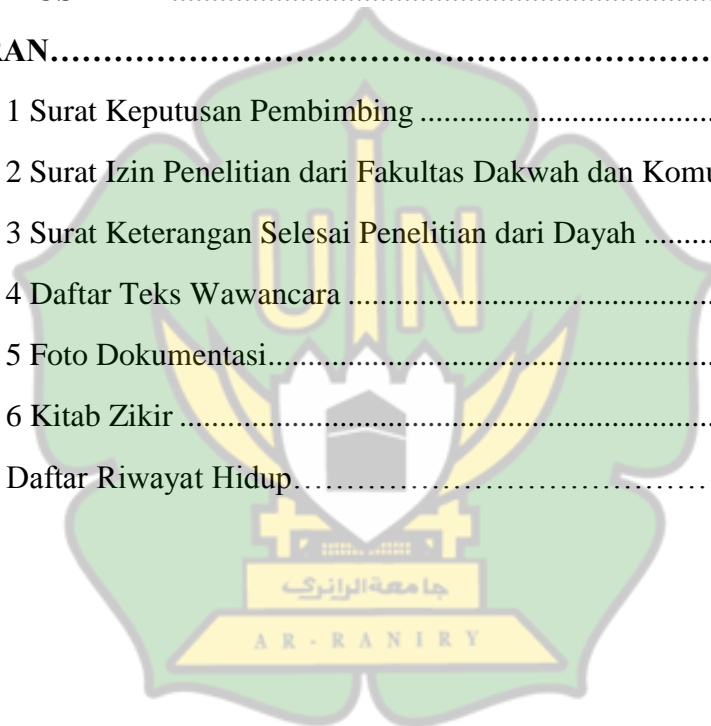
Disiplin ibadah merupakan bentuk ketaatan dan kepatuhan dalam melaksanakan perintah Allah SWT yang mencerminkan kesadaran spiritual dan tanggung jawab seorang muslim. Namun, fenomena di Dayah Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah menunjukkan masih adanya santriwati yang belum disiplin dalam beribadah, sehingga diperlukan pendekatan terapi zikir dan doa sebagai upaya pembinaan dan pembiasaan spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan dan peran terapi zikir dan doa dalam mengembangkan disiplin ibadah santriwati di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah, Desa Uteun Sikumbang, Kecamatan Peulimbang, Kabupaten Bireuen. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang memungkinkan peneliti memahami fenomena secara mendalam melalui pengalaman langsung para subjek penelitian. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Informan penelitian yaitu santriwati, sehingga informasi yang diperoleh bersifat lengkap dan autentik. Teknik analisis data menggunakan analisis kualitatif induktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk menemukan tema dan pola yang relevan serta menjawab rumusan masalah penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi zikir dan doa dilakukan secara terjadwal, berkelompok, dan berjamaah. Proses ini membiasakan santriwati untuk disiplin dalam menjalankan ibadah, khususnya shalat berjamaah, melalui pembiasaan, kebersamaan, dan dukungan lingkungan pesantren. Santriwati awalnya menghadapi tantangan adaptasi karena perbedaan kurikulum, budaya pesantren, motivasi, dan kebiasaan ibadah yang lebih teratur. Terapi zikir dan doa berperan sebagai media pembinaan karakter religius. Kegiatan ini memperkuat disiplin shalat berjamaah, membangun kebiasaan ibadah positif, meningkatkan kedekatan sosial, dan mendukung adaptasi santriwati dalam kehidupan pesantren. Temuan ini sejalan dengan konsep ibadah dalam Islam, yang mencakup dimensi lahir dan batin, vertikal (*hablun minallah*) maupun horizontal (*hablun minannas*), serta teori terapi Islami yang menekankan manfaat spiritual, emosional, dan psikologis dari zikir dan doa.

Kata Kunci: Terapi Zikir, Doa, Disiplin Ibadah, Santriwati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Operasional.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Penelitian Sebelumnya yang Relevan	11
B. Konsep Ibadah.....	13
1. Pengertian Ibadah.....	13
2. Tujuan dan Kegunaan Ibadah.....	17
3. Macam-macam Ibadah.....	20
4. Aspek dalam Ibadah.....	28
C. Pendekatan Terapi Zikir dan Doa	31
1. Pengertian Terapi Zikir	31
2. Pengertian Terapi Doa.....	34
3. Tahapan-tahapan Terapi Islami.....	36
4. Fungsi dan Kegunaan Terapi Zikir dan Doa	37
5. Pengaruh Terapi Terhadap Disiplin Ibadah	41
D. Disiplin Ibadah	44
1. Pengertian Disiplin Ibadah	44
2. Disiplin dalam Perspektif Islam	46
3. Bentuk-bentuk Disiplin Ibadah.....	47
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Disiplin Ibadah.....	49
5. Disiplin Ibadah dalam Konteks Pesantren.....	51
E. Konsep Santriwati	53
1. Pengertian Santriwati	53
2. Tugas dan Tanggung Jawab Santriwati	54
3. Kebutuhan Santriwati.....	56
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Jenis dan Metode Penelitian.....	58
B. Subjek Penelitian.....	59

C. Teknik Pengumpulan Data.....	60
D. Teknik Analisis Data.....	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	66
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	66
B. Hasil Penelitian	69
C. Pembahasan.....	77
BAB V PENUTUP.....	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN.....	95
Lampiran 1 Surat Keputusan Pembimbing	95
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi	96
Lampiran 3 Surat Keterangan Selesai Penelitian dari Dayah	97
Lampiran 4 Daftar Teks Wawancara	98
Lampiran 5 Foto Dokumentasi.....	99
Lampiran 6 Kitab Zikir	101
Lampiran Daftar Riwayat Hidup.....	102



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Disiplin adalah ketaatan (kepatuhan) pada peraturan atau tata tertib dan lain sebagainya. Disiplin dapat muncul karena adanya kesadaran bahwa akan mendapatkan kesuksesan dalam segala hal.¹ Mengkaji dari sudut pandang keagamaan, disiplin adalah jenis patuh atau perilaku yang terpuji. Agama mengajarkan bahwa patuh dan taat boleh dilaksanakan hanya pada hal-hal yang tidak melanggar larangan Tuhan. Adapun ibadah secara etimologi berarti patuh, tunduk dan merendahkan diri di hadapan yang Maha Kuasa.² Disiplin ibadah adalah sifat kepatuhan, ketaatan dalam melakukan perbuatan berdasarkan peraturan yang telah sah.

Menurut Soegeng Prijodarminto disiplin adalah kondisi yang terwujud melalui berbagai perilaku dan proses yang membawa nilai kepatuhan, keteraturan, kesetiaan dan ketertiban.³ Jadi disiplin mempengaruhi setiap manusia dalam kehidupan kesehariannya. Salah satunya disiplin dalam bidang ibadah sebagai perintah Allah.

Segala pekerjaan akan berjalan baik jika diikuti dengan rasa disiplin, begitu juga dalam hal ibadah. Disiplin yang dimaksud adalah melaksanakan sesuatu yang menuntut seseorang taat pada peraturan dan perintah yang sah.

¹ Martina Embong, *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII Pada SMP Negeri 1 Suppa Melalui Layanan Bimbingan Sosial*, Jurnal Kependidikan Media, Vol 10, No. 2, (SMP Negeri 1 Suppa), Tahun 2021, hal 105.

² Khoirul Abror, *Fiqh Ibadah (Yogyakarta: Phoenix Publisher, 2019) hal 1*

³ Syaiful Muhammad, *Pengaruh Kedisiplinan Beribadah Di Sekolah Terhadap Kedisiplinan Beribadah di Rumah Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 16 Pekanbaru skripsi* (Riau: UIN Sultan Syarif Kasim Riau 2020) hal 2

Dengan kata lain, disiplin adalah sikap taat perintah tanpa pamrih. Membangkitkan kebiasaan dalam beribadah adalah salah satu pertahanan untuk menyelamatkan moral dari perbuatan buruk yang saat ini menimpa masyarakat.

Sedangkan ibadah secara umum adalah kegiatan manusia yang berdasarkan pada keikhlasan, tunduk dan patuh kepada Allah SWT. Adapun secara khusus, ibadah adalah perbuatan yang dicakup pada tata cara dan rincian yang sudah Allah dan rasul tetapkan, seperti shalat, puasa dan haji.⁴ Asal kata ibadah adalah *'abada, yu'abidu, 'ibadatan* artinya mempersembahkan, tunduk, menyembah, patuh dan taat. Ibadah merupakan rasa tunduk hati yang mendalam dan sempurna beriringan dengan sikap dan perbuatan berupa ibadah kepada Allah SWT, yaitu keseluruhan ibadah yang diperintahkan Allah dan meninggalkan hal yang dilarang-Nya.⁵

Ibadah merupakan sebuah kata untuk keseluruhan hal yang diridhai dan dicintai Allah SWT baik perbuatan, perkataan dan yang tampak ataupun tidak tampak, contohnya shalat, puasa, zakat, haji, berbuat baik, doa, zikir, membaca al-Quran dan sebagainya. Mencintai Allah dan Rasul, takut kepada Allah, ikhlas dalam beribadah, berserah diri dan takut siksaan-Nya adalah hal yang termasuk beribadah kepada Allah yang bertujuan mendapatkan cinta serta ridha dari Allah. Sebagaimana diutusnyanya para nabi dan rasul dalam mengajak umat untuk beribadah.⁶ Jadi ibadah adalah bentuk usaha dari manusia untuk membentuk

⁴ M. Hasby Ash Shiddieqy, *Kuliah Ibadah*, (Jakarta; Bulan Bintang, 1994) hal. 1.

⁵ Zurinal Z dan Aminuddin, *Fiqh Ibadah*, (Jakarta: Lembaga Penelitian UIN Syarif Hidayatullah, 2008), Cet ke-1, hal 26

⁶ Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah, alih bahasa Mu'ammal Hamidy, *AL 'UBUDIYAH hakikat penghambaan manusia kepada Allah*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd dengan izin khas dari penerbit PT Bina Ilmu Surabaya, 1983), hal 6-7.

muslim agar totalitas dalam menyerahkan diri pada Allah SWT karena ridha dan cinta Allah didatangkan dari ibadah.

Ibadah dalam pemahaman pendekatan filosofis memberi makna untuk setiap penemuannya, menangkap hikmah dan pokok ibadah sehingga tidak menghadirkan rasa hampa dan keringnya spiritual dalam pelaksanaannya.⁷ Hal sebenarnya adalah naluri dalam mencari sesuatu sempurna, tak ada kecacatan. Secara jelas, ibadah merupakan kondisi manusia melepaskan kendala dirinya dan menjalin ikatan dengan kenyataan yang bersifat abadi dan sempurna.⁸ Dalam praktiknya ada ibadah yang dilaksanakan secara pribadi namun ada pula ibadah-ibadah wajib yang dikoordinir oleh satu lembaga, seperti lembaga pendidikan atau pesantren. Salah satunya adalah dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah.

Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah adalah salah satu lembaga pendidikan di Kecamatan Peulimbang Kabupaten Bireuen. Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah memiliki sejumlah program seperti pengajian Al-Quran, pengajian kitab kuning, shalat berjamaah, pembacaan yasin, shalawat, murajaah dan pengajian malam. Kegiatan praktek ibadah diselenggarakan dengan tujuan untuk membiasakan santriwati taat beribadah dan istiqamah dalam kehidupan sehari-hari dan melaksanakan ibadah tersebut dengan kesadaran dan kedisiplinan yang tinggi.

Namun fenomena yang terjadi dan informasi yang penulis temukan di lokasi penelitian, masih ada santriwati yang tidak disiplin dalam beribadah. Hal

⁷ Sarah Nur Rahmawati, Achmad Khudori Soleh, *Memahami Islam Dalam Perspektif Filosofis*, Risalah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam <https://jurnal.faiunwir.ac.id>, Vol 10, No.2 (June) 2024, hal 639.

⁸ Ibid, hal 643

tersebut terlihat dari gejala-gejala seperti adanya santriwati yang malas mengerjakan shalat berjamaah di musalla dan tidak mengerjakan shalat sunnah rawatib. Bahkan fenomena yang menarik perhatian penulis adalah adanya santriwati yang lebih bersemangat ibadah sunnah seperti puasa dan membaca al-Quran daripada shalat fardhu berjamaah yang diwajibkan oleh dayah. Kenyataanya shalat berjamaah mendapatkan pahala lebih banyak jika dibandingkan shalat sendirian.⁹

Shalat adalah ibadah yang memperoleh kedudukan dan nilai yang tinggi apabila dipilih melalui peringkat dari masing-masing tuntunan agama yang tidak mampu diraih dari amal ibadah yang lain.¹⁰ Dalam Islam, shalat tidak dikerjakan sendiri, namun Islam mengajarkan untuk shalat secara berjamaah bersama di masjid. Bagi kaum yang meninggalkan shalat berjamaah, Rasulullah berkeinginan keras untuk membakar rumah-rumah mereka karena mengasingkan diri dari masyarakat.¹¹

Untuk mengembangkan disiplin ibadah di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah, diperlukan terapi zikir dan doa sebagai pembiasaan dalam beribadah. Terapi ini tidak hanya berfokus pada pelaksanaan ibadah secara lahiriah, tetapi juga bertujuan membangun kesadaran batiniah melalui penghayatan makna zikir dan doa. Dengan pembiasaan yang terarah, diharapkan santriwati dapat meningkatkan ketekunan beribadah, menumbuhkan rasa syukur, serta memiliki

⁹ Hasil Observasi Awal pada tahun 2024.

¹⁰ M. J. Bafaqih, *Berjumpa Allah Dalam Shalat*, (Jakarta: Zahra, 2006), hal 110.

¹¹ Yusuf Al-Qardhawi, *Al-Ibadah Fil Islam*, terjemahan Umar Fanani, Ibadah Dalam Islam, Cet. 2 (Surabaya: Bina Ilmu Offset, 2001) hal 408.

ketenangan jiwa dan kekuatan iman sehingga pelaksanaan ibadah menjadi lebih konsisten dan penuh keikhlasan.¹²

Kandungan zikir dan doa adalah pujian kesyukuran yang dapat menyejukkan hati, membangkitkan rasa sabar, membuat jiwa tenang, menumbuhkan rasa kerelaan dan menggugah kesadaran. Keduanya bukan hanya sebagai rasa permohonan untuk belas kasih dari Allah, namun mengarah kepada semangat dan daya juang menuju dampak positif. Zikir dan doa menjadi bukti bahwa kedekatan seorang hamba kepada penciptanya, menjadi bentuk nyata dari rasa syukur yang dikemas oleh rasa setia untuk tunduk dan pasrah terhadap Sang Khaliq. Keduanya juga menjadi manifestasi dari iman, yakin dan tauhid dalam dada manusia.¹³

Zikir dan doa menjadi salah satu media yang langsung direkomendasi oleh Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* dalam mendekatkan diri pada-Nya. Sering terlihat bahwa zikir diiringi dengan seruan doa, yang menunjukkan bahwa selain doa, zikir juga merupakan amalan keagamaan yang tidak kalah penting untuk dilaksanakan. Tidak jarang sebagai manusia, pasti merasakan kelelahan dalam menghadapi masalah kehidupan. Saat itulah manusia membutuhkan pertolongan Allah SWT yang membangun hubungan vertikal, hubungan yang melibatkan Allah dan ciptaan-Nya. Oleh karena itu zikir dan doa sangat penting.¹⁴

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa ibadah zikir dan doa memiliki peran yang sangat penting dalam pembinaan spiritual santriwati. Namun, kenyataannya di lapangan menunjukkan bahwa sebagian santriwati belum

¹² Hasil Observasi Awal pada tahun 2024.

¹³ Saiful Amin Ghofur, *Rahasia Zikir dan Doa*, (Yogyakarta: Darul Hikmah, 2013) hal 30

¹⁴ *Ibid*, hal 135

sepenuhnya memahami makna zikir dan doa serta kaitannya dengan pembentukan disiplin ibadah. Meskipun para santriwati telah mendapatkan pembinaan keagamaan selama bertahun-tahun, tanpa adanya lingkungan yang kondusif dan pengawasan yang konsisten, semangat kedisiplinan ibadah dapat melemah. Akibatnya, santriwati mengalami kesulitan dalam mempertahankan kebiasaan ibadah yang baik, terutama ketika mereka sudah tidak berada di bawah pengawasan pesantren.¹⁵

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah?
2. Bagaimana peran terapi zikir dan doa bagi santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah.

¹⁵ Hasil Observasi Awal pada tahun 2024.

2. Untuk menganalisis peran terapi zikir dan doa bagi santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu di bidang Bimbingan Konseling Islam, khususnya mengenai peran zikir dan doa dalam membentuk disiplin ibadah santriwati. Penelitian ini juga dapat memperkuat landasan teoritis tentang hubungan antara pembiasaan ibadah dengan pembinaan akhlak dan kepribadian muslim.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Santriwati

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya disiplin ibadah dalam membentuk kepribadian muslim yang taat dan berakhlak mulia. Santriwati juga diharapkan terbiasa melaksanakan ibadah wajib dan sunnah dengan penuh kesadaran, bukan hanya karena aturan pesantren, serta memiliki rasa tanggung jawab untuk menjaga konsistensi ibadah baik selama di pesantren maupun ketika kembali ke masyarakat.

- b. Bagi Pesantren

Penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi untuk meningkatkan program pembinaan kedisiplinan ibadah santriwati. Hasil penelitian juga memberikan gambaran nyata tentang kondisi kedisiplinan ibadah di lingkungan pesantren sehingga dapat dijadikan dasar dalam merancang kebijakan pembinaan yang lebih tepat sasaran. Selain itu, pesantren terdorong untuk meningkatkan pengawasan, keteladanan guru, dan pendekatan pembiasaan ibadah yang kreatif serta efektif agar santriwati semakin bersemangat dalam beribadah.

c. Bagi Prodi

Penelitian ini dapat menjadi bahan kajian untuk mengembangkan teori dan praktik bimbingan keagamaan. Hasil penelitian ini juga dapat memperkaya referensi akademik yang relevan dengan kurikulum prodi serta menjadi rujukan bagi mahasiswa dalam penyusunan penelitian selanjutnya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengkaji lebih dalam tentang disiplin ibadah di lingkungan pesantren. Temuan-temuan yang dihasilkan memberikan dasar teoritis maupun data empiris bagi pembahasan disiplin ibadah secara lebih komprehensif.

E. Definisi Operasional

Untuk mencegah kesalahpahaman dan kesilapan dari penulis skripsi ini, maka ada beberapa istilah yang perlu dijelaskan, yaitu:

a. Terapi Zikir dan Doa

Menurut KBBI, terapi ialah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit.¹⁶ Zikir yaitu pujian-pujian kepada Allah yang diucapkan berulang-ulang mengingat Allah dengan menyebut asma-Nya. Doa adalah permohonan kepada Tuhan, permohonan yang bersifat memuji dan memohon pertolongan kepada Tuhan.¹⁷ Secara keseluruhan dapat diartikan terapi zikir dan doa yaitu suatu bentuk pengobatan atau usaha penyembuhan mental dan spiritual yang dilakukan melalui kegiatan mengingat Allah dengan pujian-pujian (zikir) dan memanjatkan permohonan kepada-Nya (doa) secara berulang-ulang dan penuh keikhlasan, dengan tujuan memperoleh ketenangan jiwa, kekuatan batin dan ketentraman hati. Menurut Maturidi, Terapi zikir dan doa adalah pendekatan spiritual Islam yang melibatkan kegiatan rutin mengingat Allah (zikir) dan memanjatkan permohonan atau komunikasi kepada-Nya (doa) sebagai sarana pengobatan hati dan jiwa. Terapi ini berfungsi sebagai metode psikologis dan spiritual yang tidak hanya bertujuan menyembuhkan gangguan hati/emosi, tetapi juga preventif dan konstruktif dalam meningkatkan ketenangan batin, mengurangi kecemasan, memperkuat iman, dan membangun kesadaran diri terhadap tanggung jawab moral dan spiritual.¹⁸ Menurut peneliti, Terapi zikir dan doa adalah pendekatan spiritual Islam yang menggabungkan zikir sebagai bentuk

¹⁶ Tim Penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 1506.

¹⁷ *Ibid*, hal. 1633.

¹⁸ Maturidi, "Zikir Sebagai Terapi Penyakit Hati dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam," *Jurnal Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 5, No. 1 (2022): 15–16.

mengingat Allah dan doa sebagai komunikasi dengan-Nya, untuk menyembuhkan gangguan mental-spiritual, menenangkan jiwa, mengurangi kecemasan, serta memperkuat iman dan kepasrahan diri kepada Allah SWT.

b. Disiplin Ibadah

Menurut KBBI, disiplin adalah ketaatan atau kepatuhan terhadap peraturan atau tata tertib yang berlaku.¹⁹ Ibadah ialah perbuatan untuk menyatakan bakti kepada Allah SWT yang dilakukan dengan mentaati segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.²⁰ Disiplin ibadah adalah sikap patuh dan taat dalam melaksanakan kewajiban ibadah sesuai ajaran Islam. Menurut Ali Trigiyatno, disiplin ibadah adalah sikap patuh dan taat dalam melaksanakan kewajiban ibadah sesuai ketentuan agama, baik dari segi waktu, tata cara, maupun ketentuan syariat, yang dilakukan secara konsisten dan penuh tanggung jawab.²¹ Menurut peneliti, disiplin ibadah adalah kepatuhan dan konsistensi dalam melaksanakan kewajiban ibadah sesuai ajaran Islam dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab untuk membentuk kepribadian muslim yang taat.

¹⁹ Tim Penyusun Kamus Besar..., hal. 358.

²⁰ *Ibid*, 536.

²¹ Ali Trigiyatno, "Disiplin dalam Perspektif Islam," *Suara Muhammadiyah*, 26 Februari 2021, diakses 14 September 2025, <https://web.suaramuhammadiyah.id/2021/02/26/diisiplin-dalam-perspektif-islam/>

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Sebelumnya yang Relevan

Terdapat sejumlah kajian terdahulu yang relevan membahas tentang terapi zikir dan doa. Berikut ini beberapa tulisan atau hasil penelitian yang penulis paparkan, antara lain sebagai berikut:

Pertama, penelitian dari Tarwalis dengan judul skripsi “Dampak Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Kasus di Gampong Baet Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar) tahun 2017. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat mendapat banyak dampak positif dan manfaat dari zikir. Mereka merasakan kenikmatan ibadah, ketenangan jiwa dan juga mendapatkan kesehatan jasmani dan rohani.

Relevansi antara penelitian di atas dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama penelitian lapangan dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan membahas terapi zikir. Perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah fokus masalah yang diteliti. Fokus penelitian ini adalah disiplin ibadah, sedangkan penelitian Tarwalis fokus terhadap ketenangan jiwa yang diperoleh dari zikir.

Kedua, penelitian dari Sinta Safitri dengan judul skripsi “Aktivitas Zikir Sebagai Salah Satu Strategi Terapi Kecemasan Dalam Menghadapi Covid-19 di Yayasan Dayah Raudhatul Jannah, Desa Ateuk Jawo Kecamatan Baiturrahman Tahun 2022. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan hasil wawancara dan observasi. Tujuan penelitian ini sebagai pembuktian, bahwa jika

Allah berkehendak, zikir dapat menjadi obat kesembuhan tidak terkecuali untuk penyakit kecemasan.

Relevansi antara penelitian di atas dengan penelitian peneliti adalah sama-sama mengkaji aktivitas zikir sebagai terapi dan lokasi yang bertempat di lingkup pesantren. Adapun perbedaannya adalah penelitian Sinta Safitri berfokus pada zikir dan kecemasan, sedangkan peneliti tidak hanya fokus pada zikir, namun juga doa sebagai terapi dalam mengembangkan disiplin ibadah. Lokasi penelitian Sinta Safitri dilaksanakan di daerah Baiturahman Kota Banda Aceh, sedangkan peneliti melakukan penelitian di Kecamatan Pelimbang Kabupaten Bireun.

Ketiga, penelitian Deni Sefreni tahun 2023 dengan judul “Peran Zikir Terhadap Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Darul Quran Wal-Hadist di Sumatera Selatan. Relevansi antara penelitian di atas dengan peneliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif dan mengkaji zikir di lingkup pesantren. Adapun perbedaannya adalah penelitian Deni Sefreni, objek penelitian ialah para santri, sedangkan objek peneliti yaitu santriwati dan memiliki fokus penelitian pada pendekatan zikir disertai doa dalam mengembangkan disiplin ibadah serta dirangkai dengan terapi. Lokasi penelitian Deni Sefreni berada di salah satu pondok di Sumatera Selatan sedangkan penelitian yang peneliti lakukan di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah Kecamatan Peulimbang Kabupaten Bireun.

Dari beberapa penelitian di atas, keseluruhan mengenai zikir, penelitian terdahulu belum membahas mengenai terapi zikir dan doa untuk mengembangkan

disiplin ibadah. Maka dari itu penelitian ini memiliki perbedaan dari penelitian sebelumnya.

B. Konsep Ibadah

1. Pengertian Ibadah

Secara bahasa adalah merendahkan diri atau tunduk. Merendahkan diri atau tunduk yang dimaksud berupa pengabdian seorang manusia kepada Allah sebagai pengamalan makhluk yang diciptakan Allah. Sedangkan pengertian ibadah secara istilah adalah perilaku ritual keagamaan yang penting bagi suatu pemeluk agama. Ibadah disebut juga sebagai proses kesatuan ruh dan akal dalam diri manusia agar mendekatkan diri kepada Sang Pencipta.²²

Dasar ibadah dibagi menjadi tiga bagian utama antara lain:

- a. Ibadah dari segi perbuatan fisik dan hati (*badaniyah wa qalbiyah*) ibadah dalam bentuk shalat, puasa, zakat, dan haji.
- b. Ibadah lisan dan hati (*lisaniyah wa qalbiyah*) ibadah dalam bentuk zikir, syukur, membaca Al-Quran, dan berdoa.
- c. Ibadah hati (*qalbiyah*) ibadah dalam bentuk perasaan seseorang seperti rasa takut, rasa cinta, rasa berharap, rasa senang, dan rasa ikhlas.²³

Ibadah adalah bentuk pengujian kepada manusia dalam menyembah Tuhannya. Hal ini mengandung arti bahwa tidak harus mengetahui rahasianya secara rinci. Jika seandainya ibadah haruslah sesuai dengan kemampuan akal dan

²² Muhammad Rifki Asshiddiqei dkk., “Analisis Tentang Konteks Ibadah Menurut Al-Qur’an,” *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, Vol. 2, No. 2, Juni 2024, hlm. 767.

²³ Khotimatul Husna, Mahmud Arif, *Ibadah dan Praktiknya Dalam Masyarakat*, Jurnal Studi Pendidikan Islam, Vol 4, No.2, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga), Tahun 2021, hal 144-146

hikmah, maka bagi orang yang lemah akal untuk mengetahui hikmah tersebut akan meninggalkan ibadah bahkan menjauhinya, karena yang mereka sembah berupa akal dan nafsu, bukan Tuhannya.²⁴

Menurut Imam Al-Ghazali, ibadah sebagai segala sesuatu yang dicintai dan diridhai oleh Allah, baik berupa ucapan maupun perbuatan, lahir maupun batin. Ibadah mencakup seluruh aspek kehidupan yang dilakukan dengan niat untuk mendekatkan diri kepada Allah.²⁵ Sedangkan menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, ibadah adalah segala perbuatan yang disyariatkan oleh Allah dan dilakukan dengan niat untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Ibadah mencakup seluruh aspek kehidupan yang dilakukan dengan niat untuk mendekatkan diri kepada Allah.²⁶

Sarana yang diberi oleh Allah kepada manusia berupa bumi sebagai tempat tinggal dan beribadah kepada-Nya. Berbagai kewajiban lain juga diberikan bertujuan agar manusia jauh dari segala keburukan yang dapat merugikannya di dunia dan di akhirat.²⁷ Amal ibadah akan bernilai ibadah jika terlaksana sesuai tuntunan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya. Sehingga amal taat bernilai sungguh-sungguh di hadapan Allah SWT dan membawa manfaat serta dampak yang baik di dunia dan akhirat.²⁸

²⁴ A. Rahman Ritonga, Zainuddin, *Fiqh Ibadah*, (Jakarta: Gaya Media Pratama, Cet. II, 2002) hal 7

²⁵ Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama*, diterjemahkan oleh Moh. Zuhri, (Jakarta: Republika Penerbit, 2021), hlm. 45.

²⁶ Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Madarijus Salikin: Menapaki Tangga-Tangga Menuju Allah*, diterjemahkan oleh Kathur Suhardi, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2019), hlm. 45.

²⁷ M. Mutawalli Asy Sya'rawi, *Anda Bertanya Islam Menjawab*, (Jakarta: Gema Insani Press, 1999) hal. 23.

²⁸ Samsul Munir Amin, Haryanto Al-Fandi, *Etika Beribadah Berdasarkan Al-Quran dan Sunnah*, (Jakarta: Amzah, Cet 1, 2011) hal 4-5

Setiap ibadah, apabila diteliti setiap rahasia dan hikmahnya tidak ada satupun ditemukan kekosongan di dalamnya. Setiap orang yang menyelami hikmah-hikmah tersebut adalah orang-orang yang jernih pikirannya dan bercahaya hatinya. Dari para muhaqqiq mengatakan: setiap amalan dari akhlak ataupun ibadah yang terpuji dan tercela memiliki hukum pada asal yang tertentu, ada pula hikmah-hikmah yang istimewa dan rahasia yang berkehendak.²⁹

Bagi seorang muslim, ibadah sangat berpengaruh untuk dunia maupun akhiratnya. Berikut beberapa pengaruh positif ibadah dan amal shalih dalam hidup seorang muslim, antara lain:

- a. Memberikan kesatuan orientasi dan satuan dari tujuan semua aspek kehidupan. Ridha pada setiap apa yang ditinggalkan dan dilakukan kepada Allah dengan segala amal usaha tanpa rumit, penggolongan, dan bertentangan dalam hidup dan kepribadiannya.
- b. Membangun akhlak dan kehidupan seorang muslim dengan motif rabbani dan berorientasi kepada Allah SWT pada setiap hal yang dilaksanakannya disertai niat yang tekun dan tenggelam dalam ibadah. Hal tersebut dapat menggerakkan amalan-amalan yang berfaedah dan memudahkan segala sesuatu.³⁰ Allah berfirman dalam Al-Quran surah Az-Zariyat ayat 56 yang berbunyi:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya:

²⁹ Tengku Muhammad Hasbi Ash-Shiddiqy, *Kuliah Ibadah*, (Semarang, PT. Pustaka Rizki Putra, 2011), hal 71

³⁰ Yusuf Al-Qardawy, *Pengantar Kajian Islam*, (Jakarta, Pustaka Al-Kautsar, 1997) hal 100-101

“*Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku*”.³¹

Dari ayat di atas Allah memberitahukan bahwa hikmah penciptaan jin dan manusia adalah mengerjakan ibadah kepada Allah. Allah Maha Kaya, tidak memerlukan ibadah mereka, hanya merekalah yang membutuhkan-Nya. Mereka hidup bergantung kepada Allah sehingga mereka menyembah-Nya mengikuti syariat. Maka siapa saja yang menangkai untuk beribadah kepada Allah, ia termasuk golongan yang sombong. Dan siapa saja yang menyembah-Nya sesuai syariat, maka dia termasuk orang yang mengesakan Allah (mukmin *muwahhid*).³²

Harun Nasution mengemukakan berkenaan dengan ibadah dalam Islam tidak memiliki tujuan Allah disembah seperti arti penyembahan dari agama-agama primitif. Seperti ayat di atas mengartikan bahwa manusia diciptakan untuk beribadah kepada Allah SWT, berupa mengerjakan shalat, puasa, haji, dan zakat. Kata “*liya’budun*” memiliki arti pengabdian, beribadah, dan dipuja manusia, karena Allah SWT memiliki sifat Maha Sempurna sehingga tidak layak berhajat kepada siapapun. Oleh karena itu kata “*liya’budun*” lebih tepat apabila diartikan patuh dan tunduk, sehingga arti ayat tersebut lebih sempurna dalam kata muslim dan muttaqin yaitu tunduk, menyerah, dan menjaga diri dari hukuman Allah di hari kiamat.³³

³¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019), hlm. 523.

³² Jamaluddin, Said Maskur, Shabri Shaleh Anwar, *Konsep Ibadah Zikir dan Doa Terbaik*, (Depok Sleman Yogyakarta, Kalimedia, 2020) hal 4

³³ Harun Nasution, *Islam: Ditinjau dari Berbagai Aspeknya*, (Jakarta: UIP, 1985), Jilid 1, hal 38

Penggunaan ibadah menurut M. Quraish Shihab bahwa pada mulanya ibadah mencakup segala perbuatan manusia yang ditujukan sebagai pengabdian kepada Allah, baik secara aktif ataupun pasif. Dalam ilmu fiqih, kata tersebut kemudian dikhususkan dalam hal-hal tertentu, contohnya bersuci (*thaharah*), puasa (*siyam*), zakat, dan haji. Secara segi sistematis, hal tersebut dapat ditoleransi, namun bukan mengartikan ibadah hanya terbatas pada hal itu saja.³⁴

Sementara Muhammad Syalthut berkata bahwa ibadah merupakan bagian dari syariat yang berfungsi mengatur perbuatan muslim agar mendekatkan diri kepada Tuhannya, menjadikan-Nya penolong dalam iman, merasakan kehadiran-Nya, merasakan pengawasan-Nya, dan senantiasa berharap keridhaan-Nya.³⁵

Dalam pandangan Al-Ghazali, dunia adalah pusat perhatian manusia, sehingga mudah bagi manusia lupa akan Tuhannya dan tergoda oleh setan selama keseluruhan proses ini tanpa berhenti. Pada aspek lainnya, selama manusia itu mencurahkan semua perhatian untuk berzikir dan berdoa kepada Tuhan, maka hanya tersisa sedikit ruangan untuk godaan setan. Zikir mempunyai awal dan akhir, menimbulkan perasaan (keakraban, kehangatan, dan keintiman hubungan). Hingga akhirnya zikir menimbulkan perasaan dan cinta dan bersumber pada keduanya.³⁶

2. Tujuan dan Kegunaan Ibadah

³⁴ M. Quraish Shihab, "Membumikan" Al-Quran: Fungsi dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat (Bandung: Mizan, 1994) hal 383

³⁵ Muhammad Syaltut, *Al-Islam: 'Aqidah dan Syari'ah*, terjemahan Fachruddin HS (tk.: Dar al-Qalam, 1996) hal. 77.

³⁶ Al-Ghazali, *Asrar Al-Azkar wa Ad-Da'awut*, alih Bahasa, Muhammad Al-Baqir, *Rahasia Zikir dan Doa*, (Bandung: Karisma, 1999) hal 38

Ibadah dalam Islam memiliki makna yang luas dan tidak hanya terbatas pada ritual formal, tetapi mencakup seluruh aspek kehidupan seorang Muslim. Ibadah dilakukan dengan tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan memberikan manfaat bagi kehidupan pribadi maupun sosial.

a. Tujuan Ibadah

- 1) Mendekatkan diri kepada Allah. Tujuan utama ibadah adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Setiap tindakan ibadah, baik berupa shalat, puasa, zakat, maupun haji, dilakukan dengan niat ikhlas untuk meraih ridha-Nya. Dengan mendekatkan diri kepada Allah, seorang hamba akan mendapatkan ketenangan batin dan rasa aman dalam hidup.
- 2) Meningkatkan keimanan dan ketakwaan. Ibadah berfungsi sebagai sarana menumbuhkan iman dan ketakwaan. Seorang Muslim yang rutin melaksanakan ibadah akan terbiasa taat pada perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya, sehingga keimanan dan ketakwaannya semakin kuat.
- 3) Membentuk disiplin dan kontrol diri. Banyak ibadah, seperti shalat lima waktu dan puasa Ramadhan, menuntut kedisiplinan dalam waktu serta kemampuan menahan diri dari hal-hal yang dilarang. Proses ini membentuk karakter yang teratur dan mampu mengendalikan hawa nafsu.
- 4) Mendapatkan pahala dan ridha Allah. Setiap ibadah yang dilakukan dengan ikhlas akan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Ibadah menjadi sarana untuk memperoleh keberkahan, keselamatan di dunia, dan kehidupan akhirat yang lebih baik.

5) Sarana pembinaan sosial. Ibadah tertentu seperti zakat, infak, dan sedekah memiliki manfaat sosial yang nyata. Selain mendekatkan diri kepada Allah, ibadah ini juga membantu masyarakat yang membutuhkan, mengurangi kesenjangan ekonomi, dan memperkuat solidaritas sosial.³⁷

b. Kegunaan Ibadah

- 1) Membentuk akhlak mulia. Ibadah mengajarkan perilaku dan akhlak yang baik, seperti ketertiban, kesabaran, dan kepedulian terhadap sesama. Contohnya, shalat mengajarkan manusia untuk disiplin dan berempati pada kondisi orang lain.
- 2) Menumbuhkan rasa syukur. Melalui ibadah, seorang Muslim belajar untuk selalu bersyukur atas nikmat Allah, baik berupa kesehatan, rezeki, maupun keselamatan dalam hidup sehari-hari.
- 3) Menjadi sarana refleksi diri. Ibadah seperti doa dan puasa memungkinkan seseorang untuk merenungkan perilaku diri, mengevaluasi perbuatan, dan meningkatkan kualitas diri secara spiritual.
- 4) Menjaga hubungan sosial. Ibadah sosial seperti zakat dan sedekah memperkuat ikatan antarindividu, membangun masyarakat yang lebih harmonis, dan mendorong kepedulian terhadap orang lain.
- 5) Memberikan ketenangan batin. Praktik ibadah secara konsisten dapat menimbulkan ketenangan psikologis, mengurangi stres, dan meningkatkan rasa damai karena adanya kepasrahan dan kepercayaan kepada Allah.³⁸

³⁷ Ahmad Syaikh, *Fiqh Ibadah* (Bandung: Pustaka Ilmu, 2022), hlm. 45-55.

³⁸ *Ibid*, hal 60-70

Jadi ibadah memiliki tujuan ganda, yaitu untuk memperkuat hubungan vertikal dengan Allah dan hubungan horizontal dengan sesama manusia. Dengan menjalankan ibadah, seorang Muslim tidak hanya memperoleh pahala dan ridha Allah, tetapi juga manfaat praktis dalam kehidupan sehari-hari, seperti membentuk akhlak, disiplin, rasa syukur, dan menjaga harmoni sosial.

3. Macam-Macam Ibadah

Ibadah berhubungan secara langsung kepada Allah, tidak ditemukan suatu ibadah yang keluar dari komunikasi antara Allah dengan hamba-Nya. Teknik ibadah yang dimaksud terbagi dua jenis yaitu:

- a. Pelaksanaan ibadah langsung kepada Allah seperti shalat, haji, puasa, dan doa.
- b. Pelaksanaan ibadah secara tidak langsung, terjadi melalui hubungan manusia dengan manusia yang lain seperti sedekah, infaq, zakat, menuntut ilmu, dan lainnya.

Dalam konteks ini, para ulama membagi ibadah menjadi dua macam, yaitu ibadah *mahdhah* dan ibadah *ghairul mahdhah*:

- a. Ibadah *Mahdhah*

Ibadah *mahdhah* adalah segala bentuk ibadah yang tata caranya telah ditetapkan secara langsung oleh Allah Swt. dan dicontohkan oleh Rasulullah Saw. Ibadah jenis ini bersifat *ta'abbudi*, yaitu dilakukan semata-mata untuk menghambakan diri kepada Allah Swt. tanpa campur tangan akal manusia dalam menentukan bentuk dan pelaksanaannya.

Contoh ibadah *mahdhah* antara lain:

- 1) Shalat, baik wajib maupun sunnah

- 2) Puasa, seperti puasa ramadhan dan puasa sunnah
- 3) Zakat dan infak wajib
- 4) Haji dan umrah
- 5) Zikir dan doa dengan tata cara yang dicontohkan oleh Rasulullah Saw.

Dalam ibadah *mahdhah*, manusia tidak diperbolehkan menambah atau mengurangi bentuk, waktu, maupun caranya, karena hal itu termasuk bid'ah dalam perkara yang telah memiliki ketentuan pasti.³⁹

b. Ibadah *Ghairul Mahdhah*

Ibadah *ghairu mahdhah* adalah segala bentuk amal perbuatan yang pada dasarnya bersifat muamalah (hubungan sosial dan duniawi), tetapi mengandung nilai ibadah apabila diniatkan karena Allah Swt. dan dilakukan sesuai dengan tuntunan syariat. Ibadah ini tidak diatur secara rinci oleh Allah dan Rasul-Nya, sehingga manusia diberi kebebasan untuk mengatur bentuk dan caranya selama tidak bertentangan dengan prinsip-prinsip Islam.⁴⁰

Contoh ibadah *ghairu mahdhah* meliputi:

- 1) Bekerja untuk mencari nafkah dengan cara yang halal
- 2) Menuntut ilmu dan mengajarkannya
- 3) Berbakti kepada orang tua
- 4) Menolong sesama dan berbuat baik kepada makhluk hidup
- 5) Mengelola lingkungan dan sumber daya alam dengan bijak.

³⁹ Abu Bakar Jabir Al-Jazairi, *Minhajul Muslim: Pedoman Hidup Seorang Muslim*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2000), hlm. 52.

⁴⁰ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 2007), hlm. 311.

Ibadah *ghairu mahdhah* menjadikan seluruh aspek kehidupan seorang Muslim bernilai ibadah apabila dilandasi niat yang benar dan dilakukan sesuai syariat. Rasulullah Saw. bersabda:

نَوَى مَا أَمْرِي لِكُلِّ وَإِنَّمَا بِالنِّيَّاتِ، الْأَعْمَالُ إِنَّمَا

Artinya:

“Sesungguhnya amal itu tergantung pada niatnya, dan setiap orang akan mendapatkan sesuai dengan apa yang ia niatkan”.⁴¹

Dengan demikian, ibadah *ghairu mahdhah* menunjukkan bahwa Islam adalah agama yang menyeluruh (kaffah), di mana setiap aktivitas manusia baik duniawi maupun ukhrawi dapat bernilai ibadah apabila dilandasi niat yang ikhlas kepada Allah Swt.

Ibadah yang diterima Allah memiliki syarat-syarat berupa ikhlas, yaitu dilakukan dengan harapan akan keridhaan kepada Allah SWT dan dikerjakan sesuai dengan syariat yang berdasar dari Al-Quran dan As-Sunnah.⁴² Ibadah yang tidak asing salah satunya adalah shalat, puasa, zakat, dan haji. Shalat merupakan rukun wajib yang kedua. Setiap muslim diwajibkan shalat pada setiap kondisi, baik dalam kondisi aman, takut, sakit, sehat, dalam perjalanan, ataupun di tempat tinggal. Ada tiga kriteria setiap orang yang diwajibkan shalat yaitu beragama Islam, berakal, dan baligh.

Awalnya shalat merupakan sebuah istilah dalam mengarahkan arti doa secara keseluruhan, namun menjadi istilah untuk doa secara khusus. Hal tersebut

⁴¹ HR. al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Kitab Bad’ul Wahyi, no. 1; dan Muslim, *Shahih Muslim*, Kitab al-Imarah, no. 1907.

⁴² Samin, *Fiqh Ibadah*, (Jambi: IAIN KERINCI, 2020) hal 12

karena shalat dan doa memiliki keterkaitan satu sama lain. Jika istilah shalat disebut dalam syariat, maka maksudnya adalah shalat secara syariat, karena secara menyeluruh sesungguhnya shalat merupakan doa. Al-Quran menjelaskan kewajiban zakat bersamaan dengan hukum shalat dalam surah Al-Bayyinah ayat 5.

الصَّلَاةَ وَيُقِيمُوا حُنَفَاءَ ۗ لَا الدِّينَ لَهُ مُخْلِصِينَ ۗ اللَّهُ لَيَعْبُدُوا إِلَّا أَمْرًا وَمَا
الْقِيَمَةَ دِينَ ۗ وَذَلِكَ الزَّكَاةَ وَيُؤْتُوا

Artinya:

“Padahal mereka tidak diperintah kecuali untuk menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya dalam (menjalankan) agama yang lurus, dan supaya mereka mendirikan shalat dan menunaikan zakat dan yang demikian itulah agama yang lurus”.⁴³

Sedangkan puasa adalah ibadah bermakna menahan diri, dilakukan oleh seorang muslim pada waktu tertentu. Terakhir adalah ibadah berupa haji. Haji berbeda dengan ibadah-ibadah lainnya karena haji hanya diwajibkan bagi muslim dan muslimah yang benar-benar mampu, baik secara fisik, mental, maupun finansial.⁴⁴

Kesimpulannya, semua ibadah itu dikatakan sempurna apabila haji telah ditunaikan, karena haji juga merupakan rukun Islam. Jadi setiap muslim dan muslimah diberi tuntutan untuk berusaha sekuat tenaga agar mampu melakukan ibadah haji. Bagi mereka yang benar-benar tidak mampu, mereka tidak dikenakan

⁴³ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an*...., hlm. 598.

⁴⁴ Sa'id bin Ali bin Wahf Al-Qahthani, *Kajian Lengkap Tentang Shalat*. hal. 222

beban syara'. Dari macam-macam ibadah tersebut, peneliti memfokuskan penelitian pada ibadah shalat.

Pelaksanaan shalat jamaah merupakan salah satu bentuk karunia Allah kepada hamba-Nya yang mengandung pahala besar dan keutamaan yang berkelanjutan. Pahala shalat jamaah telah mengalir sejak seseorang meniatkan diri untuk melaksanakannya, kemudian melangkahakan kaki menuju tempat shalat, hingga selesai menunaikan ibadah dan kembali ke rumah. Setiap langkah yang ditempuh dicatat sebagai kebaikan dan menjadi bagian dari amalan yang memberikan jaminan keberkahan, baik selama hidup maupun setelah wafat. Dengan demikian, shalat jamaah tidak hanya bernilai ibadah individual, tetapi juga menjadi sarana pembentukan kebiasaan spiritual yang konsisten dalam kehidupan seorang hamba.⁴⁵

Firman Allah mengenai siksa bagi yang meninggalakan shalat dalam Al-Quran surah al-Mudassir ayat 42-43:

مَا سَأَلَكُمْ فِي سَقَرٍ (٤٢)
قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ (٤٣)

Artinya:

*“Apa yang menyebabkan kamu masuk kedalam neraka saqar? Mereka menjawab, “Dahulu kami termasuk orang-orang yang tidak melaksanakan shalat”.*⁴⁶

⁴⁵ Fadhl Ilahi, *Fadhilah Shalat Berjamaah*, (Jakarta Timur: Istanbul, Cet 1, 2015), hal 7-9

⁴⁶ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an*...., hlm. 574.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa awal lambang dari dosa dan kekafiran mereka adalah meninggalkan shalat.⁴⁷ Shalat adalah peranan utama dalam muatan ruhaniah yang memberikan Rasulullah ruh dan kesadaran yang terbuka pada Allah sehingga mendapatkan kesejukan hati, ketenangan jiwa, dan batin yang jernih. Hal tersebut menjadikan kekuatan yang dinamis bagi setiap orang karena merasakan kehadiran Allah dalam ruh, pikiran, hati, serta kehidupannya.⁴⁸

Shalat, khususnya shalat jamaah, memiliki peran yang sangat penting dalam pembinaan ruhaniah. Melalui shalat jamaah, seseorang dilatih untuk disiplin terhadap waktu, patuh terhadap aturan, serta merasakan kebersamaan dalam ibadah. Shalat jamaah juga memberikan ketenangan jiwa, kesejukan hati, dan kejernihan batin karena menghadirkan kesadaran akan kehadiran Allah dalam ruh, pikiran, dan perbuatan. Kesadaran spiritual ini menjadi kekuatan yang dinamis bagi seorang hamba dalam menjalani kehidupan, membentuk sikap istiqamah, serta mendorong perilaku yang selaras dengan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari.⁴⁹

Adapun jika mengerjakan shalat di luar waktu yang telah ditetapkan dengan sengaja yang tidak dibenarkan syariat, maka shalat menjadi tidak sah. Shalat harus dilaksanakan pada waktunya sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surah An-Nisa ayat 103:

⁴⁷ Muhammad Nashiruddin al-Albani, *Shahih Sunan Abu Daud*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), Cet ke-1, hal 313.

⁴⁸ Irwan Kurniawan, *The Miracle of Shalat*, (Bandung: Penerbit Marja, 2015), Cet ke-II, hal 58-59.

⁴⁹ Ahmad Sarwat, *Shalat Berjamaah: Keutamaan, Hikmah, dan Implementasinya dalam Kehidupan Muslim*, (Jakarta: Rumah Fiqih Publishing, 2022), hlm. 45–47.

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا

Artinya:

*“Maka apabila kamu telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk, dan di waktu berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka dirikanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya shalat itu adalah fardhu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman”*⁵⁰

Al-Qur’an secara sekilas sudah menjelaskan mengenai waktu shalat fardhu, meskipun deskripsinya tidak terlalu mendalam. Salah satu ayatnya terdapat dalam surah Hud ayat 114 sebagai berikut:

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفَيِ النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّكْرَيْنِ

Artinya:

*“Dirikanlah shalat pada kedua ujung hari (pagi dan petang) dan pada bagian-bagian malam. Sesungguhnya perbuatan-perbuatan baik menghapus kesalahan-kesalahan. Itu adalah peringatan bagi orang-orang yang selalu mengingat Allah”*⁵¹

Pada bagian permulaan malam, yaitu magrib dan isya, disebutkan dalam Al-Qur’an surah Al-Isra ayat 78 sebagai berikut:

⁵⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur’an*...., hlm. 125.

⁵¹ *Ibid*, hlm. 235.

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنِ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ
كَانَ مَشْهُودًا

Artinya:

*“Dirikanlah shalat dari sesudah matahari tergelincir sampai gelap malam, dan (dirikanlah pula shalat) subuh. Sesungguhnya shalat subuh itu disaksikan (oleh malaikat)”*⁵²

Mufassirin berpendapat, ayat ini menyebutkan bahwa waktu shalat setelah matahari tergelincir, yaitu waktu untuk shalat zuhur dan ashar. Adapun gelap malam yang dimaksud adalah waktu shalat magrib dan isya. *Qur’anal fajri* yaitu shalat subuh. Namun apabila seseorang sengaja menunda dan lalai dalam mengerjakan shalat sehingga melewatkan waktunya, ulama bersepakat bahwa itu adalah dosa.⁵³

Shalat mendidik kaum muslim untuk menjadikan masjid inti ketuhanan sebagai bagian yang menyatu bagi masyarakat mukmin. Shalat mampu menyusun umat rapi dalam barisan, merendahkan jiwa-jiwa yang sombong, mempertemukan pemimpin dan yang dipimpin untuk mendengar kalam Allah serta bertakbir kepada-Nya.⁵⁴

Oleh sebab itu penulis memiliki harapan terapi zikir dan doa dapat menjadi perantara agar santriwati dapat memperbaiki disiplin ibadahnya masing-masing

⁵² *Ibid*, hlm. 282.

⁵³ Ahmad Sarwat, *Seri Fiqih Kehidupan (3): Shalat*, (Jakarta Selatan: DU Publish, 2011), Cet ke-1, hal 50-67.

⁵⁴ Syaikh Hasan Ayyub, diterjemahkan oleh Abdul Rosyad Shiddiq, *Fikih Ibadah*, (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2004), Cet ke-1, hal 129.

terutama dalam shalat berjamaah. Tidak hanya berlaku dalam lingkup pesantren tetapi juga dalam lingkup luar pesantren.

4. Aspek dalam Ibadah

Ibadah dalam Islam merupakan manifestasi penghambaan seorang hamba kepada Allah Swt. yang dilakukan dengan penuh kesadaran, keikhlasan, dan ketaatan terhadap ketentuan syariat. Dalam konteks pendidikan pesantren, ibadah tidak hanya dimaknai sebagai aktivitas ritual semata, tetapi juga sebagai proses pembinaan kepribadian santri agar memiliki kedisiplinan, ketundukan, dan kedekatan spiritual kepada Allah Swt.

Pendekatan terapi zikir dan doa yang diterapkan di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah menjadi salah satu metode pembinaan spiritual yang bertujuan menanamkan kesadaran beribadah secara konsisten dan penuh penghayatan. Melalui terapi ini, santriwati diarahkan untuk membangun kebiasaan ibadah yang berlandaskan pada keyakinan, kepatuhan terhadap syariat, pembentukan akhlak, dan penguatan spiritual. Oleh karena itu, ibadah dalam penelitian ini dipahami sebagai suatu aktivitas multidimensional yang mencakup aspek aqidah, syariah, akhlak, dan spiritual.

a. Aspek Aqidah

Aspek aqidah merupakan fondasi utama dalam pembentukan disiplin ibadah santriwati. Aqidah berkaitan dengan keyakinan yang tertanam dalam hati tentang keesaan Allah Swt. serta keimanan kepada seluruh rukun iman. Dalam konteks terapi zikir dan doa, penguatan aqidah menjadi tujuan utama agar

santriwati menyadari bahwa ibadah bukan sekadar kewajiban pesantren, tetapi merupakan kebutuhan ruhani yang harus dilakukan dengan penuh kesadaran.

Mukarromah menjelaskan bahwa aqidah menjadi basis spiritual yang melandasi seluruh aktivitas ibadah, karena ibadah tanpa aqidah yang benar hanya akan menjadi rutinitas formal tanpa makna penghambaan.⁵⁵ Oleh karena itu, pembinaan aqidah melalui zikir dan doa secara rutin dapat menumbuhkan kesadaran santriwati untuk melaksanakan ibadah dengan ikhlas dan istiqamah.

Dalam terapi zikir, santriwati dilatih untuk mengingat Allah secara terus-menerus sehingga menumbuhkan rasa kehadiran Allah dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini memperkuat keyakinan bahwa Allah selalu mengawasi setiap perbuatan manusia, sehingga mendorong santriwati untuk lebih disiplin dalam melaksanakan ibadah wajib maupun sunnah.

b. Aspek Syariah

Aspek syariah berkaitan dengan aturan dan tata cara pelaksanaan ibadah sesuai dengan tuntunan Islam. Dalam lingkungan pesantren, aspek ini menjadi pedoman utama dalam membentuk kedisiplinan ibadah santriwati, seperti kedisiplinan shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an, berzikir, dan berdoa secara rutin.

Abdul Karim Zaidan menjelaskan bahwa syariah merupakan sistem hukum Islam yang mengatur hubungan manusia dengan Allah Swt. melalui pelaksanaan ibadah yang benar dan sesuai dengan ketentuan syariat.⁵⁶ Dengan demikian, terapi

⁵⁵ Mukarromah, "Komponen Nilai Pendidikan Agama Islam: Analisis Nilai Aqidah, Ibadah, dan Akhlak," *Journal of Education and Culture*, Vol. 4 No. 3 (2024), hlm. 233–235.

⁵⁶ Abdul Karim Zaidan, *Pengantar Studi Syariah Islam*, terj. Jakarta: Prenada Media, 2023, hlm. 41–43.

zikir dan doa tidak hanya menekankan pada aspek spiritual semata, tetapi juga harus sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Sunnah agar ibadah yang dilakukan sah dan bernilai ibadah.

Penerapan jadwal zikir dan doa secara teratur di pesantren menjadi sarana pembiasaan yang efektif untuk membentuk disiplin ibadah santriwati. Melalui pembiasaan ini, santriwati terbiasa menjalankan ibadah tepat waktu, tertib, dan sesuai tuntunan Rasulullah Saw.

c. Aspek Akhlak

Aspek akhlak merupakan buah dari pelaksanaan ibadah yang dilakukan secara konsisten dan penuh penghayatan. Dalam konteks terapi zikir dan doa, ibadah tidak hanya bertujuan mendekatkan diri kepada Allah Swt., tetapi juga membentuk kepribadian santriwati yang berakhlak mulia, disiplin, bertanggung jawab, dan memiliki sikap rendah hati.

Nur Atikah dan Siti Masyithoh menjelaskan bahwa integrasi antara ibadah dan akhlak akan melahirkan karakter muslim yang seimbang antara dimensi spiritual dan sosial.⁵⁷ Ibadah yang dilakukan secara benar akan tercermin dalam perilaku santri sehari-hari, seperti kedisiplinan mengikuti kegiatan pesantren, menghormati guru, serta menjaga hubungan baik dengan sesama santri.

Hal ini sejalan dengan firman Allah Swt.:

وَالْمُنْكَرِ الْفَحْشَاءِ عَنِ تَنْهَى الصَّلَاةِ إِنَّ

⁵⁷ Nur Atikah Ibnu Asrul Nasution & Siti Masyithoh, "Integrasi Akhlak dalam Dimensi Spiritual, Teologis, Syari'at, Pendidikan, dan Filosofis," *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 7 No. 1 (2024), hlm. 67–69.

Artinya: *Sesungguhnya Shalat itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar.* (Q.S. Al-Ankabut: 45).⁵⁸

d. Aspek Spiritual

Aspek spiritual merupakan inti dari terapi zikir dan doa dalam mengembangkan disiplin ibadah santriwati. Dimensi spiritual menekankan pada kedekatan batin antara santriwati dan Allah Swt. melalui zikir dan doa yang dilakukan secara istiqamah dan penuh kekhusyukan.

Quraish Shihab menjelaskan bahwa ibadah yang dilakukan dengan kesadaran penuh akan kehadiran Allah akan melahirkan ketenangan jiwa, kekuatan mental, dan kedalaman spiritual.⁵⁹ Dalam konteks pesantren, terapi zikir dan doa berfungsi sebagai sarana penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dan pembinaan ruhani agar santriwati memiliki ketenangan batin serta kesiapan mental dalam menjalankan aktivitas pendidikan.

Dengan demikian, terapi zikir dan doa tidak hanya membentuk kebiasaan ibadah secara lahiriah, tetapi juga membangun kesadaran spiritual yang mendorong santriwati untuk beribadah secara disiplin, konsisten, dan penuh penghayatan.

C. Pendekatan Terapi Zikir dan Doa

1. Pengertian Terapi Zikir

Terapi mengandung arti penyembuhan penyakit mental. Terapi memiliki arti terencana dan sistematis untuk menyelesaikan masalah individu atau klien

⁵⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an*...., hlm. 401.

⁵⁹ M. Quraish Shihab, *Spiritualitas Islam dalam Kehidupan Modern*, Jakarta: Lentera Hati, 2024, hlm. 98–101.

dengan tujuan memelihara, menjaga, dan mengembalikan kondisi individu agar hati dan akal dalam zona yang normal.⁶⁰ Terapi merupakan proses untuk menyembuhkan individu dari penyakitnya, baik dari psikis ataupun mental dan dilakukan oleh ahlinya. Terapi tersebut harus dilakukan dengan teratur, tertata secara baik, dan berulang-ulang dengan tujuan memperbaiki diri sehingga lekas sehat dan memiliki kehidupan lebih baik. Medis menyebutkan terapi sebagai pengobatan.

Psikoterapi pada dasarnya merupakan sebuah percakapan yang mengaitkan pembicaraan dan pendengaran mereka yang kesulitan, dengan tujuan membantu mereka mengatasi dan memahami keadaan yang tengah dihadapi. Percakapan psikoterapi menjadi sukses saat konteks hubungan saling percaya terjadi, sehingga proses eksplorasi, pemahaman, dan resolusi masalah dapat berkembang. Hal ini terjadi dan dipahami sebagai pengalaman akan rasa aman, hingga sampai pada giliran fasilitas eksplorasi mental yang menjadi fokus utama dari psikoterapi.⁶¹

Psikoterapi mempunyai ciri umum yaitu memberikan pasien perasaan akan harapan. Pada umumnya pasien memasuki terapi dengan harapan mendapatkan bantuan agar dapat mengatasi masalahnya. Namun terapis yang bertanggung jawab tidak menjamin kesembuhan atau menjanjikan hasil, tetapi terapis menanamkan harapan positif yang membantu pasien memandu tingkah laku adaptif.⁶²

Terapi memiliki pengertian yang beragam dan berbeda dari setiap disiplin ilmu. Tujuan utama adalah menolong klien agar bersedia menerima diri mereka

⁶⁰ Solihin, *Terapi Sufistik*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004) hal 83

⁶¹ Aisyah Zulfikar, *Psikoterapi Islam Kontemporer* (Jakarta: Pustaka Ilmi, 2022), hlm. 55.

⁶² Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006) hal 338.

apa adanya. Terjadi kesalahan apabila klien memenuhi hidup dengan fantasi bahwa ada “tempat yang sempurna” untuk ditinggali atau bahkan ada “diri yang terbaik” untuk dicapai. Ada banyak perubahan yang dapat ditawarkan dalam terapi, seperti mencari persetujuan atau dikenal sebagai sebutan umpan balik. Proses tersebut dianggap normal dalam tahap awal ilmu terapi, yang mana klien adalah anak kecil yang berkeinginan disayangi dan disetujui oleh terapis atau orang tua.

Terapi memiliki beberapa jenis dari psikoterapi Islam menurut Al-Qur'an dan sunnah Nabi saw, di antaranya terapi zikir dan doa. Semua ibadah termasuk zikir hakikatnya merupakan usaha dalam mengingat Allah.⁶³ Begitu juga dalam terapi doa. Doa adalah aktivitas ruhaniah yang bermakna permohonan kepada Allah Swt. Berdasarkan pengertian, berdoa hanya kepada Allah bukan selain Dia, karena doa adalah investasi sebagai tanda kerendahan diri sebagai hamba kepada Allah.⁶⁴

Terapi zikir dan doa adalah metode pendekatan spiritual dan psikologis yang digunakan untuk meningkatkan kualitas kesehatan fisik, mental, dan spiritual seseorang. Terapi ini berlandaskan pada prinsip bahwa Allah SWT sebagai Maha Penyembuh memiliki kekuatan untuk memberikan kesembuhan, ketenangan, dan kekuatan batin bagi hamba-Nya. Dalam praktiknya, terapi ini memanfaatkan zikir (mengingat Allah SWT) dan doa sebagai sarana untuk

⁶³ Sattu Alang, *Manajemen Terapi Islam dan Prosedur Pelayanannya*, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol 7 No 1, (Makassar: UIN Alauddin), Tahun 2020, hal 81

⁶⁴ Sudirman Tebba, *Sehat Lahir Batin Handbook Bagi Pedamba Kesehatan Holistik*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2004) hal 124-125

menenangkan pikiran, memperkuat iman, serta membantu individu menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk penyakit dan stress.⁶⁵

Dalam konteks terapi, zikir dilakukan dengan fokus, konsentrasi, dan kesadaran penuh terhadap kehadiran Allah. Aktivitas ini meliputi pengucapan nama-nama Allah, doa pendek, dan bacaan-bacaan zikir tertentu yang diajarkan dalam Al-Qur'an dan hadis. Karena zikir adalah aktivitas mengingat Allah SWT secara terus-menerus melalui lisan, hati, dan pikiran.⁶⁶

Tujuan terapi zikir, yaitu: 1) menenangkan pikiran dan jiwa: Dengan rutin berzikir, seseorang dapat mengalihkan perhatian dari kekhawatiran dan stres, sehingga tercipta ketenangan batin, 2) mengurangi kecemasan dan stress: zikir memfokuskan pikiran pada Allah sehingga menurunkan hormon stres (kortisol) dan meningkatkan rasa tenang, 3) memperkuat iman dan keyakinan: zikir yang dilakukan dengan ikhlas meningkatkan kedekatan spiritual dengan Allah dan menumbuhkan rasa percaya diri terhadap kesembuhan.⁶⁷

2. Pengertian Terapi Doa

Doa adalah komunikasi langsung antara hamba dan Allah SWT, berupa permohonan, pujian, dan pengagungan. Doa merupakan ekspresi pengakuan terhadap kekuasaan Allah dan pengharapan pertolongan dari-Nya. Terapi doa adalah suatu pendekatan dalam bidang kesehatan, psikologi, atau spiritual yang menggunakan doa sebagai media untuk memberikan efek positif pada kondisi fisik, mental, maupun emosional seseorang. Terapi ini memanfaatkan keyakinan

⁶⁵ Muhammad Ali Quthb, *Terapi Zikir dan Doa* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2023), hlm. 45-46.

⁶⁶ *Ibid*, hlm. 48.

⁶⁷ *Ibid*, hlm. 52.

dan kekuatan spiritual individu atau kelompok untuk meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mendukung proses penyembuhan.⁶⁸

Tujuan terapi doa, yaitu: 1) memohon kesembuhan dan perlindungan: Doa bertujuan memohon pertolongan Allah dalam menghadapi penyakit, kesulitan, atau masalah kehidupan, 2) meningkatkan ketentraman dan optimisme: Berdoa dengan khushuk menumbuhkan harapan, mengurangi rasa takut dan cemas, 3) menumbuhkan motivasi untuk sembuh: Individu yang percaya bahwa Allah mampu menyembuhkan lebih termotivasi untuk menjalani pengobatan dan perubahan gaya hidup sehat, 4) memperkuat ikatan spiritual dengan Allah: Doa meneguhkan hubungan vertikal dengan Sang Pencipta, meningkatkan kualitas spiritual dan kepasrahan seseorang.⁶⁹

Terapi zikir dan doa merupakan metode penyembuhan yang mengintegrasikan aspek spiritual, psikologis, dan emosional dalam proses pemulihan seseorang. Terapi ini dilakukan dengan mengingat Allah (zikir) dan berkomunikasi dengan-Nya melalui doa, sehingga dapat menenangkan pikiran, mengurangi stres, memperkuat iman, serta meningkatkan ketenangan batin dan motivasi untuk sembuh. Tujuan utama dari terapi ini adalah membantu individu mencapai kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual, sambil menumbuhkan rasa percaya diri, optimisme, dan kedekatan dengan Allah SWT sebagai Maha Penyembuh.

3. Tahapan-tahapan Terapi Islami

⁶⁸ *Ibid*, hlm. 54.

⁶⁹ *Ibid*, hlm. 58.

Terapi Islami merupakan proses penyembuhan jiwa dan perilaku manusia melalui pendekatan spiritual yang bersumber dari ajaran Al-Qur'an dan Sunnah. Tujuan utama terapi ini adalah membantu individu mencapai ketenangan batin (*as-sakinah*) dan kebahagiaan hidup (*sa'adah*) dengan cara mendekatkan diri kepada Allah Swt. Terapi Islami tidak hanya berfokus pada penyembuhan gejala psikologis, tetapi juga menekankan perubahan sikap, pola pikir, dan perilaku yang selaras dengan nilai-nilai keislaman. Tahapan-tahapan terapi adalah sebagai berikut:

- a. Tahap penyadaran diri (*tazkiyah an-nafs*), yaitu upaya individu untuk mengenali kelemahan, dosa, dan kesalahan yang menjadi penyebab gangguan batin. Dalam tahap ini, seseorang diajak untuk melakukan introspeksi diri (*muhasabah*) dan menyadari bahwa sumber ketenangan sejati hanya berasal dari kedekatan dengan Allah.
- b. Tahap pembersihan jiwa (*tathhir an-nafs*), di mana individu berusaha membersihkan hati dari sifat-sifat tercela seperti iri, dengki, sombong, dan putus asa. Proses ini dilakukan melalui peningkatan kualitas ibadah, dzikir, serta memperbanyak istighfar.
- c. Tahap penguatan spiritual, yaitu membangun kedekatan dengan Allah melalui shalat, doa, membaca Al-Qur'an, dan amalan saleh lainnya. Aktivitas ini menjadi sarana penyembuhan batin karena menumbuhkan rasa tenang, optimis, dan tawakal kepada Allah Swt.
- d. Tahap penerapan nilai Islami dalam kehidupan sehari-hari, yaitu mengamalkan ajaran Islam dalam sikap, ucapan, dan tindakan. Pada tahap ini, individu

diharapkan mampu menghadapi ujian hidup dengan sabar, berprasangka baik kepada Allah (*husnuzan*), serta menjaga hubungan baik dengan sesama manusia.⁷⁰

Dengan demikian, tahapan-tahapan terapi Islami tidak hanya mengobati gangguan psikologis, tetapi juga membentuk kepribadian yang utuh dan seimbang antara aspek spiritual, emosional, dan sosial. Terapi ini pada hakikatnya merupakan proses menuju kesempurnaan diri (*insan kamil*) melalui pendekatan iman, ibadah, dan akhlak.

4. Fungsi dan Kegunaan Terapi Zikir dan Doa

Muhammad Abd Aziz al-Khalidi mengemukakan tentang bentuk psikoterapi Islam dengan membagi obat (*syifa*) menjadi dua bagian: pertama, obat *hissi* adalah jenis obat yang menyembuhkan penyakit fisik, seperti madu dan air buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Qur'an. Hal tersebut sunnah dimanfaatkan untuk menyembuhkan kelainan jasmani. Kedua, disebut dengan obat *ma'nawi*, yaitu obat sunnah dalam menyembuhkan penyakit yang berasal dari ruh dan kalbu manusia, seperti zikir, doa, dan ajaran-ajaran yang terkandung dalam Al-Qur'an.⁷¹

Dalam konsep terapi Islam, salah satu terapi Islam yang akan dibahas adalah sebagai berikut:

a. Zikir

⁷⁰ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2020), hlm. 147.

⁷¹ Muhammad Abd Aziz al-Khalidi, *Psikoterapi Islami: Konsep dan Implementasi dalam Kehidupan Modern*, (Jakarta: Amzah, 2018), hlm. 72.

Zikir berasal dari bahasa arab, yaitu *dzakara, yadz-kuru, dzikran*, yang memiliki arti ingat dan sebut. Zikir menjadi salah satu bimbingan spiritual yang dapat membantu melewati kecemasan. Spencer Trimingham dalam Anshori menyampaikan pengertian zikir sebagai latihan spiritual atau ingatan dengan tujuan menerangkan keberadaan Tuhan seraya mencerminkan suatu metode untuk meraih konsentrasi spiritual dengan menyebut nama Tuhan berulang-ulang. Zikir yang dilakukan dengan fikiran, akan mendapatkan keindahan rahmat sehingga dapat mengubah perasaan negatif menjadi positif.⁷²

b. Doa

Dalam hakikatnya, doa merupakan adab yang disebabkan karena keadaan, karena dalam keadaan apa pun kita sebagai hamba akan selalu membutuhkan Allah Swt. Unsur dalam doa dapat membangunkan rasa percaya diri dan optimis, keduanya menjadi dasar penyembuhan suatu penyakit. Dalam doa juga terkandung unsur zikir yang mempunyai pengaruh terapi terhadap jiwa. Secara psikologis, hal tersebut mengembangkan penghayatan akan kehadiran Allah Swt sehingga seseorang akan merasa tidak hidup sendirian di dunia, karena memiliki Allah sebagai Dzat yang Maha Mendengar untuk segala kesulitan yang dihadapi.⁷³

Banyak manusia yang hatinya gelisah saat mereka tidak mempunyai iman pegangan yang kuat sehingga menanggung kehampaan spiritual yang kemudian berakibat muncul gangguan kejiwaan. Dengan zikir yang mengandung penuh doa-doa dapat dilihat sebagai tempat berlindung (*malja'*) di tengah-tengah saat badai

⁷² Anshori, *Psikoterapi dan Konseling Islam: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), hlm. 112.

⁷³ *Ibid*, hlm. 117.

kehidupan modern ini terjadi. Di sinilah zikir mampu meneruskan ketenangan rohani manusia, membangunkan bagi pelaku sikap optimisme.⁷⁴

Doa melahirkan kerendahan hati dan kehinaan diri, juga meminta kepada Allah dengan kemurahan hati tanpa memaksakan kehendak doa terkabul. Sebagai muslim, berdoa adalah suatu yang wajib sebagai ciri bahwa manusia adalah makhluk yang lemah serta membutuhkan Allah SWT dan menyertakan setiap usaha dengan doa. Tak luput pula menyerahkan segala usaha yang telah ditempuh dengan bertawakkal agar meridai-Nya.⁷⁵

Berdoa adalah aspek penting dalam mengekspresikan keseluruhan dalam hidup, disebabkan karena adanya pengamatan yang mendalam mengenai hasrat bagi orang yang berdoa agar doa terkabul. Sejalan dengan ajaran tasawuf yang juga memberikan makna untuk orang yang berdoa akan selalu membersihkan diri, menyatukan nilai ilahi dan menghiasi diri dengan sikap-sikap mulia. Sehingga berdoa akan menjadi cerdas, mental kuat dan meluapkan kesucian dari dalam.⁷⁶

Terapi zikir dan doa bukan sekadar aktivitas spiritual, tetapi juga merupakan pendekatan holistik yang memadukan dimensi spiritual, psikologis, dan fisik manusia. Terapi ini berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas hidup, memperkuat iman, dan mendukung kesehatan secara menyeluruh. Berikut adalah kegunaan dari terapi zikir dan doa.

- a. Meningkatkan kesehatan mental. Terapi zikir dan doa dapat membantu individu mengelola stres, kecemasan, dan depresi.

⁷⁴ Samsul Munir Amin dan Haryanto, *Energi Dzikir Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*, (Jakarta: AMZAH, 2008), hal 238

⁷⁵ Rafi'uddin, *Himpunan Doa-Doa Muslim*, (Jakarta: Eska Media, 2011), hal. 1.

⁷⁶ Robert Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2000), hal. 169.

- b. Meningkatkan kesehatan fisik. Efek relaksasi yang ditimbulkan dari zikir dan doa berdampak langsung pada tubuh.
- c. Meningkatkan kualitas spiritual. Terapi zikir dan doa menumbuhkan kesadaran spiritual, rasa syukur, dan kedekatan dengan Allah SWT. Individu yang rajin berzikir dan berdoa cenderung memiliki pandangan hidup positif, mampu bersabar menghadapi ujian, dan lebih ikhlas menerima keadaan.
- d. Mendukung proses penyembuhan. Kombinasi ketenangan pikiran, optimisme, dan kedekatan spiritual mempercepat pemulihan pasien.
- e. Membentuk karakter positif dan kemandirian. Selain aspek kesehatan, terapi zikir dan doa membantu individu membentuk karakter yang positif.
- f. Meningkatkan hubungan sosial. Terapi zikir dan doa juga memiliki manfaat sosial. Individu yang memiliki ketenangan batin dan kualitas spiritual yang tinggi cenderung lebih peduli terhadap orang lain, mampu membina hubungan interpersonal yang harmonis, serta aktif dalam kegiatan sosial dan kemanusiaan.⁷⁷

5. Pengaruh Terapi Terhadap Disiplin Ibadah

Psikoterapi dalam Islam dapat diartikan sebagai suatu cara pengobatan terhadap penyakit berupa fisik ataupun mental melalui bimbingan dari Al-Quran dan sunnah Nabi Saw. Kerumitan jiwa manusia saat menerima berbagai aksi sosial akan menghadirkan reaksi yang tidak pasti, hal ini disebut dengan

⁷⁷ Muhammad Ali Quthb, *Terapi Zikir...*, hlm 65.

permasalahan kejiwaan. Kesejangan sosial pada aspek psikologis atau fisiologis akan berdampak tidak baik bagi diri seseorang. Semakin tinggi akibat dari konflik kejiwaan maka akan semakin rumit untuk membawa kekuatan permasalahan kejiwaan.

Perlunya solusi secara langsung contohnya, saat terjadi kekeringan maka ada antisipasi cara menyuplai air. Begitu juga apabila terjadi kesenjangan kejiwaan. Suplai yang diperlukan adalah meningkatkan pemahaman agama. Berbagai ritual ibadah diajarkan dalam agama, tidak hanya ibadah namun juga makna bahwa ibadah yang dilaksanakan itu akan menghadirkan kesehatan mental dan kedamaian jiwa bagi setiap orang yang beragama. Objek fokusnya adalah orang yang membutuhkan penyembuhan.

Adapun sasaran yang berkaitan adalah:

- a. Fisik, terapi Islam tidak dapat menyembuhkan gangguan fisik kecuali atas kehendak Allah Swt. Agama Islam mempunyai sifat terapeutik.
- b. Spiritual, adalah hal yang terhubung dengan masalah jiwa, ruh, yang berkaitan dengan agama, keimanan, dan keshalihan. Jiwa manusia dapat dalam bentuk pengingkaran kepada Allah, contoh lemah keyakinan, syirik, dan lain sebagainya.
- c. Moral, adalah hal yang memiliki hubungan dengan suatu keadaan pada jiwa yang dapat memunculkan tingkah laku spontan tanpa proses pemikiran dan pertimbangan. Moral juga dapat diartikan sebagai sikap yang dipecahkan dalam bentuk berpikir dan bertingkah laku.

d. Mental, adalah hal yang berkaitan dengan suatu proses kesatuan antara ingatan dan akal. Contohnya adalah mudah lupa, tidak dapat mengambil keputusan, sulit berkonsentrasi, serta tidak dapat membedakan antara yang halal dan haram.

Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa fisik, spiritual, moral, dan mental adalah sesuatu yang hadir pada diri setiap manusia. Kebutuhan pada hal itu berfungsi sebagai obat bagi manusia dalam kehidupan sehari-hari. Ketidakadaan asupan jasmani dan rohani yang baik akan membuat manusia menjadi makhluk yang lemah serta kehilangan potensi diri saat mengerjakan suatu kegiatan dalam kehidupan sehari-hari.⁷⁸

Perjalanan manusia saat menuju dekapan Allah, ia diuji jiwa dan diganggu qalburnya dengan soal-soal ujian konkret yang dapat dijangkau oleh indrawi dan rasio, seperti harta, wanita, kekuasaan, atau penderitaan. Banyak dari mereka gagal secara terus-menerus meskipun Allah memberi peringatan berulang kali bahwa dunia ini sandiwara dan permainan.

Bahkan sindiran yang Allah tujukan kepada manusia adalah sebagai makhluk yang lebih memilih kesenangan duniawi daripada menjadi makhluk yang memilih kebahagiaan jiwa yang sempurna. Untuk meraih kebahagiaan hakiki adalah menuju tantangan dalam mencapai yang baik dan melawan yang buruk.⁷⁹

Zikir memiliki nilai yang serupa seperti terapi rileksasi berupa efek ketenangan, pencegahan, pemulihan, dan pemeliharaan pada gangguan kejiwaan

⁷⁸ Hamdi Abdul Karim, *Menilik Pengelolaan dan Pelaksanaan Ibadah Sebagai Sarana Psikoterapi Dalam Islam*, Jurnal Al Irsyad Bimbingan Konseling Islam, Vol 12, No 1, (Lampung: IAIN METRO), Tahun 2021, hal 17-18.

⁷⁹ M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami*, (Banda Aceh: ArraniryPress, 2012), hal 167-168

bagi yang melakukannya, yaitu bentuk terapi dalam mengupayakan tekanan untuk mengantar klien cara beristirahat dan rileks melalui pengurangan rasa tegang. Zikir yang dibaca secara keras maupun dalam hati dengan suara atau gerakan. Hal ini berfungsi untuk menormalisasikan fungsi sistem jaringan syaraf, sel-sel, dan seluruh organ tubuh.⁸⁰

Adapun doa menjadi sarana pencarian ketenangan hati dan diri dari gempar kehidupan dunia. Pada hakikatnya, doa merupakan ikhtiar untuk mendekatkan diri kepada Tuhannya. Sehingga sudah seharusnya seorang hamba untuk sementara saat berdoa harus dapat melepaskan apapun segala hal mengenai duniawi agar dapat mengarah khidmat bermunajat ke hadirat Allah.

Kenyataannya, saat berdoa seorang hamba sedang berkomunikasi langsung dengan Penciptanya, sehingga ia dapat mengadakan hal apapun kepada Allah agar tentram dan tenang hatinya.⁸¹ Kondisi psikologi seseorang yang berdoa menjadi terjamin stabil. Karena berdoa meningkatkan daya tahan tubuh, menyembuhkan penyakit psikis ataupun fisik. Tekun dalam berdoa menjadikan daya tahan tubuh baik. Hal itu disebabkan karena senantiasa menatap kehidupan dengan pikiran yang jernih sehingga tubuh tidak mudah lemah.⁸²

Doa sangat dianjurkan dikala diri sedang sulit, namun juga ada peringatan untuk tidak bertingkah kufur atau bersikap ingkar setelah memperoleh nikmat.

⁸⁰ Aba Firdaus al-Halwani, *Manajemen Terapi Qalbu*, (Yogyakarta: Media Insani, 2002), hal 22

⁸¹ Hariz Priyatna, Lisdy Rahayu, *Amalan Pembuka Rezeki Mengungkap Amalan Dahsyat dan Kisah Para Pengamalnya*, cet 1, (Yogyakarta: PT Bintang Pustaka, 2014) hal 63-65

⁸² Roidah, *Keajaiban Doa Rahasia Dahsyatnya Berdoa Kepada Allah Swt*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2011), hal 78-79.

Justru diharuskan memperbanyak rasa syukur. Dalam pengertiannya, setelah doa terkabul dilarang melalaikan perintah yang telah mengabulkan doa.⁸³

Sudut ilmu kedokteran jiwa/kesehatan jiwa, zikir dan doa merupakan terapi psikiatrik, atau setingkat lebih tinggi dari psikoterapi biasa. Hal ini karena zikir dan doa mengandung unsur spiritual rohani/agama/ketuhanan yang dapat mengaktifkan kembali rasa percaya diri (*self-confidence*) dan harapan (*hope*) pada orang yang sakit. Sehingga giliran kekebalan tubuh meningkat dan terjadi proses penyembuhan yang cepat.⁸⁴

D. Disiplin Ibadah

1. Pengertian Disiplin Ibadah

Disiplin ibadah merupakan sikap patuh, taat, dan konsisten dalam melaksanakan kewajiban ibadah sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan dalam ajaran Islam. Disiplin ini tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap aturan formal ibadah, tetapi juga mencerminkan kesadaran internal individu yang bersumber dari keimanan. Kesadaran tersebut mendorong seseorang untuk melaksanakan ibadah secara teratur, tepat waktu, dan penuh tanggung jawab tanpa adanya paksaan dari pihak luar. Dengan demikian, disiplin ibadah menjadi bagian dari pembentukan karakter religius yang tertanam secara sadar dalam diri seorang muslim.⁸⁵

⁸³ John M. Echois dan Hasan Shadli, *Kamus Inggris Indonesia*, cet XX (Jakarta: PT. Gajah Persada, 1995) hal 407

⁸⁴ Dadang Hawari, *Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*, (Jakarta: Dana Bakti Prima Yasa, 1998) hal. 11.

⁸⁵ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, cet. terbaru, (Jakarta: Bumi Aksara, 2022), hlm. 89.

Dalam perspektif pendidikan Islam, disiplin ibadah dipandang sebagai sarana pembinaan akhlak dan penguatan spiritual peserta didik. Pelaksanaan ibadah yang dilakukan secara disiplin, seperti salat tepat waktu, berpuasa sesuai ketentuan, serta konsisten dalam membaca Al-Qur'an, akan melatih individu untuk memiliki sikap tanggung jawab, kesabaran, dan pengendalian diri. Nilai-nilai tersebut tidak hanya berdampak pada aspek ritual semata, tetapi juga memengaruhi perilaku sosial dalam kehidupan sehari-hari.⁸⁶

Disiplin ibadah merupakan wujud nyata ketaatan hamba kepada Allah Swt. yang mencerminkan kualitas keimanan dan ketakwaan seseorang. Ibadah yang dilakukan secara disiplin menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara manusia dengan Sang Pencipta (*ḥabl min Allāh*), sekaligus menjadi landasan moral dalam membangun hubungan antar sesama manusia (*ḥabl min al-nās*). Oleh karena itu, disiplin ibadah memiliki peran strategis dalam membentuk pribadi muslim yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia.⁸⁷

2. Disiplin dalam Perspektif Islam

Dalam Islam, disiplin merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari akhlak mulia (*akhlāq al-karīmah*) yang sangat dianjurkan untuk diamalkan dalam kehidupan sehari-hari. Disiplin dipahami sebagai sikap konsisten dalam menaati aturan, perintah, dan larangan Allah Swt. secara sadar dan penuh tanggung jawab.

⁸⁶ Abuddin Nata, *Pendidikan dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2023), hlm. 134–135.

⁸⁷ Anwar Fauzan, *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2024), hlm. 57.

Sikap ini lahir dari keimanan yang kuat dan diwujudkan melalui perilaku yang tertib, teratur, serta berkesinambungan, terutama dalam pelaksanaan ibadah.⁸⁸

Kedisiplinan dalam Islam tercermin secara nyata dalam pelaksanaan ibadah yang telah ditetapkan waktu, tata cara, dan syarat-syarat tertentu, seperti salat lima waktu, puasa Ramadan, zikir, dan doa. Contohnya shalat, diwajibkan pada waktu-waktu tertentu yang tidak boleh dilalaikan, sehingga menuntut umat Islam untuk membiasakan diri menghargai waktu dan mematuhi ketentuan yang telah ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa Islam mendidik umatnya untuk hidup disiplin melalui praktik ibadah yang dilakukan secara rutin dan konsisten.⁸⁹

Allah Swt. memerintahkan umat Islam untuk menjaga pelaksanaan ibadah secara tertib dan berkesinambungan, sebagaimana tercermin dalam perintah untuk memelihara salat dan melaksanakannya tepat pada waktunya. Perintah ini mengandung nilai pendidikan yang mendalam, yaitu membentuk pribadi yang taat, bertanggung jawab, dan istiqamah. Dengan demikian, disiplin ibadah tidak hanya bersifat ritual semata, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pembinaan karakter yang berpengaruh terhadap perilaku sosial dan moral seorang muslim dalam kehidupan sehari-hari.⁹⁰

Oleh karena itu, disiplin dalam perspektif Islam memiliki dimensi yang luas, mencakup hubungan manusia dengan Allah Swt. (*ḥabl min Allāh*) serta hubungan dengan sesama manusia (*ḥabl min al-nās*). Individu yang terbiasa disiplin dalam ibadah cenderung memiliki sikap konsisten, jujur, dan bertanggung

⁸⁸ Abuddin Nata, *Akhlaq Tasawuf dan Karakter Mulia*, (Jakarta: Kencana, 2022), hlm. 61.

⁸⁹ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan...*, hlm. 95–96.

⁹⁰ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an tentang Ibadah dan Akhlak*, (Jakarta: Lentera Hati, 2023), hlm. 143.

jawab dalam menjalankan peran sosialnya, sehingga disiplin ibadah menjadi fondasi penting dalam pembentukan karakter Islami yang utuh.⁹¹

3. Bentuk-bentuk Disiplin Ibadah

Disiplin ibadah dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk yang saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Bentuk-bentuk disiplin ini menjadi indikator penting dalam menilai tingkat kesungguhan seseorang dalam melaksanakan ibadah serta kualitas keimanannya. Adapun bentuk-bentuk disiplin ibadah tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Disiplin Waktu

Disiplin waktu merupakan kemampuan dan kesadaran individu untuk melaksanakan ibadah tepat pada waktunya sebagaimana yang telah ditentukan dalam syariat Islam. Ibadah seperti salat lima waktu memiliki ketentuan waktu yang jelas, sehingga menuntut umat Islam untuk menghargai waktu dan mengelolanya dengan baik. Ketepatan waktu dalam beribadah melatih sikap tanggung jawab, keteraturan, dan konsistensi dalam kehidupan sehari-hari.⁹²

b. Disiplin Tata Cara

Disiplin tata cara berarti melaksanakan ibadah sesuai dengan rukun, syarat, dan ketentuan yang telah ditetapkan dalam ajaran Islam. Pelaksanaan ibadah yang benar menunjukkan kepatuhan terhadap aturan syariat serta pemahaman yang baik terhadap ajaran agama. Dengan demikian, disiplin tata cara tidak hanya menekankan aspek formal ibadah, tetapi juga

⁹¹ Anwar Fauzan, *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2024), hlm. 72.

⁹² Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan...*, hlm. 101.

mencerminkan keseriusan dan ketundukan seorang hamba kepada Allah Swt.⁹³

c. Disiplin Kontinuitas

Disiplin kontinuitas adalah sikap konsisten dalam melaksanakan ibadah secara rutin dan berkesinambungan tanpa terputus, baik dalam kondisi lapang maupun sempit. Islam sangat menganjurkan ibadah yang dilakukan secara terus-menerus meskipun dalam jumlah yang sedikit. Kontinuitas ibadah membentuk kebiasaan positif, memperkuat keimanan, serta melatih sikap istiqamah dalam menjalankan perintah agama.⁹⁴

d. Disiplin Sikap

Disiplin sikap berkaitan dengan kualitas batin dalam melaksanakan ibadah, yaitu melaksanakannya dengan penuh kesungguhan, kekhusyukan, dan keikhlasan. Ibadah yang dilakukan dengan sikap yang benar tidak hanya bernilai secara lahiriah, tetapi juga memiliki makna spiritual yang mendalam. Kekhusyukan dan keikhlasan menjadi tolok ukur diterimanya ibadah serta berpengaruh terhadap pembentukan akhlak dan perilaku seorang muslim.⁹⁵

Keempat bentuk disiplin ibadah tersebut saling berkaitan dan saling melengkapi. Disiplin waktu dan tata cara tanpa disertai kontinuitas dan sikap yang ikhlas akan mengurangi nilai ibadah itu sendiri. Oleh karena itu, bentuk-bentuk disiplin ibadah ini dapat dijadikan indikator dalam menilai tingkat kedisiplinan

⁹³ Abuddin Nata, *Pendidikan dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2023), hlm. 142.

⁹⁴ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*...., hlm. 167.

⁹⁵ Anwar Fauzan, *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2024), hlm. 83.

ibadah seseorang, baik dalam konteks pendidikan maupun kehidupan sosial keagamaan.⁹⁶

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Disiplin Ibadah

Disiplin ibadah seseorang tidak muncul secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang bersifat internal maupun eksternal. Pemahaman tentang faktor-faktor ini penting untuk menilai bagaimana individu dapat membangun dan mempertahankan kedisiplinan dalam beribadah.

a. Faktor Internal

Faktor internal berasal dari dalam diri individu dan berkaitan dengan kondisi psikologis dan spiritual. Faktor utama yang mempengaruhi disiplin ibadah antara lain:

- 1) Keimanan: Tingkat keyakinan dan ketaatan kepada Allah Swt. menjadi landasan utama seseorang untuk taat dalam beribadah.⁹⁷
- 2) Pemahaman terhadap ajaran agama: Individu yang memiliki pengetahuan baik tentang rukun, syarat, dan tata cara ibadah lebih mampu melaksanakan ibadah secara benar dan disiplin.⁹⁸
- 3) Kesadaran diri: Kesadaran akan pentingnya ibadah dalam kehidupan dan akhirat memotivasi seseorang untuk konsisten dan tepat waktu dalam menjalankan kewajiban agama.⁹⁹

⁹⁶ Nurdin, *Pendidikan Akhlak dalam Islam*, (Bandung: Alfabeta, 2022), hlm. 119.

⁹⁷ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan....*, hlm. 105.

⁹⁸ Abuddin Nata, *Pendidikan dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2023), hlm. 148.

⁹⁹ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an....*, hlm. 172.

- 4) Motivasi spiritual: Dorongan batin untuk meraih ridha Allah Swt., pahala, dan perbaikan akhlak mendorong individu untuk meningkatkan kualitas dan kontinuitas ibadah.¹⁰⁰

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari lingkungan sekitar individu yang dapat mendukung atau menghambat terbentuknya disiplin ibadah. Faktor ini meliputi:

- 1) Lingkungan keluarga: Keluarga yang membiasakan ibadah, memberi teladan, dan memberikan pengawasan akan membantu anak membangun disiplin ibadah sejak dini.¹⁰¹
- 2) Lingkungan pendidikan atau pesantren: Sekolah dan pesantren memberikan struktur pembelajaran agama, jadwal ibadah, dan pembiasaan harian yang membentuk keteraturan dan konsistensi ibadah peserta didik.¹⁰²
- 3) Keteladanan pendidik: Guru, ustadz, atau pembina yang disiplin dalam ibadah menjadi contoh nyata bagi peserta didik untuk meneladani perilaku yang sama.¹⁰³

¹⁰⁰ Anwar Fauzan, *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2024), hlm. 91.

¹⁰¹ Nurfadilah, N., & Asrori, M., *Implementasi Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka*, *Jurnal Pendidikan Karakter*, 2023, hlm. 34.

¹⁰² Mulyadi, Mohammad, *Manajemen Pendidikan Pesantren*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2022), hlm. 77.

¹⁰³ Raharjo, Muhamad Mu'iz, *Kinerja Pendidik dalam Pembinaan Santri*, (Bandung: Alfabeta, 2023), hlm. 59.

- 4) Pembiasaan ibadah: Aktivitas beribadah secara rutin, seperti salat berjamaah, tilawah Al-Qur'an, dan doa harian, membentuk kebiasaan disiplin yang kuat.
- 5) Sistem pembinaan dan pengawasan: Penerapan aturan, jadwal ibadah, dan evaluasi secara berkala akan memotivasi individu untuk mempertahankan kedisiplinannya.¹⁰⁴

5. Disiplin Ibadah dalam Konteks Pesantren

Di lingkungan pesantren, disiplin ibadah merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari sistem pendidikan dan pembinaan santri. Pesantren tidak hanya menekankan penguasaan ilmu agama secara kognitif, tetapi juga menanamkan kebiasaan ibadah (*habit ibadah*) melalui jadwal yang terstruktur, pengawasan yang konsisten, serta bimbingan langsung dari ustadz, ustadzah, atau pembina.¹⁰⁵

Pembiasaan ibadah di pesantren dilakukan secara berkelanjutan, mulai dari salat berjamaah lima waktu, dzikir pagi dan petang, tilawah Al-Qur'an, hingga doa-doa harian. Aktivitas ini dirancang tidak sekadar memenuhi kewajiban ritual, tetapi juga membentuk karakter religius santri, melatih konsistensi (*istiqamah*), ketekunan, dan tanggung jawab spiritual.¹⁰⁶

Selain itu, pesantren menerapkan sistem pengawasan dan evaluasi secara berkala yang berfungsi untuk memastikan disiplin ibadah tetap terjaga. Misalnya, santri diawasi dalam menunaikan salat berjamaah dan membaca Al-Qur'an secara

¹⁰⁴ Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Islam, *Pedoman Pembinaan Disiplin Ibadah di Pesantren*, (Jakarta: Kemenag, 2022), hlm. 22.

¹⁰⁵ Mulyadi, Mohammad, *Manajemen Pendidikan Pesantren*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2022), hlm. 82.

¹⁰⁶ Anwar Fauzan, *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2024), hlm. 97.

rutin. Pendidik di pesantren juga berperan sebagai teladan, memberikan contoh konkret tentang disiplin ibadah dan pengamalan nilai-nilai akhlak mulia.¹⁰⁷

Melalui proses pembinaan yang terstruktur dan berkesinambungan ini, disiplin ibadah di pesantren diharapkan mampu membentuk santri yang tidak hanya memahami ilmu agama, tetapi juga memiliki kepribadian religius, akhlak yang mulia, serta kemampuan untuk mengamalkan nilai-nilai ibadah dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, disiplin ibadah menjadi fondasi pembentukan karakter Islami yang utuh dan menjadi indikator keberhasilan pendidikan di pesantren.¹⁰⁸

E. Konsep Santriwati

1. Pengertian Santriwati

Cantrik adalah bahasa Jawa yang berarti santri. Cantrik mengandung arti seseorang yang selalu mengikuti seorang guru ke manapun guru tersebut menetap dan pergi.¹⁰⁹ Hal tersebut bertujuan agar cantrik mendapatkan pelajaran dari sang guru mengenai suatu keahlian atau mendalami ilmu dari gurunya.¹¹⁰ Santriwati adalah elemen utama dalam suatu lembaga pendidikan. Hal ini disebabkan karena seorang dapat dikatakan alim jika mempunyai pondok pesantren dan santri yang menetap agar dapat mempelajari ilmu di pondok tersebut. Santriwati terbagi dalam dua kelompok, yaitu:

¹⁰⁷ Raharjo, Muhamad Mu'iz, *Kinerja Pendidik dalam Pembinaan Santri*, (Bandung: Alfabeta, 2023), hlm. 63.

¹⁰⁸ Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Islam, *Pedoman Pembinaan Disiplin Ibadah di Pesantren*, (Jakarta: Kemenag, 2022), hlm. 25.

¹⁰⁹ Yasmadi, *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish Madjid Terhadap Pendidikan Tradisional*, (Jakarta: Cipitat Press, 2002) hal 62.

¹¹⁰ Nurcholish Madjid, *Bilik-Bilik Pesantren: Sebuah Potret Perjalanan*, (Jakarta: Paramadina, 1977), hal 20.

- a. Santriwati kalong, yaitu santriwati yang asalnya dari lingkungan desa-desa dekat pesantren. Mereka tidak menetap dalam pesantren sehingga untuk mengikuti pelajaran dengan cara pergi dan kembali dari rumah.
- b. Santriwati mukim, yaitu santriwati yang berasal dari daerah jauh, sehingga lebih memilih menetap di pesantren. Sebagian dari mereka diberikan tanggung jawab mengurus kepentingan pesantren atau mengajarkan santriwati yang lebih muda. Apabila jumlah santriwati lebih banyak, maka semakin besar pula pesantren tersebut.¹¹¹

Berdasarkan pembahasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa cantrik atau santri merupakan individu yang selalu mengikuti guru untuk menuntut ilmu, sedangkan santriwati memegang peran penting dalam keberlangsungan pesantren. Santriwati kalong mengikuti pelajaran dengan pulang-pergi, sedangkan santriwati mukim menetap di pesantren dan turut membantu kegiatan pendidikan. Keberadaan santriwati, baik kalong maupun mukim, menjadi indikator perkembangan pesantren sekaligus penentu kualitas pembelajaran, sehingga mereka sangat berperan dalam membentuk lingkungan pendidikan yang efektif.

2. Tugas dan Tanggung jawab Santriwati

Santriwati adalah pelajar atau murid perempuan yang menempuh pendidikan di pesantren atau lembaga pendidikan Islam. Sebagai anggota komunitas pesantren, santriwati memiliki tugas dan tanggung jawab yang mencakup aspek akademik, spiritual, sosial, dan disiplin. Pemenuhan tugas dan

¹¹¹ Neliwati, *Pondok Pesantren Modern*, (Depok, RAJAWALI PERS, 2019) hal 14

tanggung jawab ini sangat penting untuk mendukung proses belajar, membentuk karakter, dan menumbuhkan kedewasaan spiritual serta sosial.

Tugas santriwati yaitu:

- a. Menuntut ilmu dan belajar dengan disiplin: Tugas utama santriwati adalah menuntut ilmu, baik ilmu agama maupun ilmu umum yang diajarkan di pesantren. Kegiatan belajar mencakup membaca, menulis, mengikuti pelajaran, dan menyelesaikan tugas akademik secara konsisten dan bertanggung jawab.
- b. Melaksanakan ibadah secara konsisten: Santriwati wajib melaksanakan ibadah harian sesuai tuntunan Islam, seperti shalat lima waktu, puasa sunnah, dzikir, dan doa. Pelaksanaan ibadah ini tidak hanya sebagai kewajiban, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter spiritual dan ketakwaan.
- c. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan kegiatan pesantren: Kegiatan di pesantren biasanya mencakup pengajian, dakwah, olahraga, seni, dan pelayanan sosial. Santriwati dituntut aktif mengikuti kegiatan ini untuk mengembangkan bakat, minat, dan keterampilan sosial.
- d. Menjaga kerapian dan kebersihan lingkungan: Menjaga kebersihan kamar, asrama, dan lingkungan pesantren merupakan tugas penting santriwati. Hal ini meliputi disiplin dalam merapikan tempat tinggal, membuang sampah pada tempatnya, dan ikut serta dalam kegiatan gotong royong.
- e. Menghormati guru dan senior: Santriwati diwajibkan menunjukkan sikap hormat kepada guru, pembimbing, dan senior di pesantren. Hal ini mencakup

etika bertutur, sopan santun, dan menaati aturan pesantren dalam kehidupan sehari-hari.¹¹²

Tanggung jawab santriwati, yaitu:

- a. Tanggung jawab akademik: Santriwati bertanggung jawab atas keberhasilan belajarnya sendiri. Hal ini mencakup menyelesaikan tugas, mempersiapkan diri untuk ujian, mengikuti pengajian, dan aktif dalam diskusi kelas.
- b. Tanggung jawab spiritual: Santriwati bertanggung jawab menjaga kualitas ibadah, memperbaiki akhlak, serta mengamalkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Tanggung jawab ini menuntut kesadaran dan komitmen untuk mengembangkan diri secara spiritual.
- c. Tanggung jawab sosial: Santriwati memiliki tanggung jawab untuk membina hubungan baik dengan teman, menghormati senior, dan ikut serta dalam kegiatan sosial di pesantren. Kewajiban ini membantu membangun lingkungan yang harmonis dan mendukung perkembangan karakter sosial.
- d. Tanggung jawab pribadi dan disiplin: Santriwati harus bertanggung jawab terhadap perilaku dan kesehatannya sendiri. Ini termasuk disiplin dalam waktu, menjaga kesehatan, menepati aturan pesantren, dan menghindari perilaku yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.
- e. Tanggung jawab terhadap nama baik pesantren: Santriwati juga bertanggung jawab menjaga nama baik pesantren dalam perilaku sehari-hari, baik di

¹¹² Ahmad Syaikh, *Pendidikan Pesantren untuk Santriwati* (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2022), hlm. 44.

lingkungan pesantren maupun di luar pesantren. Hal ini mencakup etika berpakaian, perilaku, dan interaksi dengan masyarakat sekitar.¹¹³

3. Kebutuhan Santriwati

Saat ini, banyak pesantren tidak hanya berfokus pada pengajaran ilmu-ilmu keagamaan, tetapi juga memberikan pengetahuan umum kepada para santrinya. Selain itu, santriwati juga dibekali berbagai keterampilan praktis seperti bertani, menjahit, hingga mengelola usaha mandiri seperti koperasi pesantren. Dengan demikian, motivasi santriwati untuk menempuh pendidikan di pesantren tidak semata-mata untuk memperdalam ilmu keislaman, tetapi juga untuk mengembangkan beragam kemampuan dan keterampilan yang disediakan oleh lembaga pesantren.¹¹⁴

Pendidikan di pesantren umumnya dirancang dengan tiga tujuan pokok, yaitu:

- a. Mendidik peserta didik agar mampu melaksanakan syariat Islam secara kaffah (menyeluruh) dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Mencetak ulama yang tidak hanya menguasai ilmu-ilmu agama, tetapi juga mampu memberikan kontribusi terhadap lahirnya mekanisme kehidupan yang selaras dengan peradaban Islam.

¹¹³ *Ibid*, hlm 54

¹¹⁴ Achmad Muchaddam Fahham, *Pendidikan Pesantren: Pola Pengasuhan, Pembentukan Karakter dan Perlindungan anak*, (Jakarta, Publica Institute Jakarta, 2015) hal 14-15.

- c. Mendidik umat agar memiliki keterampilan dasar yang relevan dengan kebutuhan masyarakat, sehingga dapat membentuk komunitas muslim yang berperan aktif dalam mewujudkan perubahan sosial ke arah yang lebih baik.¹¹⁵



¹¹⁵ Firmansyah, *Pendidikan Etika Sosial Berbasis Pesantren Internasi Melalui Tradisi Santri*, (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024) hal 92.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pendekatan kualitatif untuk mengetahui pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah di Kecamatan Peulimbang, Kabupaten Bireun. Penelitian dengan pendekatan kualitatif juga memiliki sebutan metode *etnografi*, hal tersebut karena pada awalnya bidang antropologi budaya lebih sering menggunakan metode pendekatan kualitatif.¹¹⁶

Penelitian kualitatif adalah pendekatan pelaksanaan penelitian yang tujuannya berorientasi pada fenomena atau bersifat alami. Penelitiannya dilaksanakan di lapangan, oleh sebab itu penelitian kualitatif sering disebut *field study* atau *naturalistic inquiry*. Pendekatan kualitatif populer dalam bidang pendidikan, bidang psikologi sosial, bahkan sosiologi karena beberapa ahli yang terkait merasakan kelemahan dari penelitian dengan eksperimen sebagai bahan yang dilaksanakan di laboratorium. Berbeda dengan penelitian kuantitatif, penelitian kualitatif lebih fokus terhadap pemahaman mendalam terhadap suatu masalah.¹¹⁷

Kesimpulannya, penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang memanfaatkan kata-kata atau narasi untuk memaparkan arti dari setiap fenomena,

¹¹⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R& D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hal 8

¹¹⁷ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar: CV. Syakir Media Press, 2021) hal 30.

situasi, dan gejala sosial tertentu. Hal ini mengharuskan peneliti menguasai teori agar dapat menyelidiki kesenjangan fakta yang terjadi dengan konsep teoritis. Beberapa karakteristik penelitian kualitatif antara lain adalah peneliti mempunyai derajat sama dengan subjek penelitian, kesamaan dalam berinteraksi, dan dari segi pengalaman, kualitas partisipan lebih diutamakan.

Jenis penelitian ini juga bersifat mendalam karena turut pada pengumpulan data yang terjadi secara langsung, dan partisipan adalah individu yang menjalani konteks sosial objek penelitian secara langsung.¹¹⁸ Dalam penelitian ini, peneliti ingin memberikan suatu sketsa nyata mengenai suatu kondisi dengan melaksanakan observasi, seperti mengamati aktivitas santriwati yang berdampak kepada disiplin ibadah mereka di Pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah individu atau kelompok yang memahami dan mengetahui secara langsung mengenai objek yang diteliti. Pemilihan subjek dilakukan dengan mempertimbangkan siapa yang paling tepat dan relevan untuk memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti.¹¹⁹ Subjek penelitian adalah pihak yang menjadi sumber data atau informan dalam penelitian. Pemilihan subjek tersebut dilakukan secara *purposive sampling* dengan pertimbangan perbedaan tingkat pengalaman dan lama mondok, sehingga peneliti dapat memperoleh data yang lebih komprehensif mengenai pembinaan disiplin ibadah.

¹¹⁸ Marini Waruwu, *Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)* Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol 7, No 1, (Salatiga, Jawa Tengah: Universitas Kristen Satya Wacana) Tahun 2023, hal 2896

¹¹⁹ Moh. Rudini, Melinda, *Motivasi Orang Tua Terhadap Pendidikan Siswa SDN Sandana (Studi Pada Keluarga Nelayan Dusun Nelayan)*, Jurnal Penelitian, Vol 2. No. 2, (Sulawesi Tengah: Universitas Madako Tolito) Tahun 2020, hal 125

Kriteria santriwati yang dipilih antara lain adalah santriwati yang terlihat antusias dengan kegiatan terapi, yang rutin hadir, serta memiliki hafalan bacaan zikir dan doa. Selain santriwati, informan pendukung juga melibatkan ustadzah atau pembina yang berperan langsung dalam proses pembinaan disiplin ibadah. Subjek dalam penelitian ini adalah santriwati yang total jumlahnya 10 orang, terdiri 6 orang santriwati senior dan 4 orang santriwati baru Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah yang mengikuti terapi zikir dan doa, serta pihak-pihak lain yang dianggap relevan seperti ustadzah/pembina yang terlibat dalam membimbing santriwati selama proses pembinaan disiplin ibadah berlangsung. Dengan demikian, data yang diperoleh diharapkan dapat merepresentasikan proses, pelaksanaan, dan dampak dari terapi zikir dan doa terhadap pengembangan disiplin ibadah santriwati secara akurat dan komprehensif.¹²⁰

C. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan tiga teknik dalam pengumpulan data penelitian, yaitu: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara merupakan pengumpulan data melalui pengajuan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara kepada responden. Jawaban yang diberikan dicatat atau dapat pula direkam.¹²¹ Wawancara terbagi menjadi empat bagian yaitu:

1. Wawancara antara individu dengan individu adalah wawancara yang dilaksanakan antara seseorang dengan lainnya.

¹²⁰ Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2021), hlm. 224.

¹²¹ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1995-2004), hal 67-68.

2. Wawancara antara individu dengan kelompok adalah wawancara yang dilaksanakan seseorang terhadap suatu kelompok.
3. Wawancara antara kelompok dengan individu adalah sekelompok pewawancara dalam mewawancarai seseorang.
4. Wawancara antara kelompok lainnya adalah proses wawancara dua kelompok yang saling mewawancarai atau satu kelompok yang mewawancarai kelompok lainnya.¹²²

Peneliti memilih wawancara antara individu dengan individu karena teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih mendalam, rinci, dan personal dari setiap informan. Melalui wawancara individu, informan dapat menyampaikan pengalaman, pandangan, dan perasaan secara lebih bebas tanpa adanya pengaruh atau tekanan dari pihak lain. Selain itu, metode ini memudahkan peneliti untuk menggali informasi secara fokus, menjaga kerahasiaan data, serta menyesuaikan pertanyaan sesuai dengan kondisi dan karakteristik informan. Dengan demikian, wawancara individu dengan individu dinilai paling efektif untuk memahami secara komprehensif fenomena yang diteliti.¹²³

Wawancara merupakan suatu metode yang paling sering digunakan untuk keperluan pengambilan data. Bentuk dan gaya wawancara akan sangat ditentukan oleh tujuan yang akan dicapai. Dapat dikatakan bahwa hampir semua bidang ilmu

¹²² M. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, Cet ke-4, 2010), hal 111

¹²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2023, hlm. 233.

menerapkan metode wawancara untuk memperoleh data. Peneliti berpedoman pada daftar pertanyaan yang telah disiapkan.

Ahli lain, yaitu Stewart, mendefinisikan wawancara sebagai proses komunikasi interaksional antara dua orang atau lebih dengan suatu tujuan dan biasanya berisi pertanyaan serta jawaban dari suatu pertanyaan. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur maupun tidak terstruktur, juga dapat dilakukan melalui tatap muka (*face to face*) maupun dengan telepon.¹²⁴

Sedangkan observasi menurut Ahmad dan Laha, yaitu studi luar ruangan yang memiliki tujuan memperoleh data secara langsung, sehingga mendapat hasil yang akurat.¹²⁵ Teknik pengumpulan data dengan cara peneliti turun langsung ke lapangan, kemudian peneliti mengamati gejala yang sedang terjadi dalam proses penelitian. Peneliti dapat menggambarkan masalah yang terjadi dan menghubungkannya dengan teknik pengumpulan data lain seperti kuesioner atau wawancara, serta hasil yang diperoleh. Langkah berikutnya yaitu mengaitkan temuan tersebut dengan teori dan penelitian terdahulu.¹²⁶ Kesimpulannya adalah peneliti mengamati, mencatat, menganalisis, dan menyimpulkan apa yang telah diamati.

Adapun dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari

¹²⁴ Stewart, J. *Metodologi Penelitian: Teori dan Praktik Wawancara*, (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2000), hal. 45.

¹²⁵ Ahmad, A. & Laha, B. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2020), hal. 45.

¹²⁶ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian*, (Jawa Timur: PENERBIT KBM INDONESIA, 2021), hal 30

seseorang.¹²⁷ Dokumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa gambaran umum lokasi penelitian, yakni struktur pesantren dan foto-foto saat peneliti melaksanakan penelitian.

D. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah suatu proses mengolah data menjadi informasi baru. Proses ini dilakukan bertujuan agar karakteristik data menjadi lebih mudah dipahami dan berguna sebagai solusi bagi suatu permasalahan, khususnya yang memiliki kaitan dengan penelitian.¹²⁸

Analisa data menurut Lexy J. Moleong adalah sebuah proses dalam mengorganisasikan data kepada pola, kategori, juga satuan uraian dasar sehingga memperoleh tema yang dapat merumuskan hipotesis kerja sebagaimana saran dari data. Agar mendapatkan hasil yang tepat dalam menganalisis metode kualitatif, karena mengingat data bersifat kualitatif, yaitu diuraikan dengan kalimat atau kata-kata, lalu dipisahkan dengan urutan kategori diambil sebagai kesimpulan.¹²⁹

Analisis data dalam penelitian kualitatif bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan menjadi perkiraan atau kesimpulan sementara.¹³⁰ Peneliti melakukan analisis data sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman tentang persoalan yang diteliti, serta

¹²⁷ Fenti Hikmawati, *Metodologi Penelitian*, (Depok: RAJAWALI PERS, 2019), hal 84

¹²⁸ Almira Keumala Ulfah, Ramadhan Razali, Habibur Rahman, Abd Ghofur, Umar Bukhory, Sri Rizqi Wahyuningrum, Muhammad Yusup, Rita Inderawati, Faqihul Muqoddam, *Ragam, Analisis Data Penelitian (Satra, riset dan Pengembangan)*, (Madura: IAIN Madura Press, 2022), hal 1

¹²⁹ Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian...*, hal 197-198

¹³⁰ Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif*, (Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017), hal

mengkajinya sebagai temuan bagi orang lain. Agar peneliti mendapatkan kesempurnaan dalam analisis data, peneliti akan melakukan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan

Dari data yang diperoleh, peneliti perlu merangkum, karena semakin lama peneliti di lapangan, jumlah data akan mengalami perkembangan. Oleh karena itu, peneliti harus selalu menguji hasil temuan. Hasil dari data tersebut akan dikelompokkan sesuai dengan temuan yang diperoleh peneliti.¹³¹

Adapun langkah-langkah analisis data setelah dilakukan pengumpulan yaitu:¹³²

- a. Reduksi data merupakan proses merangkum data dengan cara memilih hal-hal yang paling pokok, memfokuskan pada aspek-aspek yang dianggap penting, serta mencari tema dan pola yang relevan. Proses ini juga melibatkan pembuangan data yang dianggap tidak perlu. Tujuan dari reduksi data adalah untuk menyederhanakan data yang diperoleh selama penelitian di lapangan sehingga lebih mudah dipahami dan dianalisis.
- b. Penyajian data merupakan tahapan dalam analisis data yang bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh maupun bagian tertentu dari data yang telah direduksi. Pada tahap ini, peneliti menyajikan data secara sistematis sesuai dengan fokus permasalahan yang diteliti sehingga memudahkan dalam memahami informasi yang diperoleh.

¹³¹ Mastang Ambo Baba, *Analisis Data Kualitatif*, (Sulawesi Selatan: Penerbit Aksara Timur, 2017), hal 108.

¹³² Sandu Siyoto & Ali Sodik. "*Dasar Metodologi Penelitian*", (Yogyakarta: Literasi Media Publishing 2015), hal. 122-124

- c. Penarikan kesimpulan adalah tahapan akhir dalam analisis data di mana peneliti menyimpulkan hasil dari data yang telah dikumpulkan dan dianalisis. Kegiatan ini dimaksudkan untuk menemukan makna dari data melalui proses pencarian pola, persamaan, hubungan, maupun perbedaan yang muncul. Dengan demikian, kesimpulan yang dihasilkan dapat menjawab rumusan masalah penelitian.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil Dayah HIMA

Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah merupakan pesantren yang dibangun oleh Tgk. Ismail Muhammad Kasem pada tahun 2014. Beliau berhasil membangun dua pusat dayah yang memisahkan antara santriwan dan santriwati di wilayah yang berbeda. Wilayah santriwan dipimpin serta dikelola oleh beliau. Sedangkan untuk wilayah santriwati dipimpin dan dikelola oleh istrinya yang akrab dipanggil sebagai Ummi Nurhayati Z.A.

Pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah saat ini menaungi sekitar 300 santriwati yang dibimbing oleh 30 pengajar atau ustaz/ustazah yang berkompeten dalam bidang keagamaan dan pembinaan karakter. Kegiatan belajar dan ibadah santriwati difasilitasi melalui 6 balai dan 5 ruang, di mana setiap balai atau ruang mampu menampung antara 20 hingga 30 santriwati, sehingga tercipta lingkungan yang kondusif untuk pembinaan disiplin ibadah, penguatan karakter, dan pengembangan spiritual.¹³³ Dengan struktur fasilitas dan tenaga pengajar yang memadai ini, pesantren dapat menerapkan berbagai program, seperti terapi zikir, shalat jamaah, serta kegiatan motivasional dan sosial secara teratur dan efektif, sehingga mendukung tercapainya tujuan pendidikan dan pembinaan santriwati secara optimal.

¹³³ Hasil Wawacara dengan Tgk Muliana Selaku Salah Satu Pengajar di Dayah HIMA Tanggal 17 November 2025.

Untuk menjangkau santriwan dan santriwati, mereka membangun rumah tak jauh dari dayah dan memilih untuk membeli tanah secara pribadi, karena sebagian dari tanah dayah adalah tanah wakaf. Secara bertahap Dayah Hidayatul Muhtadin atau juga kini disebut Hidayah, menerapkan pola modern mengikuti perkembangan zaman dari segi aturan hingga pendidikan. Hal tersebut dapat terlihat karena mereka dibekali untuk berbahasa Inggris dan berbahasa Arab selama di lingkungan dayah.

Tak hanya itu, santriwati juga dibekali kelas menjahit. Kelas menjahit berdiri pada tahun 2019 sebagai angkatan pertama setelah lima tahun dayah didirikan. Hingga saat ini kelas menjahit tetap bertahan di angkatan 7. Banyak dari santriwati mengaku tertarik menempuh pendidikan di dayah tersebut karena bukan hanya kelas menjahit, namun adanya penerapan ilmu agama yang tetap bertahan sebagai kurikulum pendidikan. Banyak orangtua yang merasa menguntungkan karena mendapatkan jaminan yang baik dan bermanfaat untuk anak-anak mereka dari usia sekolah menengah pertama hingga sekolah menengah akhir. Bahkan dayah Hidayah kini juga membuka universitas bagi santriwan dan santriwati yang berkeinginan melanjutkan perguruan tinggi.

2. Visi dan Misi Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah

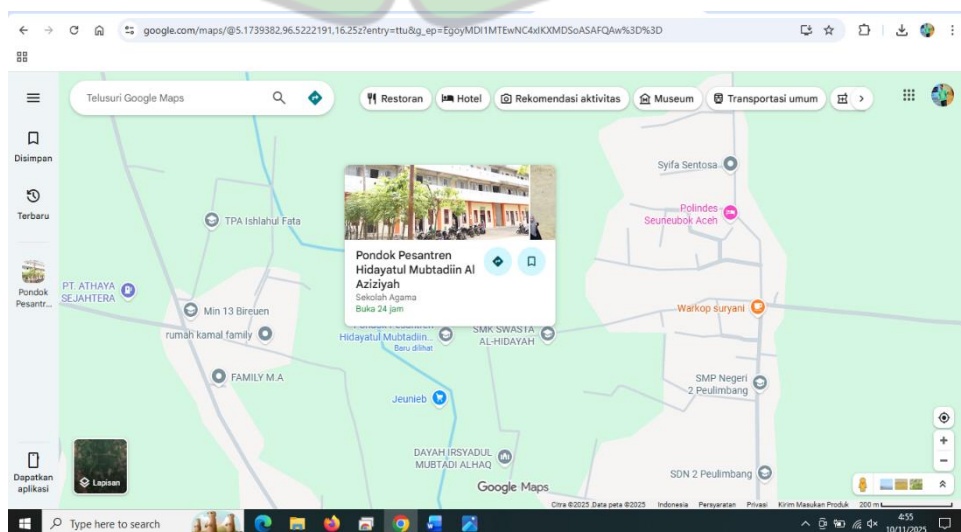
a. Visi

Melahirkan santri menjadi ulama, ilmuan yang bertakwa, adil, Amanah dan berakhlak mulia.

b. Misi

- 1) Menyenggarakan Pendidikan yang berlandaskan ahli sunnah waljamaah
 - 2) Mengkader ulama sejak dini dengan menyelenggarakan kurikulum dayah
 - 3) Mendidik dan membina karakter santri sesuai dengan nilai-nilai agama Islam
 - 4) Menyenggarakan Pendidikan kejuruan yang berlandaskan kepada prinsip kaedah Islam
 - 5) Melatih siswa dan siswi untuk mandiri dan bertakwa melalui program kopetensi SMK
 - 6) Mendorong Pendidikan tinggi untuk menjadi mahasiswa terbaik dan berprestasi
3. Letak Geografis Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah

Jarak Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah 197 Km dari pusat Kota Banda Aceh. Alamat dayah tersebut di Desa Uteun Sikumbang Kecamatan Peulimbang Kabupaten Bireuen.



Sebelah Utara	: batas dengan Seunebok Aceh
Sebelah Selatan	: batas dengan Seunebok Punti
Sebelah Barat	: batas dengan rambong Payong
Sebelah Timur	: batas dengan Nalan

B. Hasil Penelitian

Adapun teknik pengumpulan data dari penelitian ini adalah teknik observasi, wawancara dan dokumentasi, peneliti mewawancarai 10 santriwati yang memenuhi kriteria dalam penelitian. Wawancara dilakukan di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah, dilakukan pada tanggal 20 Oktober - 02 Desember. Adapun hasil penelitian dijabarkan sesuai dengan rumusan masalah:

1. Pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah

Peneliti melakukan wawancara terkait terapi zikir dan doa dengan subjek FY pada tanggal 20 Oktober yang menyatakan:

“Selama 6 tahun menjadi santriwati di dayah ini, saya awalnya mengalami rasa takut untuk berbaur dengan teman-teman yang lain. Namun, seiring berjalannya waktu, ternyata dunia pesantren tidak semenakutkan itu. Dimulai dari kebiasaan yang berubah menjadi lebih teratur, sampai pada akhirnya saya merasa 6 tahun mulai membosankan. Adanya terapi zikir dan doa yang dilakukan secara berkelompok membawa kesan yang sama dengan pesantren namun membawa pesan yang berbeda. Saya dan teman-teman melakukan zikir dan doa namun diberikan secara tersusun.”¹³⁴

Peneliti mewawancarai mengenai zikir dan doa bersama subjek R pada tanggal 20 Oktober. Ia menjelaskan bahwa:

“Saya sudah menjadi santriwati sejak masuk sekolah menengah pertama, jadi tidak ada ketakutan yang saya alami ketika masuk di pesantren ini saat memasuki sekolah menengah akhir, hanya saja bagi saya, perbedaan

¹³⁴ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama FY di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 20 Oktober 2025.

kurikulum serta lingkungannya menjadi tantangan baru. Terutama pada kebiasaan baru dalam zikir dan doa yang menjadi hal baru bagi saya karena berbeda dengan pesantren sebelumnya. Saya merasa dengan terapi zikir dan doa bersama, membangun solidaritas serta semangat untuk berkegiatan.”¹³⁵

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan subjek UK pada tanggal 20 Oktober mengenai terapi zikir dan doa. Dalam keterangannya, ia menyampaikan:

“Menjadi santriwati adalah hal baru bagi saya karena sebelumnya saya sekolah menengah pertama bukan di pesantren. Mulai dari kebiasaan hingga lingkungannya menjadi tantangan, setiap harinya dengan kegiatan yang agamis membuat pandangan tentang ibadah membuat saya ingin lebih banyak belajar. Hingga saya mengenal kegiatan zikir dan doa di pesantren, membuat saya kembali berbaur, begitu juga dengan terapi zikir dan doa yang kami laksanakan bersama-sama.”¹³⁶

Wawancara kemudian dilakukan dengan subjek K pada tanggal 20 Oktober terkait pelaksanaan zikir dan doa. Ia mengungkapkan bahwa:

“Menjadi santriwati bukan hal baru karena sebelumnya saya juga pernah menjadi santriwati di pesantren yang berbeda. Adanya perbedaan lingkungan dan kurikulum hanya menjadi tantangan bagi saya yang membuat saya terus-menerus berbaur agar mendapatkan rasa betah selama di pesantren. Kegiatan zikir dan doa adalah kegiatan yang membuat saya berbaur hingga saat ini tak terasa sudah 6 tahun saya lewatkan di pesantren membawa kebiasaan baru untuk diri saya pribadi dalam beribadah. Adanya terapi zikir dan doa juga membuat saya belajar lebih banyak dari sebelumnya.”¹³⁷

Selanjutnya peneliti mewawancarai subjek HF pada tanggal 20 Oktober mengenai pengalaman zikir dan doa. Ia menyatakan:

“Awalnya saya tertarik memilih pesantren ini karena adanya kurikulum kelas menjahit, zikir dan doa juga hal baru bagi saya, dua kegiatan tersebut

¹³⁵ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama R di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 20 Oktober 2025.

¹³⁶ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama UK di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 20 Oktober 2025.

¹³⁷ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama K di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 20 Oktober 2025.

tidak ada di sekolah menengah pertama saya. Hal tersebut menjadi kebiasaan baru yang membutuhkan waktu bagi saya untuk terbiasa, terutama dalam hal ibadah dalam shalat berjamaah. Butuh waktu hingga saya terbiasa dan bisa menetap dalam shalat berjamaah. Adanya terapi zikir dan doa membuat saya tahu, ada beberapa proses yang membuat saya mendapatkan hal baru serta kenyamanan walaupun sebelumnya kami tidak melaksanakannya sebagai kegiatan tetap.”¹³⁸

Peneliti juga mewawancarai subjek NA pada tanggal 22 Oktober. Ia menuturkan bahwa:

“Saya pernah masuk pesantren, jadi setiap aktivitas di sini memudahkan saya untuk berbaur dan terbiasa. Kegiatan zikir dan doa serta terapinya juga menjadi pertama yang sebelumnya tidak saya lakukan di tempat lama, sehingga untuk beberapa waktu saya mencoba terbiasa.”¹³⁹

Kemudian, peneliti melakukan wawancara dengan subjek DH pada tanggal 22 Oktober mengenai pelaksanaan terapi zikir dan doa. Ia mengatakan:

“Saya senang menjadi santriwati karena berilmu, berwawasan, dapat berinteraksi dengan yang lain, dan memiliki beberapa pengalaman, baik zikir dan doa maupun terapi zikir dan doa, sama-sama dilakukan secara berjamaah. Sehingga saya dan teman-teman bersemangat apalagi dilakukan berkelompok.”¹⁴⁰

Wawancara dilanjutkan dengan subjek M pada tanggal 22 Oktober. Ia menyampaikan bahwa:

“Kebiasaan yang awalnya tidak pernah saya lakukan di rumah, menjadi hal yang selalu saya lakukan semenjak menjadi santriwati di sini, seperti zikir doa berjamaah, shalat berjamaah dan mengaji bersama. Segala hal yang kami lakukan secara bersama membuat saya mencoba membangun kebiasaan yang lebih baik dari sebelumnya. Begitu juga dengan terapi zikir dan doa.”¹⁴¹

¹³⁸ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama HF di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 20 Oktober 2025.

¹³⁹ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama NA di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025.

¹⁴⁰ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama DH di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025.

¹⁴¹ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama M di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025.

Peneliti mewawancarai subjek KN pada tanggal 22 Oktober, ia menuturkan bahwa:

“Kegiatan yang baru bagi saya adalah shalat berjamaah, karena sebelumnya saya berada di lingkungan yang jarang melaksanakan shalat berjamaah dan bukan di pesantren. Setelah shalat, saya juga mulai terbiasa dengan zikir, doa, dan terapi, yang semuanya menjadi pengalaman baru dalam keseharian saya di pesantren.”¹⁴²

Wawancara juga dilakukan dengan subjek JH pada tanggal 22 Oktober terkait pelaksanaan terapi zikir dan doa. Ia menjelaskan:

“Zikir dan doa menjadi kegiatan yang saya sukai saat di pesantren, karena dilakukan secara teratur, disiplin, dan berkelompok. Namun, setelah enam tahun di pesantren, kegiatan ini mulai terasa biasa. Meski begitu, melalui pendekatan terapi zikir dan doa yang sebelumnya belum pernah kami lakukan, saya merasakan adanya perbedaan.”¹⁴³

Berdasarkan hasil wawancara dengan para santriwati, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa di Pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah berperan dalam mengembangkan disiplin ibadah secara bertahap melalui proses pembiasaan, kebersamaan, dan dukungan lingkungan pesantren. Kegiatan zikir dan doa yang dilakukan secara rutin membiasakan santriwati untuk disiplin dalam menjalankan ibadah, sementara pelaksanaan secara berjamaah dan berkelompok menciptakan rasa solidaritas, nyaman, dan kebersamaan antar santriwati. Selain itu, suasana pesantren yang kondusif, budaya ibadah yang kuat, serta bimbingan dari pengasuh dan teman sebaya memberikan dukungan lingkungan yang membantu santriwati menanamkan disiplin ibadah secara konsisten. Awalnya, beberapa santriwati menghadapi tantangan dalam

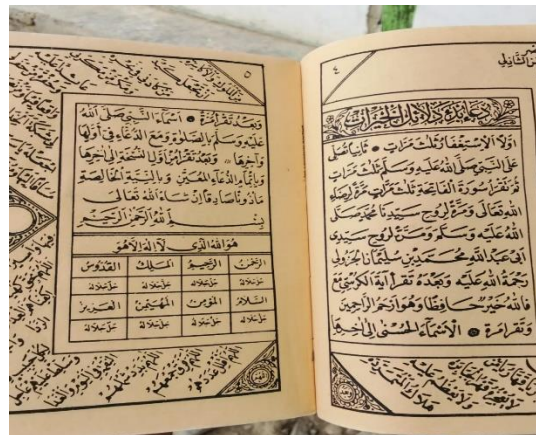
¹⁴² Hasil wawancara dengan santriwati Bernama KN di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025.

¹⁴³ Hasil wawancara dengan santriwati Bernama JH di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025.

beradaptasi, baik karena perbedaan kurikulum, budaya pesantren, maupun kebiasaan ibadah sebelumnya. Namun, pelaksanaan zikir dan doa yang dilakukan secara berjamaah dan berkelompok menciptakan suasana kebersamaan, rasa nyaman, serta solidaritas antar santriwati.



Kegiatan terapi zikir dan doa dirasakan dapat membangun motivasi dan konsistensi dalam menjalankan ibadah, terutama dalam shalat berjamaah. Melalui keteraturan jadwal dan pelaksanaannya yang terstruktur, santriwati memperoleh kesempatan untuk memperdalam pemaknaan ibadah, membentuk kebiasaan baru yang positif, serta menumbuhkan ketenangan batin. Dengan demikian, pendekatan terapi zikir dan doa bukan hanya berfungsi sebagai kegiatan ibadah tambahan, tetapi juga menjadi media pembiasaan nilai-nilai disiplin, kekompakan, dan pembentukan karakter religius dalam kehidupan santriwati di pesantren.



Adapun media yang dipakai dalam proses terapi zikir dan doa tertera seperti gambar diatas, kitab tersebut diberikan oleh dayah untuk setiap santriwati di dayah HIMA. Pelaksanaannya dibagi setiap regu menyesuaikan asal dari santriwati. Rutin dilaksanakan setiap malam jumat dan dipimpin oleh Tgk Riska Mulyani, Tgk Putri Nadila, Tgk Suci Azkiani, Tgk Nadia Ulfa dan Tgk Evi Wardana.

2. Peran Terapi Zikir dan Doa Bagi Santriwati di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah

Adapun hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek FY menyatakan bahwa:

“Seiring berjalannya waktu, dari kebiasaan yang berubah menjadi lebih teratur, sampai dengan kebiasaan baru dalam proses terapi zikir dan doa mempengaruhi semangat saya dalam shalat 5 waktu. Kebiasaan 6 tahun berlalu saya tempuh selama di pesantren, kembali hidup seperti baru. Saya merasa juga didukung oleh lingkungan yang ikut menjaga seluruh santriwati dalam beribadah.”¹⁴⁴

¹⁴⁴ Hasil wawancara dengan santriwati bernama FY di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

Selanjutnya hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek R menyatakan bahwa:

“Kebiasaan baru dalam terapi zikir dan doa yang menjadi hal baru bagi saya karena berbeda dengan kebiasaan sebelumnya. Saya merasa dengan zikir dan doa serta terapinya yang berjamaah dan berkelompok dapat membangun solidaritas serta semangat untuk beribadah.”¹⁴⁵

Kemudian hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek UK menyatakan bahwa:

“Lingkungannya menjadi tantangan, namun seiring berjalannya waktu saya bisa melewatkannya karena keberadaan teman-teman yang mendukung. Kegiatan yang sebelumnya tidak pernah saya lakukan pun menjadi menyenangkan seperti terapi zikir dan doa. Hadir ketenangan serta rasa yang berbeda setelah saya mempelajarinya.”¹⁴⁶

Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek K menyatakan bahwa:

“Tantangan bagi saya adalah usaha saya yang terus-menerus berbaur agar mendapatkan rasa betah selama di pesantren. Kegiatan terapi zikir dan doa adalah kegiatan yang membuat saya berbaur karena dilaksanakan dengan berkelompok. 6 tahun berlalu saya masih mencoba terbiasa untuk diri saya pribadi dalam beribadah.”¹⁴⁷

Lalu hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek HF menyatakan bahwa:

“Karena kurikulum serta kegiatan padat yang terkadang membuat saya merasa bosan, saya memerlukan dorongan yang lebih kuat agar saya mampu menjaga hal tersebut menjadi kebiasaan yang tidak memberatkan. Kegiatan zikir dan doa dan terapi menjadi tambahan kegiatan saya dengan harapan aktif dalam jamaah. Terapi juga mengugah saya untuk mencoba

¹⁴⁵ Hasil wawancara dengan santriwati bernama R di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

¹⁴⁶ Hasil wawancara dengan santriwati bernama UK di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 oktober 2025

¹⁴⁷ Hasil wawancara dengan santriwati bernama K di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

kembali terbiasa aktif dalam jamaah. Hanya saja saya masih mengupayakannya walaupun sudah tidak seterbiasa dahulu.”¹⁴⁸

Selanjutnya hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek NA menyatakan bahwa:

“Selain karena zikir dan doa juga menjadi pertama yang sebelumnya tidak saya lakukan di tempat lama, tetapi ikut serta membuat saya berbaur dalam serba kegiatan jamaah di pesantren. Saya tertarik mencobanya karena dilaksanakan secara berkelompok bersama dengan teman-teman. Sehingga untuk beberapa waktu saya ikut terbiasa dan dapat berbaur kembali setelah melawan rasa jenuh di beberapa waktu sebelumnya.”¹⁴⁹

Kemudian hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek DH menyatakan bahwa:

“Untuk berada di perkumpulan asing butuh keberanian dalam beradaptasi. Saya bersyukur dapat melewatinya dengan bantuan teman-teman yang mendukung saya. Saya juga mencoba menikmati setiap kurikulum di pesantren, salah satunya zikir dan doa yang dilakukan secara berjamaah. Adanya terapi zikir dan doa juga menjadi salah satu kegiatan yang saya hargai karena belum saya lakukan sebelumnya bersama dengan teman-teman.”¹⁵⁰

Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek M menyatakan bahwa:

“Segala hal yang biasa saya lakukan sendiri, seperti shalat, zikir dan doa terasa berbeda saat di pesantren karena kurikulum menetapkannya sebagai aturan yang dilakukan secara jamaah. Hal tersebut menuntun saya untuk mencoba membangun kebiasaan yang lebih baik dari sebelumnya. Kebersamaan, diskusi dan zikir dan doa dalam konsep terapi membawa suasana serta perasaan yang berbeda.”¹⁵¹

¹⁴⁸ Hasil wawancara dengan santriwati bernama HF di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

¹⁴⁹ Hasil wawancara dengan santriwati bernama NA di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

¹⁵⁰ Hasil wawancara dengan santriwati bernama DH di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

¹⁵¹ Hasil wawancara dengan santriwati bernama M di pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek KN menyatakan bahwa:

“Dengan usaha dalam beradaptasi terhadap kurikulum dan lingkungan, saya mencoba terbiasa melakukannya dengan berbaur bersama teman yang mampu membawa saya disiplin. Shalat berjamaah adalah kegiatan yang dapat saya lakukan bersama mereka. Mendapat dukungan dari zikir dan doa yang dikonsepsikan dengan terapi ternyata menghasilkan rasa yang berbeda dari sebelumnya. Sebagai santriwati baru saya merasa mendapat dukungan yang membuat saya berbeda namun mendapatkan rasa yang menarik selama menjadi santriwati namun masih dalam lingkup ibadah berjamaah.”¹⁵²

Adapun hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek JH menyatakan bahwa:

“Berjalan 6 tahun di pesantren, kegiatan shalat jamaah menjadi sulit bagi saya karena jadwal yang padat dan sulitnya membagi waktu. Namun dari terapi zikir dan doa saya tetap mendapatkan pelajaran penting membangun suasana dan lingkup belajar baru agar mendapatkan sensasi rasa nyaman yang sebelumnya ada pada diri kita.”¹⁵³

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa terapi zikir dan doa berperan dalam membentuk kedisiplinan, ketenangan batin, serta solidaritas santriwati di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah. Terapi yang dilakukan secara berjamaah dan berkelompok mendorong santriwati untuk beradaptasi dengan lingkungan pesantren, membangun kebiasaan ibadah yang lebih teratur, serta menumbuhkan rasa kebersamaan di antara mereka.

¹⁵² Hasil wawancara dengan santriwati bernama KN di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 Oktober 2025

¹⁵³ Hasil wawancara dengan santriwati bernama JH di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah pada tanggal 22 oktober 2025



Selain itu, kegiatan terapi zikir dan doa memberikan dorongan motivasional bagi santriwati dalam melaksanakan shalat berjamaah, terutama bagi mereka yang sebelumnya belum terbiasa atau mengalami kejenuhan. Pendekatan ini juga memberi pengaruh emosional dan spiritual, berupa rasa tenang, nyaman, serta meningkatnya pemaknaan terhadap ibadah yang dilakukan sehari-hari.

Dengan demikian, terapi zikir dan doa berfungsi tidak hanya sebagai kegiatan ibadah tambahan, tetapi juga sebagai media pembinaan karakter religius, penguatan disiplin, serta proses pendukung adaptasi santriwati dalam kehidupan pesantren.

C. Pembahasan

Pada bab ini peneliti membahas temuan hasil penelitian yang diperoleh melalui proses wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah. Pembahasan difokuskan pada

pelaksanaan terapi zikir dan doa serta perannya dalam mengembangkan disiplin ibadah santriwati. Hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya kemudian dianalisis berdasarkan teori-teori yang relevan, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih dalam mengenai bagaimana terapi zikir dan doa diterapkan, diterima, dan berpengaruh terhadap kehidupan religius santriwati dalam keseharian di pesantren.

1. Pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara dengan para santriwati Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah, dapat dipahami bahwa pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa berperan penting dalam mengembangkan disiplin ibadah santriwati, khususnya dalam pelaksanaan shalat berjamaah dan pembiasaan ibadah harian. Temuan ini sejalan dengan konsep ibadah dalam Islam yang tidak hanya dipahami sebagai ritual formal, tetapi sebagai proses penghambaan diri secara menyeluruh kepada Allah Swt., baik melalui perbuatan lahiriah maupun penghayatan batiniah. Sesuai sejalan dengan tafsir Al-Qur'an oleh Ibnu Katsir yang menjelaskan bahwa ibadah yang dilandasi kesadaran dan kekhusyukan akan membentuk akhlak yang mulia dan menuntun pada ketaatan sejati kepada Allah Swt.¹⁵⁴ Hal ini sejalan dengan pendapat Yusuf Qardhawi yang menyatakan bahwa ibadah merupakan sarana pembentukan kepribadian mukmin yang berakhlak, bertakwa, dan memiliki kedisiplinan spiritual dalam kehidupan sehari-hari.

¹⁵⁴ Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-Azhim*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), hlm. 512.

Secara konseptual, ibadah menurut para ulama, seperti Imam Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, mencakup seluruh perbuatan yang dicintai dan diridhai Allah, baik berupa ucapan maupun perbuatan, lahir dan batin. Dalam konteks ini, zikir dan doa yang dilakukan oleh santriwati termasuk ke dalam bentuk ibadah *lisaniyah wa qalbiyah*, yaitu ibadah yang melibatkan lisan dan hati. Hal ini tampak dalam praktik zikir dan doa berjamaah yang tidak hanya menuntut kehadiran fisik santriwati, tetapi juga kesadaran, kekhusyukan, dan keterlibatan batin dalam pelaksanaannya.¹⁵⁵ Tafsir Al-Qur'an Surah Al-Ankabut ayat 45 menjelaskan bahwa shalat dan zikir memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian seorang muslim. Shalat yang dilakukan dengan khusyuk dan zikir yang dilakukan secara konsisten mampu menumbuhkan kesadaran spiritual sehingga seseorang lebih mampu mengendalikan hawa nafsu dan menjaga perilakunya dari perbuatan keji dan mungkar. Dengan demikian, shalat dan zikir tidak hanya bernilai ibadah ritual, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pembinaan akhlak, disiplin diri, serta pengendalian perilaku dalam kehidupan sehari-hari.¹⁵⁶ Abdullah Nashih Ulwan menjelaskan bahwa pembiasaan ibadah yang dilakukan secara konsisten merupakan metode pendidikan Islam yang efektif dalam membentuk karakter disiplin dan tanggung jawab spiritual.¹⁵⁷ Hal ini sejalan dengan pembiasaan dalam pendidikan Islam yang menyatakan bahwa rutinitas ibadah yang dilakukan secara berulang membentuk internalisasi nilai spiritual,

¹⁵⁵ Khotimatul Husna, Mahmud Arif, *Ibadah dan Praktiknya Dalam Masyarakat*, Jurnal Studi Pendidikan Islam, Vol 4, No.2, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga), Tahun 2021, hal 144-146

¹⁵⁶ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya: Edisi Penyempurnaan 2019*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), QS. Al-Ankabut:45.

¹⁵⁷ Ahmad Syaikh, *Pendidikan Pesantren...*, hlm. 44.

pengendalian diri, dan motivasi intrinsik untuk melaksanakan ibadah secara konsisten. Pembiasaan yang terstruktur ini menjadi metode efektif dalam membentuk karakter religius peserta didik.¹⁵⁸

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian santriwati mengalami kesulitan adaptasi pada awal masuk pesantren, baik karena perbedaan lingkungan, kebiasaan ibadah, maupun latar belakang pendidikan sebelumnya. Kondisi ini sesuai dengan pandangan psikologi Islam yang menyatakan bahwa gangguan atau kegelisahan jiwa dapat muncul akibat ketidakseimbangan antara kebutuhan fisik, mental, dan spiritual. Dalam hal ini, pendekatan terapi zikir dan doa berfungsi sebagai bentuk obat ma'nawi sebagaimana dikemukakan oleh Muhammad Abd Aziz al-Khalidi, yaitu terapi yang menyentuh aspek ruh dan kalbu manusia melalui pendekatan spiritual. Tafsir Al-Qur'an menekankan bahwa dzikir memiliki fungsi utama sebagai sarana pembersih hati dari berbagai penyakit batin seperti lalai, sombong, dan cinta dunia yang berlebihan. Dengan hati yang bersih, seseorang akan lebih mudah merasakan kehadiran Allah dalam setiap aktivitas ibadahnya. Kedekatan spiritual yang terbangun melalui dzikir menjadikan seseorang lebih tenang, khusyuk, dan mampu mengendalikan diri dalam menjalankan ibadah secara disiplin dan istiqamah.¹⁵⁹

Pelaksanaan terapi zikir dan doa yang dilakukan secara terjadwal dan berkelompok di pesantren mencerminkan prinsip terapi Islami yang dilakukan secara terencana, sistematis, dan berulang-ulang. Hal ini selaras dengan konsep psikoterapi Islam yang bertujuan menumbuhkan harapan, rasa aman, dan

¹⁵⁸ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan...*, hlm. 101.

¹⁵⁹ *Ibid*, hlm. 84.

ketenangan batin. Sejalan dengan tafsir Al-Qur'an dan hadits yang menekankan pentingnya istiqamah dalam ibadah sebagai sarana pembiasaan yang menenangkan hati dan menumbuhkan kedisiplinan.¹⁶⁰ Santriwati yang sebelumnya merasa takut, canggung, atau jenuh, secara bertahap menunjukkan perubahan sikap menuju penerimaan diri, kenyamanan, dan kesiapan untuk menjalankan ibadah dengan lebih disiplin.

Selain itu, kegiatan zikir dan doa berjamaah juga berperan sebagai sarana pembiasaan disiplin ibadah. Dalam teori ibadah dijelaskan bahwa shalat merupakan ibadah *mahdhah* yang memiliki ketentuan waktu yang jelas dan wajib dilaksanakan secara konsisten. Disiplin waktu dalam shalat berjamaah di pesantren diperkuat melalui pendekatan terapi zikir dan doa, yang menciptakan suasana religius dan ketenangan psikologis yang menurut tafsir Ibnu Katsir, kekhusyukan dan keteraturan ibadah menumbuhkan disiplin dan kesadaran spiritual yang konsisten.¹⁶¹ Dengan demikian, santriwati tidak hanya menjalankan shalat sebagai kewajiban formal, tetapi juga sebagai kebutuhan spiritual yang memberikan ketenangan jiwa. Hal ini sejalan dengan teori pembiasaan dalam pendidikan Islam, yang menekankan bahwa pengulangan ibadah yang terstruktur membangun kedisiplinan spiritual dan internalisasi nilai religius dalam kehidupan sehari-hari.¹⁶²

Dari perspektif tujuan ibadah, praktik terapi zikir dan doa ini mendukung pembentukan disiplin dan kontrol diri santriwati. Ibadah, sebagaimana dijelaskan dalam konsep tujuan ibadah, bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah,

¹⁶⁰ Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-Azhim*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), hlm. 520.

¹⁶¹ *Ibid*, hlm. 522.

¹⁶² Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam...*, hlm. 101.

meningkatkan keimanan dan ketakwaan, serta membentuk karakter yang teratur dan sebagaimana ditegaskan dalam tafsir bahwa ibadah yang dilakukan dengan sadar dan konsisten akan membentuk akhlak mulia dan menguatkan pengendalian diri.¹⁶³ Hal ini tercermin dari pernyataan santriwati yang merasakan adanya perubahan kebiasaan, seperti lebih konsisten mengikuti shalat berjamaah, zikir, dan doa, serta tumbuhnya motivasi untuk memperbaiki kualitas ibadah.

Lebih lanjut, pendekatan terapi zikir dan doa juga berperan dalam memenuhi kebutuhan santriwati sebagai individu yang hidup dalam komunitas pesantren. Santriwati, baik yang mukim maupun kalong, memiliki tanggung jawab spiritual untuk menjaga kualitas ibadah dan akhlak. Terapi zikir dan doa yang dilaksanakan secara kolektif membantu santriwati membangun solidaritas, rasa kebersamaan, dan dukungan sosial sesuai dengan tafsir yang menekankan fungsi ibadah berjamaah dalam mempererat hubungan horizontal antar umat dan menumbuhkan semangat kebersamaan dalam beribadah.¹⁶⁴ Hal ini sejalan dengan fungsi ibadah yang tidak hanya memperkuat hubungan vertikal dengan Allah, tetapi juga mempererat hubungan horizontal antarsesama.

Dalam konteks terapi Islami, tahapan penyadaran diri (*tazkiyah an-nafs*), pembersihan jiwa (*tathhir an-nafs*), dan penguatan spiritual tampak dalam proses yang dialami santriwati. Melalui zikir dan doa, santriwati diajak untuk merenungi diri, membersihkan hati dari rasa malas dan jenuh dalam beribadah, serta memperkuat hubungan dengan Allah Swt. Tafsir Al-Qur'an menjelaskan bahwa dzikir merupakan obat bagi hati yang dapat menyembuhkan kegelisahan,

¹⁶³ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an...*, hlm. 401.

¹⁶⁴ Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an...*, hlm. 523.

kegundahan, dan kelemahan spiritual. Dengan membiasakan dzikir, seseorang akan merasakan ketenangan batin dan kestabilan mental karena hatinya senantiasa terhubung dengan Allah Swt. Ketenangan ini mendorong tumbuhnya kesadaran dan motivasi untuk beribadah secara lebih tertib, konsisten, dan disiplin, sehingga dzikir berfungsi sebagai sarana penguatan spiritual dalam kehidupan seorang muslim.¹⁶⁵

Dengan demikian, pelaksanaan terapi zikir dan doa di pesantren juga memperkuat aspek disiplin ibadah melalui pembiasaan, internalisasi nilai spiritual, dan pengembangan kontrol diri santriwati, sesuai teori psikologi pendidikan Islam yang menekankan pentingnya pengulangan, struktur, dan pengawasan dalam membentuk karakter religius.¹⁶⁶

Dengan demikian, pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah tidak hanya relevan secara empiris berdasarkan pengalaman santriwati, tetapi juga memiliki landasan teoritis yang kuat dalam konsep ibadah, psikoterapi Islam, dan pembinaan santriwati. Terapi zikir dan doa berfungsi sebagai media pembiasaan ibadah, penguatan spiritual, serta pembentukan karakter disiplin, yang diharapkan tidak hanya berdampak selama santriwati berada di pesantren, tetapi juga berlanjut dalam kehidupan mereka di luar pesantren dengan tafsir yang menekankan bahwa ibadah yang konsisten membentuk karakter dan akhlak yang terus terjaga meskipun berada di luar lingkungan pesantren.¹⁶⁷

¹⁶⁵ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an...*, hlm. 402.

¹⁶⁶ Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam...*, hlm. 101.

¹⁶⁷ Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an...*, hlm. 525.

2. Peran terapi zikir dan doa bagi santriwati di pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah

Temuan penelitian mengenai peran terapi zikir dan doa dalam membentuk kedisiplinan, ketenangan batin, serta solidaritas santriwati memiliki kesesuaian yang kuat dengan konsep ibadah dalam Islam sebagaimana dijelaskan dalam landasan teori.¹⁶⁸ Ibadah tidak hanya dimaknai sebagai aktivitas ritual formal, tetapi merupakan proses penghambaan yang melibatkan kesatuan ruh, akal, dan perbuatan dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT.¹⁶⁹ Dalam konteks ini, terapi zikir dan doa termasuk ke dalam ibadah *lisaniyah wa qalbiyah*, yaitu ibadah yang melibatkan lisan dan hati secara bersamaan, sebagaimana zikir, doa, dan membaca Al-Qur'an.¹⁷⁰

Menurut Imam Al-Ghazali, ibadah mencakup seluruh aktivitas lahir dan batin yang dicintai dan diridhai oleh Allah. Zikir dan doa yang dilakukan secara terstruktur dalam bentuk terapi berjamaah tidak hanya bernilai ibadah *mahdhah*, tetapi juga berfungsi sebagai sarana *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa). Hal ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa santriwati merasakan ketenangan, kenyamanan, dan perubahan sikap dalam menjalankan ibadah, khususnya shalat berjamaah. Zikir yang dilakukan secara konsisten mampu mempersempit ruang bagi godaan duniawi, sebagaimana pandangan Al-Ghazali bahwa intensitas zikir

¹⁶⁸ Jamaluddin, Said Maskur, Shabri Shaleh Anwar, *Konsep Ibadah Zikir dan Doa Terbaik*, (Depok Sleman Yogyakarta, Kalimedia, 2020) hal 4

¹⁶⁹ Muhammad Rifki Asshiddiqei dkk., "Analisis Tentang Konteks....", hlm. 767.

¹⁷⁰ Khotimatul Husna, Mahmud Arif, *Ibadah dan Praktiknya Dalam Masyarakat*, Jurnal Studi Pendidikan Islam, Vol 4, No.2, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga), Tahun 2021, hal 144-146

dan doa akan mengurangi dominasi hawa nafsu dan meningkatkan kesadaran ketuhanan.¹⁷¹

Lebih lanjut, pembiasaan ibadah melalui terapi zikir dan doa juga berkaitan erat dengan tujuan ibadah, khususnya dalam membentuk disiplin dan kontrol diri. Shalat berjamaah yang dilaksanakan secara rutin menuntut ketepatan waktu, kepatuhan terhadap aturan, serta kesiapan mental untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kolektif. Hal ini sejalan dengan konsep ibadah sebagai sarana pembinaan karakter, sebagaimana dijelaskan bahwa ibadah berfungsi membangun akhlak, ketertiban, dan orientasi hidup yang *rabbani*. Temuan bahwa santriwati merasa terdorong untuk lebih disiplin dan berupaya konsisten dalam berjamaah menunjukkan bahwa terapi zikir dan doa berkontribusi nyata dalam pencapaian tujuan ibadah tersebut.¹⁷² Dalam konteks ini, tengku atau pemimpin dayah berperan mengingatkan santriwati yang tidak disiplin ibadah, serta memberikan sanksi berupa shalat di lapangan dan kegiatan gotong royong untuk menanamkan kedisiplinan.

Dari perspektif ibadah *ghairu mahdhah*, terapi zikir dan doa juga berfungsi sebagai aktivitas sosial yang bernilai ibadah karena dilaksanakan secara berjamaah, berkelompok, dan dilandasi niat mendekatkan diri kepada Allah. Kebersamaan, solidaritas, serta dukungan emosional antarsantriwati yang muncul dalam proses terapi menunjukkan bahwa ibadah tidak hanya berdimensi vertikal (*hablun minallah*), tetapi juga horizontal (*hablun minannas*). Hal ini sesuai dengan pandangan Muhammad Syalthut bahwa ibadah berfungsi menumbuhkan

¹⁷¹ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa*..., hlm. 147.

¹⁷² Ahmad Syaikh, *Fiqh Ibadah* (Bandung: Pustaka Ilmu, 2022), hlm. 45-55.

kesadaran akan kehadiran dan pengawasan Allah sekaligus memperkuat hubungan sosial sesama manusia.¹⁷³

Selain itu, temuan mengenai ketenangan batin dan kenyamanan spiritual yang dirasakan santriwati dapat dijelaskan melalui pendekatan terapi Islami. Terapi zikir dan doa merupakan bentuk obat ma'nawi, sebagaimana dikemukakan oleh Muhammad Abd Aziz al-Khalidi, yang berfungsi menyembuhkan gangguan ruh dan kalbu manusia. Zikir memiliki efek relaksasi yang menenangkan sistem saraf dan menstabilkan kondisi psikologis, sementara doa berfungsi sebagai sarana komunikasi langsung dengan Allah yang menumbuhkan harapan, optimisme, dan rasa aman.

Dengan demikian, terapi zikir dan doa tidak hanya memperkuat aspek spiritual, tetapi juga mendukung kesehatan mental santriwati dalam menghadapi tekanan aktivitas pesantren.¹⁷⁴ Dengan merujuk pada konsep ibadah, tujuan dan kegunaan ibadah, serta teori terapi Islami, dapat ditegaskan bahwa hasil penelitian ini memiliki landasan teoretis yang kuat. Terapi zikir dan doa berfungsi sebagai media integratif yang menghubungkan aspek ibadah *mahdhah*, pembinaan karakter, dan penyembuhan psikologis.¹⁷⁵

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa, praktik terapi zikir dan doa di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah dapat dipahami sebagai strategi pembinaan ibadah yang efektif dalam membentuk disiplin shalat berjamaah, meningkatkan ketenangan batin, serta memperkuat solidaritas santriwati secara berkelanjutan.

¹⁷³ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu....*, hlm. 311.

¹⁷⁴ Muhammad Abd Aziz al-Khalidi, *Psikoterapi Islami....*, hlm. 72.

¹⁷⁵ Muhammad Ali Quthb, *Terapi Zikir....*, hlm. 54.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pelaksanaan terapi zikir dan doa di Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah, maka kesimpulan penelitian disesuaikan dengan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan pendekatan terapi zikir dan doa untuk mengembangkan disiplin ibadah santriwati. Pelaksanaan terapi zikir dan doa dilakukan secara terjadwal, berkelompok, dan berjamaah, sehingga membiasakan santriwati untuk disiplin dalam menjalankan ibadah, khususnya shalat berjamaah. Kegiatan ini tidak hanya menekankan aspek lahiriah dari ibadah, tetapi juga memperkuat aspek batiniah melalui dzikir dan doa yang dilakukan secara sadar dan khusyuk. Pelaksanaan secara rutin dan terstruktur membantu santriwati beradaptasi dengan lingkungan pesantren, membangun kebiasaan positif, serta menumbuhkan ketenangan batin dan rasa nyaman dalam beribadah.
2. Peran terapi zikir dan doa bagi santriwati di pesantren. Terapi zikir dan doa berperan sebagai media pembinaan karakter religius, penguatan disiplin, dan pembentukan solidaritas antar santriwati. Kegiatan ini mendorong santriwati untuk aktif beribadah, meningkatkan konsistensi dalam shalat berjamaah, dan membangun kedekatan dengan teman sebaya serta lingkungan pesantren. Selain itu, mekanisme pengawasan pengasuh dayah melalui sanksi, seperti shalat di lapangan dan kegiatan gotong royong, turut menanamkan tanggung

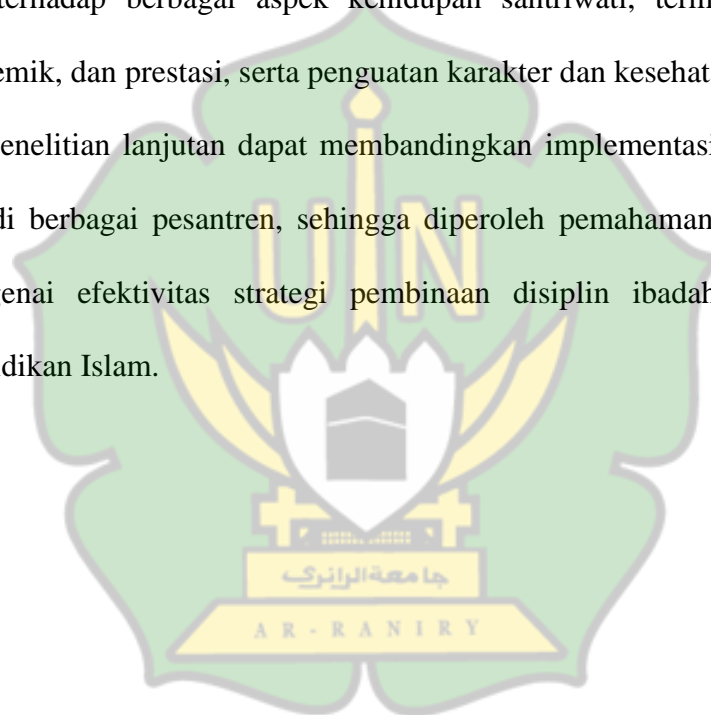
jawab dan kedisiplinan, sehingga terapi ini tidak hanya mendukung aspek spiritual, tetapi juga sosial dan psikologis santriwati.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah. Upaya mempertahankan dan mengembangkan terapi zikir dan doa menjadi bagian penting dalam pembinaan disiplin ibadah santriwati. Pesantren diharapkan terus melakukan inovasi metode agar kegiatan ini tetap menarik dan relevan bagi para santriwati. Selain itu, pesantren perlu menyeimbangkan pemberian sanksi, seperti shalat di lapangan dan kegiatan gotong royong, dengan pendekatan motivasional sehingga santriwati merasa didukung, bukan terbebani. Lebih lanjut, perluasan kegiatan terapi zikir dan doa dengan menambahkan sesi refleksi, mentoring, atau diskusi dapat membantu santriwati lebih mendalami makna ibadah dan melakukan internalisasi nilai-nilai spiritual secara lebih optimal.
2. Bagi santriwati. Kegiatan terapi zikir dan doa dapat dimanfaatkan untuk membangun konsistensi dan kedisiplinan dalam melaksanakan ibadah, baik selama berada di pesantren maupun ketika di rumah. Selain itu, kegiatan ini mendorong semangat kebersamaan dan solidaritas di antara santriwati, sehingga dukungan teman sebaya dapat mempermudah adaptasi terhadap lingkungan pesantren dan memperkuat motivasi untuk terus beribadah secara disiplin.

3. Bagi Prodi: Program Studi diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pengayaan kurikulum, khususnya pada mata kuliah yang berkaitan dengan pembinaan karakter dan keagamaan. Selain itu, Prodi diharapkan mendorong penelitian lanjutan serta memperkuat kerja sama dengan pesantren sebagai sarana penerapan teori dan praktik keislaman.
4. Bagi peneliti selanjutnya. Disarankan untuk menilai pengaruh terapi zikir dan doa terhadap berbagai aspek kehidupan santriwati, termasuk psikologis, akademik, dan prestasi, serta penguatan karakter dan kesehatan mental. Selain itu, penelitian lanjutan dapat membandingkan implementasi terapi zikir dan doa di berbagai pesantren, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai efektivitas strategi pembinaan disiplin ibadah di lingkungan pendidikan Islam.



DAFTAR PUSTAKA

- Aba Firdaus al-Halwani. (2002). *Manajemen Terapi Qalbu*. Yogyakarta: Media Insani.
- Ahmad Sarwat. (2022). *Shalat Berjamaah: Keutamaan, Hikmah, dan Implementasinya dalam Kehidupan Muslim*, Jakarta: Rumah Fiqih Publishing.
- Abdul Karim Zaidan. (2023). *Pengantar Studi Syariah Islam*. Jakarta: Prenada Media.
- Achmad Muchaddam Fahham. (2015). *Pendidikan Pesantren: Pola Pengasuhan, Pembentukan Karakter dan Perlindungan Anak*. Jakarta: Publica Institute.
- Ahmad Sarwat. (2011). *Seri Fiqih Kehidupan (3): Shalat*. Jakarta Selatan: DU Publish.
- Ahmad Syaikh. (2022). *Fiqih Ibadah*. Bandung: Pustaka Ilmu.
- Ahmad Syaikh. (2022). *Pendidikan Pesantren untuk Santriwati*. Jakarta: Pustaka Ilmu.
- Aisyah Zulfikar. (2022). *Psikoterapi Islam Kontemporer*. Jakarta: Pustaka Ilmi.
- Al-Ghazali. (1999). *Asrar Al-Azkar wa Ad-Da'awut*, alih bahasa Muhammad Al-Baqir. Bandung: Karisma.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. (2021). *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama*, diterjemahkan Moh. Zuhri. Jakarta: Republika Penerbit.
- Ali Trigiyatno. (2021). "Disiplin dalam Perspektif Islam." *Suara Muhammadiyah*. Diakses 14 September 2025, <https://web.suaramuhammadiyah.id/2021/02/26/di disiplin-dalam-perspektif-islam/>.
- Anshori. (2019). *Psikoterapi dan Konseling Islam: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anwar Fauzan. (2024). *Pendidikan Karakter Berbasis Nilai-Nilai Islam*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Anto Dayan. (2024). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

- A. Rahman Ritonga & Zainuddin. (2002). *Fiqh Ibadah*. Jakarta: Gaya Media Pratama.
- Bafaqih, M. J. (2006). *Berjumpa Allah Dalam Shalat*. Jakarta: Zahra.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Islam. (2022). *Pedoman Pembinaan Disiplin Ibadah di Pesantren*. Jakarta: Kemenag.
- Bungin, Burhan M. (2010). *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Dadang Hawari. (1998). *Doa dan Zikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis*. Jakarta: Dana Bakti Prima Yasa.
- Echois, John M., & Hasan Shadli. (1995). *Kamus Inggris Indonesia*, cet. XX. Jakarta: PT Gajah Persada.
- Fadhl Ilahi. (2015). *Fadhilah Shalat Berjamaah*. Jakarta Timur: Istanbul.
- Fenti Hikmawati. (2019). *Metodologi Penelitian*. Depok: Rajawali Pers.
- Hamdi Abdul Karim. (2021). "Menilik Pengelolaan dan Pelaksanaan Ibadah Sebagai Sarana Psikoterapi Dalam Islam." *Jurnal Al Irsyad Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 12, No. 1. Lampung: IAIN Metro.
- Hariz Priyatna & Lisdy Rahayu. (2014). *Amalan Pembuka Rezeki Mengungkap Amalan Dahsyat dan Kisah Para Pengamalnya*, cet. 1. Yogyakarta: PT Bintang Pustaka.
- Harun Nasution. (1985). *Islam: Ditinjau dari Berbagai Aspeknya*, Jilid 1. Jakarta: UIP.
- Ibnu Katsir. (2007). *Tafsir al-Qur'an al-Azhim*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. (2019). *Madarijus Salikin: Menapaki Tangga-Tangga Menuju Allah*, diterjemahkan Kathur Suhardi. Jakarta: Pustaka Azzam.
- John W. Creswell. (2024). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 5th ed. Los Angeles: SAGE.
- Khoirul Abror. (2019). *Fiqh Ibadah*. Yogyakarta: Phoenix Publisher.

- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). *Al-Qur'an dan Terjemahannya: Edisi Penyempurnaan 2019*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Khotimatul Husna & Mahmud Arif. (2021). "Ibadah dan Praktiknya Dalam Masyarakat." *Jurnal Studi Pendidikan Islam*, Vol. 4, No. 2. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Lexy J. Moleong. (1989–2000). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Marini Waruwu. (2023). "Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method." *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 7, No. 1. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Martina Embong. (2021). "Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII Pada SMP Negeri 1 Suppa Melalui Layanan Bimbingan Sosial." *Jurnal Kependidikan Media*, Vol. 10, No. 2. SMP Negeri 1 Suppa.
- M. Hasby Ash Shiddieqy. (1994). *Kuliah Ibadah*. Jakarta: Bulan Bintang.
- M. Jamil Yusuf. (2012). *Model Konseling Islami*. Banda Aceh: Arraniry Press.
- M. Mutawalli Asy Sya'rawi. (1999). *Anda Bertanya Islam Menjawab*. Jakarta: Gema Insani Press.
- M. Quraish Shihab, (1994), *Membumikan Al-Quran: Fungsi dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan.
- M. Quraish Shihab. (2007). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- M. Quraish Shihab. (2023). *Wawasan Al-Qur'an tentang Ibadah*. Jakarta: Lentera Hati.
- M. Quraish Shihab, (2024), *Spiritualitas Islam Dalam Kehidupan Modern*. Jakarta: Lentera Hati.
- Moleong, Lexy J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhammad Abd Aziz al-Khalidi. (2018). *Psikoterapi Islami: Konsep dan Implementasi dalam Kehidupan Modern*. Jakarta: Amzah.

- Muhammad Ali Quthb. (2023). *Terapi Zikir dan Doa*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Muhammad Nashiruddin al-Albani. (2007). *Shahih Sunan Abu Daud*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Muhammad Rifki Asshiddiqei dkk. (2024). “Analisis Tentang Konteks Ibadah Menurut Al-Qur’an.” *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, Vol. 2, No. 2.
- Muhammad Syaltut. (1996). *Al-Islam: ‘Aqidah dan Syari’ah*, diterjemahkan Fachruddin HS. tk.: Dar al-Qalam.
- Neliwati. (2019). *Pondok Pesantren Modern*. Depok: Rajawali Pers.
- Nurdin. (2022). *Pendidikan Akhlak dalam Islam*. Bandung: Alfabeta.
- Nurfadilah, N., & Asrori, M. (2023). Implementasi Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka. *Jurnal Pendidikan Karakter*.
- Samin. (2020). *Fiqh Ibadah*. Jambi: IAIN Kerinci.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Zakiah Daradjat. (2022). *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Zuchri Abdussamad. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: CV Syakir Media Press.

Lampiran 1: Surat Keputusan Pembimbing

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY
Nomor: B.1012/Un.08/FDK/Kp.00.4/11/2025
 Tentang
PEMBIMBING SKRIPSI AKHIR MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Semester Ganjil Tahun Akademik 2025/2026

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi akhir mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi yang dituangkan ke dalam Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
- b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
 2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
 3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
 4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
 5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
 6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
 7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
 8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
 9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
 10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
 11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;
 12. Keputusan Menteri Agama Nomor 40 tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
 13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No. 01 Tahun 2015 tentang Pendelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur PPs dalam Lingkungan UIN Ar-Raniry;
 14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2025, Tanggal 02 Desember 2024.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry sebagai Pembimbing Skripsi Mahasiswa.
- Pertama : Menunjuk Sdr. 1). **Syaiful Indra, M.Pd., Kons.** (Sebagai Pembimbing Utama)
 2). **Rizka Heni, M.Pd.** (Sebagai Pembimbing Kedua)
- Untuk Membimbing Skripsi:
 Nama : Nadiya Ulfa
 NIM/Prodi : 190402099/Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
 Judul : Pendekatan Terapi Zikir dan Doa untuk Mengembangkan Disiplin Ibadah (Studi Kasus Santriwati Pesantren Hidayatul Mubtadin Al-Aziziyah Kec. Peulimbang)
- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
 Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2025;
 Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.
 Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di: Banda Aceh

Pada Tanggal: **03 November 2025**

12 Jumadil Awal 1447 H

an, Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh



Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry;
2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry;
3. Pembimbing Skripsi;
4. Mahasiswa yang bersangkutan;

Keterangan: SK berlaku sampai dengan tanggal: 30 Mei 2026

Lampiran 2: Surat Izin Penelitian dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh Telp/Fax. : 0651-752921

Nomor : B.2563/Un.08/FDK.I/PP.00.9/10/2025

Lamp : -

Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,

Pimpinan Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah Kec.Peulimbang Kab.Bireu

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

NIM : 190402099

Nama : Nadya Ulfa

Program Studi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Gampong Pantan, Kecamatan Pandrah, Kab. Bireuen

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **PENDEKATAN TERAPI ZIKIR DAN DOA UNTUK MENGEMBANGKAN DISIPLIN IBADAH (STUDI KASUS SANTRI WATI PESANTREN HIDAYATUL MUHTADIN AL-AZIZIYAH)**

Banda Aceh, 20 Oktober 2025

An. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan



Dr. Mahmuddin, M.Si.

NIP. 197210201997031002

Berlaku sampai : 13 Januari 2026

جامعة الرانيري
AR-RANIRY

Lampiran 3: Surat Keterangan Selesai Penelitian dari Dayah

		DINAS PENDIDIKAN DAYAH ACEH هداية المبتدئين العزیزية فوتری DAYAH HIDAYATUL MUBTADIIN AL AZIZIYAH PUTRI Jln. Mesjid plimbang Km 1,5 E-mail: hima.alazizyahputri@gmail.com Uteun Sikumbang Kec. Peulimbang			

SURAT PENGAJUAN BANTUAN

Nomor : 451/ /HIMA-P/I/2025

Pimpinan Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah, Kecamatan Peulimbang Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : **Nadya Ulfa**
 Nim : **190402099**
 Prodi : **Bimbingan Konseling Islam**
 Fakultas : **Dakwah dan Komunikasi**
 Universitas : **UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**
 Alamat : **Desa Pantan, Kec. Pandrah, Kab. Bireuen**
 Judul Skripsi : **Pendekatan Terapi Zikir dan Doa Untuk Mengembangkan Disiplin Ibadah (Studi Kasus Santriwati Pesantren Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah)**

Bahwa benar telah melakukan penelitian di Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah Kec Peulimbang Kab. Bireuen sejak 20 Oktober s/d 2 Desember 2025

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya agar dapat di gunakan sebagaimana mestinya.

Dayah Hidayatul Muhtadin Al-Aziziyah

bertanda,


Lutfi Nurhayati Z.A

Lampiran 4: Daftar Teks Wawancara

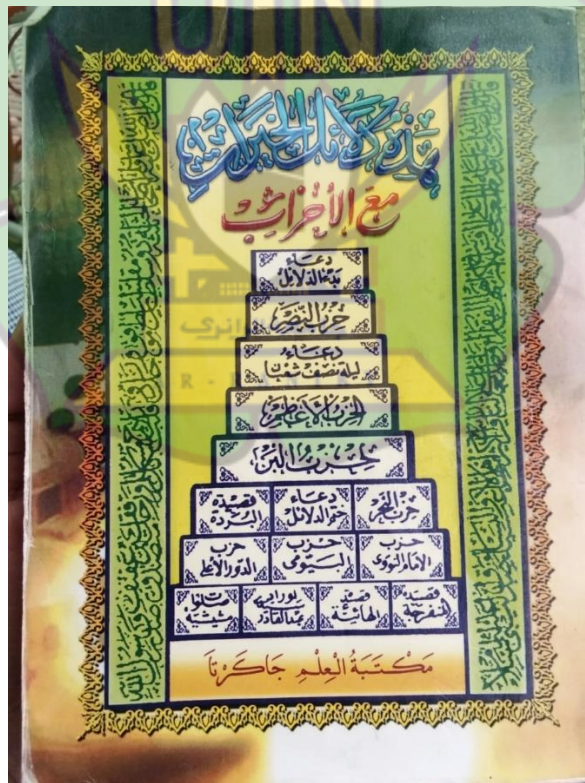
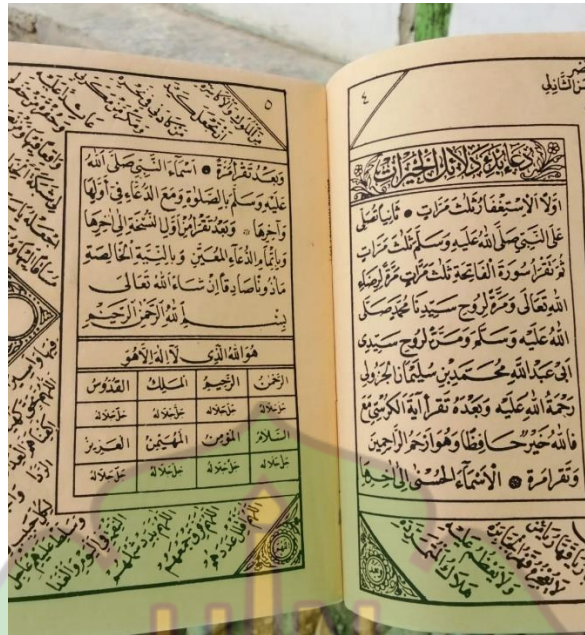
No	Indikator	Item Pertanyaan
1.	Seputar keseharian santriwati	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bolehkah saya mengetahui nama adik? 2. Darimana asal adik ? 3. Berapa lama tinggal di pesantren? 4. Bagaimana kesan adik selama menempuh belajar di pesantren yang adik dapatkan selama di dayah?
2.	Disiplin Ibadah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah adik mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan disiplin ibadah di pesantren? 2. Bagaimana kebiasaan adik dalam shalat berjamaah sebelum mengikuti terapi zikir dan doa? 3. Apakah adik mengalami perubahan disiplin ibadah setelah mengikuti terapi zikir dan doa? 4. Bagaimana pengaruh zikir dan doa terhadap motivasi adik untuk melaksanakan shalat berjamaah? 5. Apakah adik pernah mendapat bimbingan atau saran dari pengasuh terkait disiplin ibadah?
3.	Pelaksanaan terapi zikir dan doa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana adik mengikuti proses terapi zikir dan doa di pesantren? 2. Siapa yang memimpin terapi zikir dan doa secara rutin? 3. Bagaimana tahapan pelaksanaan terapi zikir dan doa? 4. Apakah adik merasa kesulitan atau terbantu selama mengikuti terapi tersebut?
4.	Peran terapi zikir dan doa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana adik merasakan manfaat terapi zikir dan doa bagi kehidupan ibadah sehari-hari? 2. Apakah terapi zikir dan doa membantu adik lebih disiplin dalam menjalankan shalat berjamaah dan ibadah lainnya? 3. Menurut adik, apa peran penting terapi zikir dan doa dalam mendukung pengembangan disiplin ibadah santriwati? 4. Apakah adik mengalami perubahan sikap atau perilaku positif lain setelah mengikuti terapi ini?
5.	Kegiatan tambahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selain sekolah, mengaji, dan terapi zikir/doa, apakah ada kegiatan lain yang mendukung disiplin ibadah adik? 2. Apakah kegiatan tersebut berkesan dan membantu adik dalam membiasakan ibadah? 3. Bagaimana tanggapan orang tua adik mengenai terapi zikir dan doa serta kegiatan pendukung lainnya?

Lampiran 5: Foto Dokumentasi





Lampiran 6: Kitab Zikir



Lampiran 7: Daftar Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap : Nadya Ulfa
 Jenis kelamin : perempuan
 Tempat/Tanggal Lahir : Panton, 17 maret 2001
 Status : kawin
 Warga Negara : Indonesia
 Agama : Islam
 Alamat : Desa Panton, Kec. Pandrah, Kab. Bireuen
 Nomor Telepon : 0822 3582 9573

Orang Tua/Wali

Ayah : Faisal Fuady
 Pekerjaan : Swasta
 Ibu : Fadhlina
 Pekerjaan : Ibu rumah tangga
 Alamat Orang Tua : Lamteh, Kec. Ulee Kareng, Kab. Aceh Besar

Riwayat Pendidikan

- a. SD N 53 Lueng Bata : Lulus Tahun 2012
- b. MTsN Jeunib : Lulus Tahun 2015
- c. MAS Darul Ihsan : Lulus Tahun 2018
- d. Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya.

Banda Aceh, 20 Januari 2026
 Penulis,

Nadya Ulfa