

## ABSTRAK

### **Riwi Yunia Lestari (NIM.1221040099) : “Peran Zikir *Mustawa* Terhadap Kecemasan Masa Depan (*Future Anxiety*) Pada Santri Kelas XII di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara”**

Remaja saat ini hidup di tengah perkembangan media sosial yang memengaruhi pola pikir dan harapan terhadap masa depan sehingga memicu kecemasan masa depan (*future anxiety*). Fenomena ini juga dialami santri kelas XII di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara yang berada pada masa transisi menuju kedewasaan dengan tuntutan pendidikan, karir, dan peran sosial. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan spiritual untuk membantu mengatasi kecemasan tersebut.

Penelitian ini mengkaji bagaimana gambaran kecemasan masa depan (*future anxiety*), bagaimana tatacara pelaksanaan zikir *mustawa*, dan apa peran zikir *mustawa* terhadap kecemasan masa depan (*future anxiety*) yang dialami oleh santri kelas XII di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara. Zikir pada penelitian ini merujuk pada teori zikir dalam kitab Ihya Ulumuddin karya Imam Al-Ghazali. Sedangkan, kecemasan masa depan (*future anxiety*) merujuk pada teori *future anxiety* menurut Zbigniew Zaleski.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah triangulasi melalui wawancara semi terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi yang berkaitan dengan topik penelitian. Informan pada penelitian ini berjumlah lima orang yakni santri kelas XII yang sesuai dengan kriteria informan. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran kecemasan pada santri kelas XII menunjukkan adanya kecenderungan kecemasan masa depan (*future anxiety*) yang ditandai dengan perasaan was-was, takut, khawatir, ketidakpastian terhadap masa depan dan perhatian pada hal yang tidak menguntungkan, terutama terkait pendidikan, kemampuan diri, lingkungan sosial, dan kondisi ekonomi. Pelaksanaan zikir *mustawa* di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara berisikan rangkaian doa dan wirid yang terstruktur dan bertahap, terdiri dari tujuh tingkatan dengan amalan pendukung seperti puasa, salat hajat, *nisfu lail*, dan melekan. Zikir *mustawa* berperan dalam menumbuhkan harapan pada santri, sebagai panduan berbasis tasawuf yang dapat membantu mengurangi permasalahan kecemasan masa depan (*future anxiety*), mengalihkan fokus perhatian yang pada mulanya berfokus pada sikap negatif dialihkan menuju berfokus pada lafal-lafal zikir *mustawa*, menciptakan ketenangan jiwa melalui efek repetitif atau pengulangan zikir *mustawa* serta efek relaksasi dalam pengaturan pernafasan, serta ibadah fisik (puasa, *nisfu lail*, melekan, dan salat hajat) yang berperan dalam membentuk pengendalian diri, *mahasabah* diri, dan penguatan harapan pada santri.

**Kata Kunci :** Zikir *Mustawa*, Kecemasan Masa Depan, Santri