

ABSTRAK

Juandi 1171040073 Tasawuf dan Psikoterapi “ Model Tilawah Qur’an Sebagai Media Terapi Ketenangan Jiwa (studi kasus santri pondok pesantren Roudhotul Qur’an Jatinangor).

Ketenangan jiwa merupakan kesanggupan dan keikhlasan hati dalam menghadapi masalah dengan mendekati diri kepada Allah SWT. terdapat beberapa santri pondok pesantren roudhotul Qur’an yang mengalami kecemasan, kegelisahan, luapan emosi yang tidak bisa dikontrol, tidak sabar, dan kurangnya rasa bersyukur sebagai indikasi jiwa yang tidak tenang. Al-Ghazali dengan teori *tazkiyah an-nafs* sebagai terapi ketenangan jiwa mengembalikan jiwa pada fitrahnya, yakni dengan shalat, zikir, puasa, dan membaca Al-Qur’an. Tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui kondisi, proses dan hasil terapi ketenangan jiwa santri. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data disajikan dengan teknik analisis deskriptif komperatif, analisis dilakukan terhadap subyek di akhir dan awal pelaksanaan terapi.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa subjek AR mudah khawatir, emosi tak terkendali, mudah mengeluh dan tidak sabar. Subjek SNA dan SN was-was dan tidak percaya diri. Subjek MA emosi tak terkendali dan dak percaya diri. Keempat santri memiliki permasalahan jiwa tidak tenang.

Proses terapi dilakukan dalam tiga tahap yaitu identifikasi masalah, penentuan ayat Al-Qur’an dan evaluasi. Subyek mengamati video tilawah Qur’an, mempraktikkan tilawah tersebut, memahami isi kandungan ayat secara batiniyah, dan mengaplikasikannya. Sehingga akan timbul kedekatan diri dengan Tuhan.

Subyek mengalami perubahan setelah menjalani terapi meliputi jiwa yang tenang, tidak mudah emosi, lebih menghargai sesama, sabar, dan syukur. Model tilawah Qur’an dapat dijadikan media terapi ketenangan jiwa karena dapat menghadirkan pikiran positif kesadaran diri dan kedekatan terhadap Allah SWT.

Kata kunci: Tilawah Qur’an, Ketenangan jiwa, santri