

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Pengajian shalawat merupakan hal yang umum di Indonesia, seperti dalam peringatan Maulid Nabi, halal bihalal, upacara persemian, upacara pernikahan, dan sebagainya. Shalawat adalah jamak dari kata shalat yang berarti doa dengan tujuan mengingat Allah Swt. secara terus-menerus<sup>1</sup>. Haitami menerangkan bahwa shalawat bermakna doa<sup>2</sup>.

Shalawat penting untuk diamalkan sebab membaca shalawat dan salam merupakan ibadah untuk menguatkan iman, mensucikan jiwa, perantara ampunan atas dosa-dosa yang diperbuat, dan penentram hati. Membaca shalawat sebagai cara memohon ridha dan pertolongan Allah serta mengangkat derajat manusia di padang Mahsyar supaya dikenali Nabi Muhammad Saw<sup>3</sup>. Membaca shalawat karena syafaat Nabi Muhammad Saw diberikan kepada orang-orang yang bershalawat<sup>4</sup>. Shalawat sebagai sarana mendapat ketenangan hati dan pencerahan, mencari keberkahan dengan mengingat Allah maka menambah kebaikan dan berkah dalam hidup. Shalawat sebagai pelampiasan kerinduan kepada Nabi Muhammad Saw. baik rindu kepada beliau atau penghubung dengan

---

<sup>1</sup> Adrika Fithrotul Aini, dkk, *“Living Hadis dalam Tradisi Malam Kamis Majelis Sholawat Addba ‘bil-Musafa”*, Ar-Rainiry; Internaional Journal of Islamic Studies Vol. 2, No.1, Juni 2014, hlm. 22

<sup>2</sup> Ibnu Hajar Al Haitami, *Allah dan Malaikat Bersalawat kepada Nabi Saw*, (Bandung: Pusaka Indah, 2006), hlm. 25

<sup>3</sup> Hamid Nabil Al Muadz, *Jalan ke Surga*, (Jakarta: Jakarta Amzah, 2006), hlm. 236-238

<sup>4</sup> Kholid Mawardi, *“Shalawatan: Pembelajaran Akhlak Kalangan Tradisionalis”*, Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan, vol. 14. No.3, 2009, hlm. 2

Allah Swt<sup>5</sup> Shalawat diharapkan dapat menjadi jalan terkabulnya doa-doa kepada Allah Swt<sup>6</sup>.

Abdul Qadir Al-Jailani mendefinikan shalawat sebagai bentuk mengagungkan Nabi Muhammad Saw. Shalawat digunakan sebagai dzikir dalam sarana mendekatkan diri kepada Allah disertai dengan perasaan cinta (mahabbah)<sup>7</sup>.

Shalawat dibagi menjadi dua jenis yaitu shalawat umum yang berarti shalawat dari Allah Swt kepada hamba yang beriman sebagai rahmat dari Allah, dan shalawat khusus yang berarti shalawat dari Allah untuk Rasul dan Nabi-Nabi<sup>8</sup>. Shalawat dari Allah kepada Rasulullah Saw. merupakan bentuk penghormatan, pengagungan, dan ridha Allah kepada Rasulullah Saw. Shalawat malaikat kepada Rasulullah berupa doa atas rahmat dan ampunan Allah untuk Rasulullah. Sedangkan shalawat orang-orang beriman kepada Rasulullah Saw. sebagai bentuk penghormatan dan pengagungan kepada Rasulullah Saw<sup>9</sup>. Shalawat kepada Nabi Muhammad Saw. adalah bentuk rasa syukur dan penghormatan umat muslim, sehingga shalawat seharusnya wajib dilakukan<sup>10</sup>.

Shalawat berpengaruh pada ketenangan hati seseorang yang mengamalkannya. Shalawat dapat menyelesaikan masalah kehidupan, yang mana permasalahan disebabkan oleh kehidupan modern yang semakin rumit sehingga memunculkan gangguan mental. Orang-orang sekarang dituntut dapat beradaptasi dengan berbagai macam perubahan yang terjadi. Jika tidak dapat

---

<sup>5</sup> Ali Muhtarom, "Peningkatan Spiritualitas melalui Dzikir Berjamaah: Studi Terhadap Jamaah Zikir *Kanzus Sholawat*"

<sup>6</sup> Mahrus Ali, *Mantan Kyai NU menggugat Shalawat dan Dzikir Syirik*, (Surabaya: Laa Tasyuk Press, 2011), hlm. 44

<sup>7</sup> Ahmad Sidik, "Makna Ayat-Ayat Shalawat menurut Syekh Abdul Qadir Jailani dalam *Tafsir Al Jailani*", Skripsi Program Studi Ilmu Al Quran dan Tafsir Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati, 2019, hlm. 6

<sup>8</sup>Imad al-Din Abu al-Fida Ismail ibn Katsir, *Tafsir Al qur'anal-Azim, Vol 3*, (Beirut: Dar al Kutub al Ilmiyah, 2000), hlm.506

<sup>9</sup> Sidik, Op.cit hal. 1

<sup>10</sup> Adrika Fitrotul Aini, dkk, Loc.cit

menyesuaikan, maka seseorang akan mudah mengalami frustrasi dan ketegangan jiwa sehingga kesulitan menyeimbangkan kehidupan sosial dengan problem yang ada dari faktor internal maupun eksternal diri<sup>11</sup>.

Survei khawatir nasional 2017 menghasilkan data 63% secara umum responden merasa lumayan sampai sangat khawatir menjalani hidup secara umum. 53% dari responden pelajar atau mahasiswa merasa khawatir dengan pendidikan. Penyebab khawatir tertinggi ada tiga yaitu tugas yang berantakan, kehilangan motivasi belajar, dan mendapat nilai buruk atau tidak lulus. Selanjutnya adalah khawatir akan biaya pendidikan. 30% responden yang berada dalam hubungan pacaran atau pernikahan. 33% dari sepertiga responden memiliki kekhawatiran mengenai pekerjaan seperti khawatir akan perasaan *stuck*, tidak cukup dengan gaji yang diterima, dan ketidakpuasan atas hasil kerja di kantor. Satu dari dua responden atau 53% responden merasa khawatir akan kekurangan atau kondisi keuangan. 53% responden menyatakan kekhawatiran menjadi orang tua yang dikarenakan oleh khawatir akan biaya sekolah anak, jika anak mengalami sakit atau kondisi darurat mengenai kesehatan, orang-orang cenderung takut tidak bisa membiayai anak dengan layak dan sedikit khawatir akan kehidupan sosial dan perilaku anak, bahkan hal ini ditunjukkan dengan alasan perceraian yang lebih dikarenakan kondisi ekonomi daripada perselingkuhan. Serta kebanyakan responden atau 76% responden menyatakan khawatir akan kondisi sosial politik dikarenakan khawatir terhadap berita bohong, diskriminasi SARA, dan munculnya pengikut radikal<sup>12</sup>.

Secara etimologi ketenangan adalah menetap, tidak risau, suasana jiwa yang seimbang sehingga memperlihatkan sikap seseorang yang tidak gelisah.

---

<sup>11</sup> Putri Mursyida Syarifah Aini, dkk, "Pengaruh Riyadhoh Shalawat Bani Hasyim Terhadap Problematika Kehidupan Ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqshabandiyah", *Istiqamah: Jurnal Ilmu Tasawuf*, 2020, hlm. 20

<sup>12</sup> Henry Manampiring, *Filosofi Teras*, (Jakarta: Kompas, 2021), hlm.1

Tenang dapat diartikan dengan diam, tidak berubah, tidak gelisah, tidak susah, tidak gugup dan cemas, tidak tergesa dalam situasi gawat sekalipun<sup>13</sup>.

Ketenangan jiwa bermanfaat di setiap situasi, di saat mengalami halangan berupa masalah dan dilema dalam hidup. Dalam kondisi tersebut, maka seseorang perlu sandaran yang kuat dan kokoh, serta tempat kembali yaitu Allah sehingga jiwa selalu merasa aman dan tenteram dalam menghadapi setiap cobaan dan ujian hidup<sup>14</sup>.

Menurut al-Ghazali solusi permasalahan kehidupan bukan hanya dengan dalil atau ucapan, namun dengan keyakinan yang menanamkan Allah di dalam hati berupa iman sebagai kunci terbukanya tabir bagi orang-orang pilihan<sup>15</sup>. Pemecahan permasalahan merupakan harapan setiap orang supaya mendapatkan ketenangan jiwa. Pencapaian ketenangan jiwa membutuhkan latihan-latihan jiwa (riyadhah) sebagai cara untuk membersihkan dan mengosongkan hati dari sifat buruk dan tercela yang disebut takhalli<sup>16</sup>.

Pembiasaan bershalawat salah satunya terdapat di PPQ Al Amin III Banyumas. Tidak ada spesifikasi shalawat yang digunakan, hanya saja pembacaan shalawat selalu diadakan minimal sekali dalam seminggu. Hasil dari salah satu santri mengatakan bahwa shalawat yang biasa digunakan adalah shalawat Jibril, Thibbil Qulub dan Asyghil, namun bukan berarti tidak menggunakan shalawat yang lain. Sehingga penelitian ini akan mengamati shalawat yang biasa dipakai oleh setiap individu maupun dibaca bersama para santri pondok tersebut.

Menurut data responden, penulis menemukan responden dalam kondisi kepuasan menjalani hidup dan rasa syukur yang baik. Selain itu, salah satu

---

<sup>13</sup> Burhanuddin, "ZIKIR DAN KETENANGAN JIWA (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegagalan Jiwa)", *Mimbar Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 2020, hlm.20

<sup>14</sup> Idrus H. Ahmad, "Ketentraman Jiwa dalam Perspektif Al Ghazali", *Jurnal Substantia*, Vol 12, No. 1, April 2011, hlm.116

<sup>15</sup> Mustafa, *Filsafat Islam*, (Jakarta: Pustaka Setia, 1997), hlm. 116

<sup>16</sup> Idrus H. Ahmad, Loc.cit

responden yang diwawancarai mengatakan bahwa setiap bershalawat ia mengalami perasaan merindukan Nabi Muhammad Saw, merasa lebih tenang, bersyukur, dan dekat dengan Allah Swt dan Nabi Muhammad Saw. Oleh sebab itu, skripsi ini diberi judul **Peran Shalawat untuk Memperoleh Ketenangan Jiwa: Penelitian kualitatif PPQ Al Amin III Banyumas.**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang penulisan skripsi, ada beberapa hal yang menjadi fokus permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini. Permasalahan tersebut disusun dalam rumusan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimana peran shalawat terhadap ketenangan jiwa santri PPQ Al Amin III?
2. Bagaimana metode shalawat dalam mencapai ketenangan jiwa?

## **C. Tujuan Penelitian**

Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapat jawaban atas pertanyaan-pertanyaan pada rumusan masalah,

1. Mengetahui peran shalawat terhadap ketenangan jiwa santri PPQ Al Amin III.
2. Menjelaskan metode shalawat dalam pencapaian ketenangan jiwa.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Manfaat Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan keilmuan psikologi dan tasawuf untuk kalangan Universitas dan Lembaga Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat penelitian ini adalah untuk mendapatkan hasil yang jelas dan mendalam mengenai pengaruh shalawat.
- b. Bagi orang awam, penelitian ini diharapkan dapat menjadi tolak ukur untuk memahami manfaat shalawat.

## **E. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka merupakan acuan penulis dalam memberikan informasi tentang penelitian atau karya ilmiah yang memiliki hubungan yang signifikan dengan tema skripsi yang akan diteliti oleh penulis.

Jurnal yang berjudul ‘Pengaruh Riyadhoh Shalawat Bani Hasyim terhadap Problematika Kehidupan Ikhwan Tarekat Qodiriyah Naqshabandiyah’ (Aini, Asriadi and Yusep 2020) menyebutkan bahwa amalan dalam Shalawat Bani Hasyim menjadi solusi menyelesaikan masalah Ikhwan TQN Suryalaya. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil wawancara dengan Asriadi Rauf bahwa Shalawat Bani Hasyim memberikan ketenangan dan lebih banyak bersyukur sehingga tidak risau melakukan sesuatu, Aceng Wandu bahwa shalawat merupakan Alaa bidzikrillahi tathmainnul qulub, yaitu mengingat Allah sehingga merasakan ketenangan, dan Suhwardi bahwa shalawat meningkatkan istiqamah dalam ibadah dan memperbanyak rasa syukur sehingga menimbulkan perasaan tenang.

Jurnal yang berjudul ‘Internalisasi Nilai-Nilai Tasawuf dalam Shalawat Wahidiyah bagi Pembentukan Karakter Mulia: Studi Kasus di SMK Ihsanniat Rejoagung Ngoro Jombang’, dalam penelitian tersebut dihasilkan bahwa Hana Masfua Della, muallaf pada tahun 2015 yang baru pertama kali mengamalkan shalawat wahidiyah merasakan lebih mudah mengontrol emosi dan hati mendapatkan ketenangan. Pernyataan bahwa shalawat wahidiyah dapat memberikan ketenangan juga dikuatkan oleh Luzaimah, Septi Jihan, dan Eka Kurniati.

Jurnal yang berjudul ‘Pengaruh Terapi Sholawat Nabi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di UPT PSLU Bondowoso’ (Sikwandi, Santoso and Tribagus 2014). Penelitian tersebut membutuhkan 11 responden dengan kriteria inklusi yaitu lansia  $\geq 60$  tahun, mengalami depresi sedang dan atau berat, tidak

mengonsumsi obat anti depresan, dan bersedia sebagai responden. Sedangkan kriteria eksklusi adalah lansia ADL (Actifity Daily Living) total, pendengaran terganggu, nonmuslim, dan tidak bersedia sebagai responden. Menggunakan alat ukur GDS 30 (Geriatric Depression Scale) dan metode terapi sholawat Nabi selama 7 hari tanpa putus selama 15 menit/hari. Shalawat Nabi berpengaruh pada penurunan depresi dengan ditunjukkannya hasil pengukuran Geriatric Depression Scale awal yaitu dari 11 responden dinyatakan 10 responden mengalami depresi ringan sampai berat dan 1 responden dalam keadaan depresi berat. Setelah perlakuan ditemukan 8 responden menjadi normal dan 3 responden menjadi depresi ringan.

Jurnal berjudul Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegagalan Jiwa) oleh Burhanuddin yang membahas pengertian dan keilmuan mengenai zikir sebagai solusi untuk mendapatkan ketenangan jiwa.

Skripsi dari Wisnu Khoir yang berjudul Peranan Shalawat dalam Relaksasi pada Jama'ah Majelis Rasulullah di Pancoran. Skripsi tersebut memiliki relasi yang tepat dengan penelitian ini karena membahas mengenai shalawat berupa definisi, teks shalawat, manfaat, dan tata caranya. Kemudian membahas relaksasi berupa definisi, kegunaan, macam-macam, dan faktor-faktor penyebab.

## **F. Kerangka Pemikiran**

Shalawat secara bahasa berarti doa. Shalawat secara istilah adalah rahmat dan kemuliaan kepada Rasulullah Saw. (Shalawat Allah Swt) serta permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah Swt (Shalawat malaikat)<sup>17</sup>.

Adapun perintah untuk bershalawat terdapat pada Al Ahzab ayat 56 yang artinya, “Sesungguhnya Allah dan para Malaikat bershalawat untuk Nabi. Wahai orang-orang yang beriman! Bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah

---

<sup>17</sup> Wildana Margadinata, *Spiritualias Salawat*, (Malang: UIN Malang Press, 2010), hlm. 54-55

salam dengan penuh penghormatan kepadanya. Ayat tersebut menunjukkan bahwa Allah Swt dan malaikat merahmati Nabi Muhammad Saw. sedangkan seseorang yang bershalawat kepada Nabi Muhammad saw berarti memuliakan dan menghormati Nabi Muhammad Saw. dan salam kepada Nabi Muhammad Saw. sebagai doa supaya Nabi Muhammad Saw selalu dalam keselamatan.

Shalawat Nabi Muhammad Saw. secara umum dibagi menjadi dua yaitu Pertama, Shalawat ma'tsuur yang shalawat ini redaksinya berasal dari Rasulullah Saw seperti shalawat Ibrahimiyah yang terdapat pada tahiyat shalat. Kedua, shalawat ghairu ma'tsuur yang redaksinya bukan dari Nabi Muhammad Saw. shalawat ini bisa berasal dari sahabat Nabi Saw, tabi'in, tabi'in tabi'in, auliya, ulama, dan orang Islam pada secara umum. Shalawat ghairu ma'tsuur dibagi menjadi shalawat umum contohnya Shalawat Nariyah, Shalawat Munjiyat, Shalawat Wahidiyah. Kemudian, shalawat khusus yaitu shalawat yang terdapat pada tarekat-tarekat seperti Tarekat Samaniyyah yang mengamalkan Shalawat Niqhtah, Tarekat Idrisiyah dengan amalan Shalawat Adhimiyah, dan Tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah terkenal dengan amalan Shalawat Bani Hasyim<sup>18</sup>. Shalawat khusus disebut juga dengan Jam'iyah Tariqah yang tujuannya sebagai jalan menuju Allah Swt dan Rasulullah Saw. Sedangkan adab dalam mengamalkan shalawat tariqah yaitu beriman dan hadir di hadapan Allah serta mahabbah dan memuliakan Rasulullah Saw.

Berikut beberapa faidah tentang keutamaan shalawat kepada Nabi<sup>19</sup>:

1. Dalam rangka memenuhi perintah Allah azza wa jalla.
2. Meneladani perbuatan Allah tabaraka wa ta'ala tatkala bershalawat kepada Nabi -Nya. Walaupun jelas jauh berbeda antara shalawat kita dengan shalawatnya Allah ta'ala. Karena maksud shalawat kita kepadanya ialah do'a

---

<sup>18</sup> Adrika Fithrotul Aini, dkk, Loc.cit

<sup>19</sup> Syaikh Amin bin Abdullah asy-Syaqawi, *Shalawat kepada Nabi, Keutamaan serta Faidahnya*, Islamhouse, 2013, hlm.12

serta permohonan berkah sedangkan shalawatnya Allah azza wa jalla adalah pujian dan pemuliaan.

3. Bershalawat akan mengangkat derajat dan menghapus kejelekan, sebagaimana telah lewat keterangannya di dalam hadits-hadits yang lalu.
4. Diharapkan dengan sebab itu akan terkabulkan do'anya orang yang sedang berdo'a, apabila di tutup dengan membaca shalawat. Di mana do'anya akan terangkat naik dengan sebab itu sampai kepada Rabb seluruh makhluk.
5. Bisa sebagai penutup kesedihan seorang hamba. Seperti yang diterangkan didalam hadits Ubai yang telah lalu, tatkala dirinya mengatakan kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam, akan saya jadikan seluruhnya untuk bershalawat kepadamu. Maka beliau mengatakan: 'Jika benar, maka itu sudah mampu mencukupi keinginanmu, dan akan diampuni dosa-dosamu'. Dan kisah dalam masalah ini sangatlah banyak. Di kisahkan bahwa ada salah seorang yang sedang banyak sekali di rundung masalah bersama rekan kerjanya, sedangkan dalam rumah tangganya juga tidak jauh berbeda, penuh dengan gundah dan kesedihan. Maka dirinya dikasih tahu supaya memperbanyak bershalawat kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam, akhirnya dirinya mengikuti saran tersebut dan terus menekuninya. Kemudian tidak selang beberapa lama keadaan hidupnya berubah yang tadi selalu dirundung kesedihan menjadi bahagia dan dalam kesenangan.
6. Shalawat kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam termasuk diantara hak-hak yang harus ditunaikan oleh umatnya sebagai timbal balik balasan atas kebaikan yang sangat agung yang mereka peroleh dengan sebab beliau.

Dalam dunia pemikiran filsafat keilmuan Islam terdapat dua aliran tentang jiwa; pertama adalah aliran materialisme (maddiyah), dan kedua, aliran spiritualisme (ruhaniyah). Aliran materialisme didominasi oleh pandangan filsafat atomisme yang menyatakan, bahwa hakekat yang ada di alam semesta ini

adalah jawhar dan ‘arad. Jawhar yang berarti inti atau pokok diasumsikan sebagai benda atau materi. Sedangkan ‘arad dimaksudkan sebagai sifat dari benda tersebut. Terkait dengan teori penciptaan “*creation theory*”, maka dapat dinyatakan bahwa jawhar dan ‘arad itu terus menerus tercipta secara berganti-ganti, al-khalq al-mustamir al-mutajaddid, tanpa henti dan dalam kondisi tidak tetap. Tuhan dalam proses creation continuity atau al-khalq al-mustamir tersebut membuat badan (tubuh) ini disempurnakan dengan jiwa atau ruh sebagai sifat abstraktifnya secara berkelanjutan tanpa batas dan kesudahan<sup>20</sup>.

Ciri-ciri orang dengan ketenangan jiwa menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 1959 di Geneva adalah adaptif dan menerima kenyataan walaupun buruk, merasa puas dengan usaha yang dilakukan, merasa lebih puas saat memberi, daripada menerima, bebas dari rasa tegang (stres), cemas, dan depresi, kehidupan sosial yang baik, seperti tolong menolong pada sesama, menganggap kekecewaan sebagai pembelajaran di hari esok, perasaan permusuhan diselesaikan secara kreatif dan terstruktur, besarnya perasaan kasih sayang<sup>21</sup>.

Ciri-ciri orang dengan jiwa yang tenang menurut Dr. Zakiyah Darajat adalah seseorang yang memiliki mental sehat, orang-orang dengan kesehatan mental cirinya sebagai berikut<sup>22</sup>:

1. Terhindar dari gangguan jiwa (neurosis) dan penyakit kejiwaan (psikosis).
2. Mampu menyesuaikan diri dengan orang lain yang berada dalam lingkup sosial.

---

<sup>20</sup> Abd Syakur, *Metode Ketenangan Jiwa Suatu Perbandingan antara al-Ghazali dan Sigmund Freud*, ISLAMICA, Vol. 1, No. 2, Maret 2007, hlm.166

<sup>21</sup> Dadang Hawari, *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2005), hlm.13

<sup>22</sup> Burhanuddin, Op.cit, hlm.21

3. Kesehatan mental sebagai ilmu dan tingkah laku yang dapat mengembangkan dan menggunakan potensi, bakat, dan pembawaan secara optimal dan maksimal sehingga memberikan kebahagiaan diri dari orang lain.
4. Harmonis antara fungsi jiwa, dan sanggup menghadapi dan menyelesaikan permasalahan sehingga mendatangkan kebahagiaan dan ketenangan jiwa.

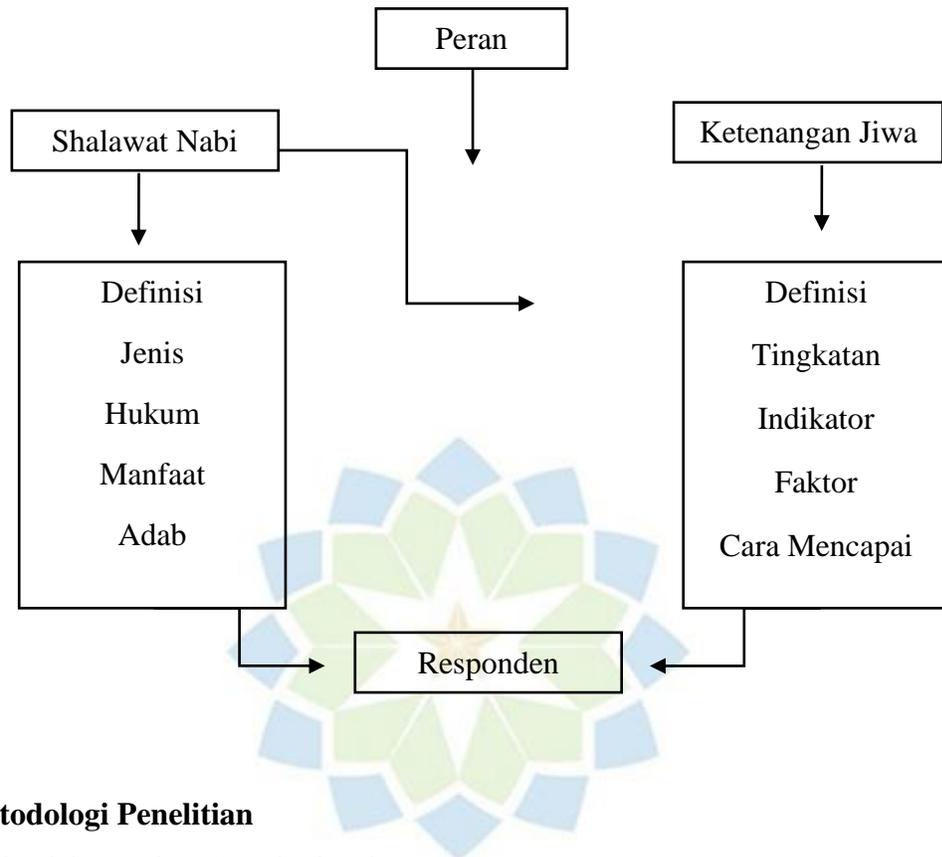
Menurut Zakiah Darajat, ketenangan jiwa dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal sangat dipengaruhi oleh tingkat keimanan dan ketaqwaan, sikap dalam menghadapi masalah hidup, rutinitasnya dalam berzikir dan kondisi jiwa lainnya yang stabil, memiliki rasa syukur-syukur dan sabar, tidak mudah putus asa dan mudah beradaptasi dengan orang lain dengan berbagai kebahagiaan. Sedangkan faktor eksternal atau kondisi luar seseorang seperti kondisi lingkungan, tingkat pendidikan, keadaan ekonomi, dan keadaan sosial, politik dan faktor lainnya. Namun dari kedua faktor tersebut, yang paling menentukan adalah faktor internal yang akan mengantar manusia meraih ketenangan jiwa<sup>23</sup>.

Zikir berperan besar dalam meningkatkan ketenangan jiwa sesuai dengan pendekatan ilmiah dari pandangan para ahli kesehatan, baik kesehatan fisik, maupun kesehatan mental. Dengan bukti ilmiah terkait rahasia zikir sebagai penenang jiwa dan berfungsi sebagai terapi, dapat dibuktikan dengan pendekatan ilmu medis, bahwa dalam otak manusia terdapat zat kimiawi yang secara otomatis keluar ketika seseorang berzikir. Zat endorphin yang berfungsi untuk menenangkan otak, sebagaimana mortin mampu menenangkan otak, bedanya morfin berasal dari luar tubuh, sedang zat endorphin berasal dari dalam tubuh<sup>24</sup>.

---

<sup>23</sup> Burhanuddin, Op.cit, hlm.22

<sup>24</sup> Burhanuddin, Op.cit, hlm.23



## G. Metodologi Penelitian

### 1. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Kualitatif merupakan pendekatan yang menekankan pemahaman pengalaman dari perilaku manusia yang dapat dianalisis secara ilmiah karena setiap tindakan manusia berasal dari kesadaran sehingga memiliki makna. Setiap metode kualitatif bertujuan melihat gejala, fakta, dan realita secara keseluruhan. Menarik benang merah setiap data dan mencari kesinambungan secara komprehensif dan menyeluruh dengan penelitian yang mendalam dan rinci. Pendekatan kualitatif sesuai untuk penelitian mendalam, bukan yang umum. Peneliti terlibat secara langsung dalam proses penelitian. Bersifat subjektif sehingga peneliti harus memiliki kredibilitas dalam menjalani penelitian yang dilakukan.

## 2. Jenis dan Sumber Data

### a. Data Primer

Penelitian kualitatif menggunakan sumber data dari wawancara mendalam kepada subjek penelitian dengan dengan memperkenankan kemungkinan berkembangnya responden sebagai sumber data penelitian<sup>25</sup>. Peneliti kualitatif diharapkan dapat memahami perasaan, pola pikir, dan mengutamakan perspektif responden.

Penelitian ini melibatkan tujuh responden. Kriteria responden dalam penelitian ini yaitu santri yang menetap di pondok, minimal lama menjadi santri di PPQ Al Amin III selama satu tahun, jenis kelamin bebas, dan berusia lebih dari 17 tahun.

### b. Data Sekunder

Data yang diperoleh dari sumber kedua, bisa berupa catatan, dokumentasi, buku, dan sebagainya.

### c. Dokumentasi

Dokumentasi berupa surat, agenda, laporan-laporan, hasil penelitian, artikel, jurnal, proposal, dan peringatan/catatan. Kemudian rekaman berupa data, daftar nama, buku harian, kalender, dan sebagainya.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

### a. Observasi

Observasi adalah proses pengambilan data melalui pengamatan perilaku responden tanpa bertanya kepada responden. Observasi

---

<sup>25</sup> Hardani, dkk, Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Grup, 2010), hlm.231

dilakukan saat wawancara mengenai peran shalawat untuk ketenangan jiwa para responden.

b. Wawancara secara open ended

Wawancara adalah proses mendapatkan keterangan dalam penelitian secara tanya jawab antara peneliti dengan responden. Tujuan dari wawancara yaitu supaya dapat menyajikan konstruksi saat ini mengenai responden dan hal-hal yang terlibat,

Wawancara dengan pengasuh PPQ Al Amin III, Ustadz Idris MS. Lurah/ketua PPQ Al Amin III, Ani Musarofah, dan para responden.

4. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono mengemukakan teknik analisis data merupakan aktifitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu: Data Reduction (Redaksi Data), Data Display (Penyajian Data), Conclusion Drawing/ Verification<sup>26</sup>.

5. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian dalam studi kasus bertempat di PPQ Al Amin III di Banyumas, Jawa Tengah dalam kurun waktu penelitian dari September 2021 sampai Januari 2022.

## H. Sistematika Penelitian

1. BAB I Pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, metodologi penelitian, dan sistematika penelitian.
2. BAB II Kajian Teori berisi tiga topik yaitu Pertama, Shalawat dengan rangkaian kajian teori pengertian shalawat, jenis-jenis shalawat, etika

---

<sup>26</sup> *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: PT Alfabet, 2016)

membaca shalawat, dan manfaat mengamalkan shalawat. Kedua, Ketenangan Jiwa mengenai pengertian dan indikator.

3. BAB III Metodologi Penelitian berisi pendekatan dan metode, jenis dan sumber data, teknik pengambilan data, teknik analisis data, serta tempat dan waktu pelaksanaan.
4. BAB IV Hasil dan Pembahasan berisi observasi dan wawancara dengan responden.
5. BAB V Penutup berisi kesimpulan dan saran penelitian.

