

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG PENELITIAN

Kehidupan manusia di era modern ini ditandai dengan beragam tekanan, baik dalam aspek ekonomi, sosial, maupun budaya. Kompleksitas tuntutan hidup sering kali memicu perasaan stres, cemas, dan gelisah yang dapat mengganggu ketenangan jiwa seseorang. Ketenangan jiwa, atau inner peace, merupakan kondisi mental yang diidamkan banyak orang sebagai bentuk kebahagiaan dan stabilitas emosional. Sayangnya, dalam dunia yang serba cepat ini, banyak individu merasa kesulitan mencapainya, karena dominannya pola hidup materialistis dan persaingan yang ketat dalam berbagai bidang (Kamila, 2020).

Dalam konteks psikologi, ketenangan jiwa berkaitan erat dengan konsep stabilitas emosional, pengelolaan stres, dan kesejahteraan mental. Berbagai upaya untuk mencapai ketenangan jiwa, seperti melalui latihan mindfulness, meditasi, serta pengembangan sikap positif, telah banyak dikaji dan terbukti memberikan dampak positif. Namun, salah satu pendekatan yang kurang mendapat perhatian dalam literatur adalah pengembangan sikap tawadhu atau kerendahan hati sebagai jalan untuk mencapai ketenangan jiwa (Pangestu, 2021).

Tawadhu di artikan dalam bahasa Indonesia adalah rendah hati, rendah hati bukan seperti rendah diri atau seperti hina tapi rendah diri itu tidak menyombongkan dirinya tetapi selalu merendahkan hatinya. sedangkan menurut islam rendah hati ialah suatu sikap dimana seseorang memiliki kelebihan atas kepemilikan materi, bakat atau kemampuannya namun tidak menonjolkannya di hadapan orang lain. Dengan sikap tawadhu, seseorang belajar menerima dirinya apa adanya, menghargai orang lain, dan bersikap ikhlas terhadap berbagai situasi hidup. Banyak pandangan yang menyatakan bahwa sikap tawadhu dapat menumbuhkan ketenangan dalam diri karena seseorang tidak lagi merasa tertekan oleh persaingan atau ambisi yang berlebihan (Ajhari, 2019).

Kerendahan hati perlu dibiasakan sejak dini, karena pola pembiasaan yang mendidik untuk membentuk karakter individu. Berawal dari pola pembiasaan mengakui kesalahan yang artinya adanya kesadaran akan ketidak sempurnaan diri dalam kehidupan. Berawal dari pola pembiasaan mengakui kesalahan yang artinya adanya kesadaran akan ketidak sempurnaan diri dalam kehidupan. Sikap tawadhu atau rendah hati sangat relevan dengan kehidupan siswa MTs. Tawadhu mengajarkan siswa untuk tidak sombong, selalu menyadari bahwa segala pencapaian adalah karunia Allah, dan tetap menghargai orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari, siswa yang tawadhu akan menghormati guru, tidak merendahkan teman, serta mau menerima masukan atau kritik dengan lapang dada. Mereka juga tidak memamerkan prestasi, melainkan bersyukur atas hasil yang diraih. Sikap ini mencerminkan kerendahan hati yang membuat siswa lebih mudah diterima di lingkungan sosial dan dihormati oleh orang-orang di sekitarnya (Permatasari, 2016).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu yang memiliki sikap tawadhu cenderung lebih mampu mengelola stres dan emosi negatif, sehingga hidupnya lebih damai dan stabil. Salah satu sikap positif yang sangat dianjurkan adalah sikap tawadhu. Di dalam Islam sangat dianjurkan untuk menanamkan sikap tawadhu dalam kehidupan sehari-hari. Nabi Muhammad Saw bersabda “Sesungguhnya Allah mewahyukan kepadaku agar kalian bertawadhu sehingga seseorang tidak merasa bangga lagi sombong terhadap orang lain dan tidak pula berlaku aniaya kepada orang lain” (HR Imam Muslim) (Falela, 2022).

Disamping itu tawadhu dapat menjadikan individu merasakan ketenangan jiwa. Karena ketenangan jiwa memberikan banyak manfaat, baik secara fisik maupun mental. Secara emosional, ketenangan jiwa membantu seseorang berpikir jernih, mengambil keputusan dengan bijak, dan menghindari konflik yang tidak perlu. Ketenangan jiwa merupakan hal yang semestinya sangat dicari oleh setiap orang, semestinya setiap orang pasti ingin merasakan ketenangan apalagi ketenangan jiwa yang itu merupakan dasar utama agar orang tersebut tidak merasakan kegelisahan, kecemasan, dan sebagainya. Secara fisik, mengurangi stres dapat menurunkan risiko penyakit seperti hipertensi, gangguan jantung, dan gangguan tidur. Selain itu, individu dengan ketenangan jiwa cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih harmonis karena mampu bersikap sabar, empati, dan menghargai orang lain (Rizqi, 2022).

Kitab Al-Hikam membahas berbagai aspek penting dalam kehidupan spiritual, dan salah satu topik utama yang sering dibahas adalah tawadhu atau sikap rendah hati. Tawadhu

dalam kitab ini dipahami sebagai pengakuan penuh atas kebesaran Allah dan kesadaran bahwa segala sesuatu yang dimiliki manusia baik itu ilmu, harta, atau kekuasaan adalah pemberian dari-Nya. Dalam pandangan tasawuf, tawadhu bukanlah sekadar sikap merendahkan diri secara lahiriah, tetapi juga merupakan penghayatan mendalam tentang keterbatasan dan ketergantungan manusia pada Allah. Rasa kesadaran yang dimiliki tersebut akan menumbuhkan jiwa yang lemah lembut, yang akan menimbulkan sikap bermasyarakat dengan baik dan memiliki rasa simpati dan empati dalam pegaulan sosialnya (Firdaus, 2021).

Kehidupan modern yang penuh tekanan membuat ketenangan jiwa sulit dicapai, namun sikap tawadhu atau kerendahan hati dapat menjadi solusi efektif. Tawadhu, yang berarti rendah hati tanpa menyombongkan kelebihan, membantu seseorang menerima diri, menghargai orang lain, dan ikhlas menghadapi hidup. Dalam Islam, tawadhu dianggap sebagai cara mendekati diri kepada Allah, menyadari keterbatasan diri, dan bersyukur atas karunia-Nya, sehingga menciptakan kedamaian batin dan hubungan sosial yang harmonis. Sikap ini perlu dibiasakan sejak dini untuk membentuk karakter positif yang mendukung stabilitas emosional dan kesejahteraan mental. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti mengenai Implementasi Sikap Tawadhu Terhadap Ketenangan Jiwa Pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti Pondok Pesantren Suryalaya.

Berdasarkan Hasil Penelitian, ditemukan bahwa sebagian besar siswa kelas 9 MTs Serba Bakti Pondok Pesantren Suryalaya memiliki tingkat pemahaman yang beragam terhadap konsep tawadhu. Beberapa siswa menunjukkan sikap tawadhu yang tercermin dalam perilaku keseharian mereka, seperti rendah hati dalam berinteraksi dengan sesama dan keterbukaan terhadap nasihat. Namun, sebagian lainnya belum sepenuhnya memahami atau mengimplementasikan nilai-nilai tersebut secara konsisten. Kondisi ini berpengaruh terhadap ketenangan jiwa siswa, di mana siswa yang lebih memahami dan mengamalkan sikap tawadhu cenderung terlihat lebih tenang dan mampu mengendalikan emosi dibandingkan dengan yang belum memahami konsep ini secara mendalam. Temuan ini memberikan dasar bagi penelitian lebih lanjut untuk menggali peran implementasi sikap tawadhu terhadap pembentukan ketenangan jiwa siswa.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, maka penulis membatasi masalah penelitian dengan mengajukan beberapa pertanyaan penelitian:

1. Bagaimana gambaran Tawadhu pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya?

2. Bagaimana gambaran Ketenangan Jiwa pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya?
3. Bagaimana implikasi sikap tawadhu terhadap ketenangan jiwa pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk Memberikan gambaran Tawadhu pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya
2. Untuk Memberikan gambaran Ketenangan Jiwa pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya
3. Untuk Mengetahui implikasi sikap tawadhu terhadap ketenangan jiwa pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti di Pondok Pesantren Suryalaya

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini termasuk dalam bidang psikoterapi dan tasawuf. Diharapkan penelitian ini akan memberikan dampak positif dan memperluas pemahaman bagi berbagai kalangan, terutama bagi mahasiswa yang akan menggunakannya sebagai referensi dalam jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan, khususnya terkait dengan Implikasi Sikap Tawadhu Terhadap Ketenangan Jiwa pada Siswa MTs Kelas 9 Serba Bakti Pondok Pesantren Suryalaya.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat membantu Siswa MTs kelas 9 Serba Bakti Pondok pesantren Suryalaya untuk pengimplikasian Sikap Tawadhu Terhadap Ketenangan Jiwa.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah Siswa MTs kelas 9 Serba Bakti Pondok pesantren Suryalaya dalam memahami pentingnya pengimplikasian Sikap Tawadhu Terhadap Ketenangan Jiwa.

E. KERANGKA PEMIKIRAN

Dalam rangka merendahkan diri atau tawadhu' dihadapan Allah, mereka menempuh jalan ini, mereka bersedia menahan hawa nafsunya, apa yang dilakukannya dilandasi oleh perasaan ikhlas menjalankan perintah Allah, mencari keridhaan Allah dan mengharapkan apa yang dijanjikan Allah, karena yakin dengan balasan baik yang disediakan Allah.. Dalam

Islam, tawadhu berarti tidak merasa sombong atas kelebihan yang dimiliki, baik itu ilmu, harta, atau kedudukan, karena semua itu sejatinya adalah karunia dari Allah. Sikap ini bukan tanda kelemahan, melainkan kekuatan spiritual yang menunjukkan kebesaran jiwa seseorang. Tawadhu melibatkan dua aspek utama, yaitu hubungan manusia dengan Allah dan hubungan dengan sesama (Nurlaeli, 2022).

Dalam pandangan sufi, seperti yang diajarkan oleh Ibnu Atha'illah as-Sakandari, tawadhu adalah penghayatan mendalam atas keterbatasan manusia dan ketergantungan mutlak kepada Allah. Menurutnya, sikap ini membebaskan manusia dari beban ambisi duniawi, rasa iri, dan kesombongan, sehingga menciptakan ketenangan jiwa. Tawadhu juga membantu seseorang menerima dirinya apa adanya, tidak merasa tertekan oleh persaingan, dan menjalani hidup dengan lebih damai (Nurlaeli, 2022).

Tawadhu dalam perspektif Ibnu Atha'illah as-Sakandari memiliki makna yang mendalam dan mencakup aspek spiritual yang erat kaitannya dengan kesadaran manusia akan posisi dirinya di hadapan Allah. Menurut Ibnu Atha'illah, tawadhu bukan hanya sekadar perilaku lahiriah berupa kerendahan hati terhadap sesama, tetapi juga penghayatan batin yang mendalam terhadap keagungan Allah dan kelemahan manusia. Tawadhu, dalam pandangannya, adalah sikap di mana seseorang menyadari sepenuhnya bahwa segala sesuatu yang dimiliki adalah pemberian Allah, sehingga tidak ada alasan untuk bersikap sombong atau merasa lebih baik dari orang lain (Arimbi Pamungkas, 2022).

Dalam kitab Al-Hikam, Ibnu Atha'illah menekankan bahwa tawadhu adalah buah dari ma'rifat, yaitu pengetahuan yang mendalam tentang Allah. Ketika seseorang benar-benar mengenal Allah, ia akan memahami bahwa segala sesuatu yang ada di dunia ini, termasuk kemampuan, kekuasaan, atau kekayaan, adalah ciptaan dan kehendak Allah. Kesadaran ini menjadikan seseorang bersikap tawadhu karena ia menyadari bahwa dirinya hanyalah makhluk yang bergantung sepenuhnya pada Allah. Ia tidak akan merasa bangga atau sombong atas apa yang ia miliki, karena semua itu bukan hasil jerih payahnya semata, melainkan titipan dari Allah (Nurlaeli, 2022).

Selanjutnya Ketenangan jiwa adalah kondisi mental dan emosional yang stabil, di mana seseorang merasakan kedamaian, kebahagiaan, dan kebebasan dari gangguan seperti stres, kecemasan, atau konflik batin. Konsep ini sering kali menjadi tujuan hidup banyak individu, terutama dalam menghadapi tekanan dan tantangan di era modern yang penuh dengan persaingan, tuntutan materialistis, dan gaya hidup serba cepat. Ketenangan jiwa tidak hanya mencakup aspek emosional, tetapi juga melibatkan keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan spiritualitas (Kitab & Lat, 2019).

Dalam psikologi, ketenangan jiwa berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengelola stres dan emosi negatif, menjaga keseimbangan hidup, dan menghadapi masalah tanpa kehilangan kendali. Teknik seperti meditasi, mindfulness, dan pengembangan sikap positif sering digunakan untuk mencapai kondisi ini. Ketenangan jiwa juga melibatkan penerimaan terhadap diri sendiri dan situasi hidup, yang memungkinkan seseorang menghadapi tekanan tanpa merasa terbebani (Kitab & Lat, 2019).

Menurut Al-Qushayri, seorang tokoh penting dalam tasawuf, ketenangan jiwa (sakinah) adalah keadaan spiritual yang dicapai ketika seseorang berhasil melepaskan diri dari segala bentuk gangguan eksternal maupun internal, dan sepenuhnya berserah diri kepada Allah. Dalam pandangannya, ketenangan jiwa tidak hanya berarti ketenangan fisik atau ketenangan mental semata, tetapi juga merupakan keadaan di mana hati seseorang merasa damai dan tenang karena ia telah menyadari kedekatannya dengan Tuhan (Kitab & Lat, 2019).

Al-Qushayri menekankan bahwa ketenangan jiwa datang sebagai hasil dari pengendalian diri, pemurnian hati, dan upaya untuk memahami hakikat hidup. Ketenangan jiwa dicapai melalui keseimbangan antara ilmu syariat dan hakikat. Al-Qusyairi mengajarkan bahwa ketenangan jiwa tercapai melalui pengendalian diri, peningkatan keimanan dan ketaqwaan, serta pelaksanaan ibadah dengan ikhlas. Dalam bukunya yang terkenal, *al-Risalah al-Qushayriyah*, Al-Qushayri menjelaskan bahwa pencapaian ketenangan jiwa melibatkan proses pembersihan hati dari sifat-sifat tercela seperti kesombongan, iri hati, dan hawa nafsu, serta menggantinya dengan sifat-sifat yang mulia, seperti kerendahan hati, sabar, dan Ikhlas (Kitab & Lat, 2019).



Gambar 1.1

Kerangka Berfikir

F. HASIL PENELITIAN TERDAHULU

Penulis menggunakan hasil penelitian sebelumnya sebagai referensi dalam penelitian ini untuk menunjukkan adanya perbedaan antara temuan sebelumnya dan penelitian saat ini. Berikut ini yaitu beberapa hasil penelitian sebelumnya yang membantu penulis dalam mencari referensi:

1. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Abu Amar Bustomi dan Muhammad Umar berjudul Pengamalan Pendidikan Ilmu Tasawuf Dalam Kitab Al-Hikam Syekh Ibnu'atha 'Illah As-Sakandari yang diterbitkan pada tahun 2021 pada jurnal Al-Ifkar. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan studi Pustaka, berusaha untuk mencari kebersihan hati dengan ma'rifat menuju keabadian, saling mengingatkan dan berupaya menyadarkan diri antara manusia, serta berpegang teguh pada janji Allah Swt dan mengikuti syariat Rasulullah Saw dalam mendekatkan diri dan mencapai rid'a-Nya. Diperoleh untuk mengetahui Pengamalan Pendidikan Ilmu Tasawuf Dalam Kitab Al-Hikam Syekh Ibnu'atha 'Illah As-Sakandari. Persamaan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya sama-sama membahas tasawuf dalam Pendidikan dan pengaruhnya terhadap kehidupan. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang, Penelitian sebelumnya fokus pada Kitab Al-Hikam, sedangkan penelitian sekarang fokus pada sikap tawadhu di kalangan siswa.
2. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Zaenal Muttaqin berjudul Mutiara Pemikiran Sufistik Ibnu Atha'illah as-Sakandari, yang diterbitkan pada tahun 2020 pada jurnal Ushuluna. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan studi Pustaka, Diperoleh untuk mengetahui Mutiara Pemikiran Sufistik Ibnu Atha'illah as-Sakandari. Persamaan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya, Sama-sama mengkaji tasawuf Ibnu Atha'illah dan pengaruhnya dalam kehidupan. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang, Penelitian sebelumnya fokus pada pemikiran sufistik secara teoritis, sedangkan penelitian sekarang lebih aplikatif, meneliti sikap tawadhu dan ketenangan jiwa siswa melalui studi lapangan.
3. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahmat Ilyas berjudul Zikir dan Ketenangan Jiwa: Telaah atas Pemikiran Al-Ghazali yang di terbitkan pada tahun 2017 pada Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan studi Pustaka, bertujuan Untuk mencapai tingkat kesempurnaan dan ketenangan jiwa memerlukan pendidikan dan pelatihan mental yang panjang, yang salah satunya adalah dengan zikir. Persamaan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya, Keduanya sama-sama membahas ketenangan jiwa dari sudut pandang ajaran

Islam, dengan fokus pada nilai-nilai spiritual sebagai jalan mencapai ketenangan batin. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang, Penelitian sebelumnya membahas zikir sebagai amalan individual untuk mencapai ketenangan jiwa, sedangkan penelitian sekarang meneliti sikap tawadhu sebagai perilaku sosial yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa untuk mencapai ketenangan jiwa.

4. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Purnama Rozak berjudul Indikator Tawadhu dalam Keseharian, yang di terbitkan pada tahun 2017 pada Jurnal Madaniyah. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan studi Pustaka, tujuannya untuk mengetahui Indikator dalam Kehidupan keseharian. Persamaan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya, Kedua penelitian sama-sama membahas sikap tawadhu (rendah hati) sebagai fokus utama kajian, serta menggambarkan pentingnya tawadhu dalam kehidupan sehari-hari menurut perspektif Islam. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang, Penelitian sebelumnya lebih menekankan pada identifikasi indikator atau ciri-ciri sikap tawadhu dalam kehidupan secara umum, sedangkan penelitian sekarang lebih fokus pada penerapan sikap tawadhu dalam konteks pendidikan dan pengaruhnya terhadap ketenangan jiwa siswa di lingkungan pondok pesantren.

