

**KONTRIBUSI MEDITASI  
BAGI PENINGKATAN KECERDASAN SPIRITUAL  
Studi Lapangan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta**



**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Strata Satu Pendidikan Islam

Disusun Oleh :  
Su'aib Ahmadi  
NIM. 01410704

**JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH UIN SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2005**

## SURAT PERNYATAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Su'aib Ahmadi

NIM : 01410704

Jurusan : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini ( tidak terdapat karya yang diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan skripsi saya ini) adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain.

Yogyakarta, 24 Oktober 2005

Yang menyatakan



Su'aib Ahmadi  
NIM : 01410704.

Prof. Drs. HMS. Prodjodikoro  
Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
**NOTA DINAS PEMBIMBING**  
Hal : Skripsi  
Saudara Su'aib Ahmadi

Kepada Yth.  
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga  
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb.

Setelah memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Su'aib Ahmadi

NIM : 01410704

Jurusan : Pendidikan agama Islam

Judul : KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN  
KECERDASAN SPIRITUAL (Studi Lapangan di Lembaga Seni  
Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta)

telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Pendidikan Agama Islam.

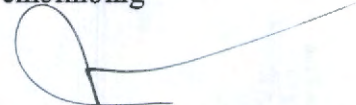
Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosah.

Demikian atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 25 November 2005

Pembimbing



Prof. Drs. HMS. Prodjodikoro  
NIP. 150048250

Sukiman, S. Ag.,M.Pd  
Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**NOTA DINAS KONSULTAN**

Hal : Skripsi  
Saudara Su'aib Ahmadi  
Lamp. : 7 Eksemplar

Kepada Yth.  
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga  
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb.

Setelah memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Su'aib Ahmadi

NIM : 01410704

Jurusan : Pendidikan Agama Islam

Judul : KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN  
KECERDASAN SPIRITUAL ( Studi Lapangan di Lembaga Seni  
Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta)

telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Pendidikan Agama Islam.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 14 Desember 2005

Konsultan,



Sukiman, S. Ag.,M.Pd  
NIP. 150282518





DEPARTEMEN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
**FAKULTAS TARBIYAH**

Jln. Laksda Adisucipto Yogyakarta 55281, Telp. : 513056, Fax. : 519734

**PENGESAHAN**

Nomor : UIN/1/DT/PP.01.1/147/2005

Skripsi dengan judul : **KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN  
KECERDASAN SPIRITUAL ( Studi Lapangan di Lembaga Seni  
Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta )**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

**SU'AIB AHMADI**

**NIM : 01410552**

Telah dimunaqosyahkan pada :  
Hari Senin, tanggal 12 Desember 2005 dengan Nilai **B+**  
dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga

**SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH**

Ketua Sidang

Drs. Sarjono, M.Si.  
NIP. 150200842

Sekretaris Sidang

Karwadi, M.Ag.  
NIP. 150289582

Pembimbing Skripsi

Prof. Drs. H. Suyatno Projodikoro  
NIP. 150048250

Penguji I

Sukiman, S.A. M.Pd.  
NIP. 150282518

Penguji II

Drs. Radino, M.Ag.  
NIP. 150268798

Yogyakarta, 24 Desember 2005

UIN SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS TARBIYAH  
DEKAN



Drs. H. Rahmat, M.Pd.  
NIP. 150037930

## MOTTO

أَحْسَنَ النَّاسِ أَنْفَعَهُمْ لِنَاسٍ (رواه الطبراني)

Artinya:

Sebaik-baik manusia adalah manusia yang lebih bermanfaat bagi manusia. (HR. Tabarani)<sup>1)</sup>

إِتَّقِ اللَّهَ خَيْثُمَا كُنْتَ وَأَتَّبِعِ السَّيِّئَةَ الْحَسَنَةَ تَمَحُّهَا  
وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ. (رواه الترمذی)

Artinya:

Bertakwalah engkau kepada Allah dimana saja engkau berada dan iringilah perbuatan jahat dengan kebaikan niscaya kebaikan itu akan menghapusnya dan pergaulilah manusia dengan budi pekerti yang baik. (HR. at-Tirmidzi)<sup>2)</sup>

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1)</sup> Tengku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Al-Islam 2* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 1998), hal.344.

<sup>2)</sup> Imam Yahya bin Syarifudin An-Nawawi, *Hadist Arba'in Annawawiyah*, penerjemah: Abdul Hiyadh (Surabaya: Mesir, 1992), hal.39.

## PERSEMBAHAN



Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

➤ Almamater UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## ABSTRAK

SU'AIB AHMADI. Kontribusi Meditasi Bagi Peningkatan Kecerdasan Spiritual (Studi Lapangan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta). Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan metode yang diterapkan oleh Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta serta menganalisa kontribusi penerapan metode tersebut bagi peningkatan kecerdasan spiritual seseorang. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi Ilmu pengetahuan tentang adanya alternatif lain untuk membangun sekaligus meningkatkan kecerdasan spiritual.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan mengambil latar Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan jalan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Dalam penelitian ini digunakan tehnik sampling purposive, yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dari 40 responden, penulis mengambil 10 orang yang dianggap dapat mewakili sebagai sampel. Analisa data dilakukan dengan memberikan makna terhadap data yang telah dikumpulkan untuk selanjutnya ditarik kesimpulan. Pemeriksaan keabsahan data dilakukan dengan mengadakan triangulasi data yaitu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data yang lain.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) Metode yang dipergunakan dalam latihan pernafasan Satria Nusantara adalah meditasi gerak yang mencakup unsur-unsur: a). Pengaturan nafas dengan cara menarik, menahan, dan mengeluarkan nafas secara teratur yang disertai dzikir "*La> Ila>ha Illalla>h*", b) Gerakan jurus, yang mencakup jurus dasar sampai penjuru, dan c) Konsentrasi, dengan cara menenangkan pikiran untuk menuju pada relaksasi. 2) penerapan metode tersebut ternyata dapat memberikan sumbangan terhadap peningkatan spiritualitas seseorang yang mana hal tersebut dapat di cermati dengan adanya perubahan pada kejiwaan seseorang yang berpengaruh pada tindakan diantaranya: Jujur, adil, santun, rendah hati, mampu menahan dan mengendalikan diri, bertanggung jawab, Berjiwa sosial, memiliki kedekatan dengan Tuhan, ketenangan dan kedamaian batin yang tinggi dan mampu memaknai kehidupan ini sebagai suatu hal harus dinikmati dan disyukuri. Kontribusi tersebut dapat diperoleh dipengaruhi oleh beberapa aspek yang mendukung antara lain: aspek fisik, mental, dan kedisiplinan. Dengan fisik, melalui gerakan jurus siswa digembleng untuk menjadi diri yang tegar dan selalu bersemangat. Perubahan pada fisik akan berpengaruh pada mentalnya. Ha! ini dapat terlihat pada kesesuaian antara gerak, nafas, dan dzikir. Kedua hal tersebut tidak akan mencapai hasil maksimal apabila tidak disertai dengan kedisiplinan dan kontinuitas dalam latihan.



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الحمد لله رب العالمين وبه نستعين على أمور الدنيا والدين. اشهد  
ان لا اله الا الله واشهد ان محمدا رسول الله. اللهم صل وسلم  
على سيدنا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين. اما بعد.

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadiran Allah Tuhan Seru Sekalian Alam. Shalawat dan salam tak lupa kami sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Alhamdulillah berkat Ridho, karunia, dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan kripsi yang berjudul “Kontribusi Meditasi Bagi Peningkatan Kecerdasan Spiritual (SQ) Studi Lapangan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta” sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar-S1 di Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penulisan skripsi tersebut tidaklah terlaksana tanpa bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu sudah sepantasnyalah penulis haturkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Drs. HMS. Prodjodikoro selaku pembimbing skripsi.
4. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

5. Guru Besar Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
6. Segenap pelatih, karyawan, dan siswa Satria Nusantara Yogyakarta yang telah meluangkan waktu untuk menjadi subyek penelitian skripsi ini.
7. Semua pihak yang telah ikut berjasa dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.


Mengikat keterbatasan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis, penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna, maka kritik dan saran yang membangun sangat kami nanti dan harapkan.

Besar harapan penulis, skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya mereka yang berkecimpung di dalam bidang pendidikan dan pembaca pada umumnya.

Kepada pihak-pihak yang membantu terselesaikannya skripsi ini, semoga mendapatkan pahala yang setimpal Amien.

Yogyakarta, 24 Oktober 2005

Hormat Penulis

  
**Su'aib Ahmadi**  
NIM.01410704

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN NOTA DINAS KONSULTAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN MOTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAKSI .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	3
D. Tinjauan Pustaka.....	4
E. Metode Penelitian .....	17
F. Sistematika Pembahasan.....	20
<b>BAB II : GAMBARAN UMUM LEMBAGA SENI PERNAFASAN SATRIA NUSANTARA</b>	
A. Letak Geografis.....	22
B. Sejarah Berdiri dan Perkembangannya.....	22
C. Struktur Organisasi .....	25
D. Maksud, tujuan, dan Semboyan.....	27
E. Keadaan Pelatih, Pengurus, dan Siswa. ....	31
F. Sarana dan Prasarana .....	35
G. Pendanaan .....	37

BAB III : MEDITASI DAN KONTRIBUSINYA BAGI PENINGKATAN KECERDASAN SPIRITUAL	
A. Kurikulum dan Metode yang digunakan dalam Latihan	38
B. Kontribusi Meditasi bagi Peningkatan Kecerdasan Spiritual.....	56
C. Evaluasi Kurikulum dan Metode SN Hubungannya dengan Peningkatan Kecerdasan Spiritual .....	71
BAB IV : PENUTUP	
A. Kesimpulan .....	72
B. Saran-saran .....	73
C. Kata Penutup.....	73
DAFTAR PUSTAKA .....	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN CURICULUM VITAE	



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Data Perkembangan LSP Satria Nusantar .....	24
Tabel 2: Daftar Nama Pelatih beserta Jabatan dan Tingkatannya.....	31
Tabel 3: Keadaan anggota LSP-Satria Nusantara Periode 2001-2005.....	34
Tabel 4: Keadaan Pengurus LSP Satria Nusantara.....	35
Tabel 5: Penggunaan Area Tanah.....	36
Tabel 6: Keadaan Perlengkapan LSP-SN.....	36



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Pedoman Pengumpulan Data .....	78
Lampiran II	: Bukti Seminar Proposal .....	81
Lampiran III	: Penunjukan Pembimbing .....	82
Lampiran IV	: Kartu Bimbingan Skripsi .....	83
Lampiran V	: Surat Ijin Penelitian .....	84
Lampiran VI	: Daftar Riwayat Hidup Penulis .....	90



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Roda Globalisasi dan modernisasi menimbulkan berbagai permasalahan pelik yang harus dicermati sekaligus ditangani. Permasalahan tersebut semakin kompleks dan terdapat di setiap segi kehidupan manusia baik politik, sosial, ekonomi, hukum maupun agama. Dalam hal ekonomi misalnya, tidak jarang ditemukan golongan ekonomi tingkat atas yang secara materi dapat terpenuhi tanpa kurang suatu apapun, ternyata mereka belum mampu mencapai ketenangan dan kebahagiaan batin yang hakiki. Tak jauh beda dengan hal tersebut, dalam segi agama pun banyak ditemukan orang-orang yang secara kognitif menguasai berbagai disiplin agama, namun secara psikologis mereka masih melanggar tatanan nilai dan norma agama yang mereka anut. Tak jauh berbeda dalam segi pendidikan pun tidak sedikit ditemukan seseorang dengan kapasitas intelegensi yang memadai, namun belum mampu meraih kesuksesan baik lahir maupun batin.

Dari kenyataan di atas, tentunya kurang bijak kalau menyalahkan masing-masing dari individu tersebut karena tentunya segala sesuatu ada sebab musababnya. Para ilmuwan mengatakan bahwa hidup seseorang hanya menggunakan 5% dari kapasitas potensi diri yang dia miliki.<sup>3)</sup> Dengan demikian apabila seorang mampu menggunakan 50% saja dari potensi pribadinya, tentulah dia akan menjadi manusia yang luar biasa. Disinilah

---

<sup>3)</sup>Paul Gilbraith, *Meditasi Hidup Indah Tanpa Stres*, penerjemah: Dariyatno (Yogyakarta: Pinks Books, 2003), hal.66.

pentingnya pengoptimalisasian berbagai kecerdasan yang dimiliki oleh manusia baik kecerdasan intelektual, emosional maupun spiritual.

Dari ketiga macam kecerdasan tersebut, meskipun kecerdasan spiritual menduduki urutan ke-tiga, namun pada dasarnya yang akan memberikan kontribusi terbanyak terhadap seseorang sehingga dia mampu mengaktualisasikan dirinya sebagai makhluk yang sempurna sekaligus *kholifah fil ardh* secara optimal. Pendeknya Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional yang tinggi, belumlah cukup apabila tidak diimbangi dengan Kecerdasan spiritual yang tinggi pula. Hal ini mendorong manusia terus mencari cara untuk memperkaya pengalaman batinnya, mentransformasikan pengalaman tersebut dalam kehidupan sehingga dapat dikatakan sebagai sosok yang cerdas spiritualnya.

Untuk dapat dikatakan cerdas spiritualnya, sebenarnya banyak sekali cara/metode yang dapat kita lakukan diantaranya melalui penghayatan ajaran agama dan meditasi seperti yang telah diajarkan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta. Didahului dengan proses relaksasi yang terjadi karena pengaturan nafas dan disertai gerakan-gerakan jurus tertentu dan juga dzikir, mendidik manusia untuk dapat mengendalikan diri dan egonya. Kesemuanya diharapkan akan membantu seseorang untuk lebih memasrahkan segenap jiwa dan raganya kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala. Dengan terciptanya kepasrahan tersebut, membawa seseorang untuk lebih memahami (karena terbukanya qalb) dan mengamalkan ajaran agama tersebut. Selain itu proses relaksasi yang telah sampai pada kepasrahan kepada Tuhan membuat



manusia tidak mudah untuk lari dari berbagai problematika kehidupan yang dihadapi (terjangkit penyakit stres) karena dia merasa kehidupan untuk dinikmati bukan untuk diratapi. Selain itu di sana juga mempunyai semboyan sembuh-sehat-saudara yang memberikan motivasi kepada para siswanya untuk menjadi sembuh dari penyakit, selalu bugar, dan menjalin ukhuwah antar sesama.

Dari latar belakang permasalahan tersebut, penulis ingin mengetahui apakah metode meditasi yang diterapkan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara benar-benar banyak memberikan kontribusi terhadap peningkatan kecerdasan spiritual seseorang?

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang masalah yang telah disampaikan di atas, kiranya dapat dirangkai rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana metode meditasi yang diajarkan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta?
2. Apa sumbangan yang diperoleh dari penerapan metode tersebut bagi peningkatan kecerdasan spiritual seseorang?

## **C. Tujuan dan kegunaan penelitian**

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah :

1. Ingin mendeskripsikan metode meditasi yang diterapkan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta.
2. Ingin mengetahui kontribusi yang dapat diperoleh dari metode yang diterapkan di SN dalam upaya peningkatan kecerdasan spiritual.

Adapun kegunaan dari diadakannya penelitian ini antara lain :

1. Sebagai kontribusi bagi pemerhati pendidikan khususnya pendidikan agama agar tidak hanya mengedepankan hal-hal yang bersifat kognitif dan verbal saja, namun lebih ditekankan kepada pengkayaan pengalaman ruhani.
2. Sebagai bahan renungan bahwa untuk menjadi manusia yang mulia tidak cukup hanya berbekal IQ dan EQ yang tinggi saja, namun juga kecerdasan untuk memaknai nilai-nilai kehidupan ini.

#### **D. Tinjauan pustaka**

Dari hasil pencarian yang penulis lakukan, ditemukan beberapa karya yang membahas tema yang hampir mirip dengan tema yang penulis bahas antara lain; Skripsi karya Bobo Widyantoro yang berjudul: *Pengaruh Pelatihan Pradasar Seni Pernafasan Satria Nusantara Terhadap Tingkat Kecemasan* (Fakultas Psikologi UII Yogyakarta, 2003). Skripsi tersebut membahas tentang adanya pangaruh yang signifikan pelatihan tingkat pradasar Pernafasan Satria Nusantara terhadap tingkat kecemasan seseorang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang telah mengikuti pelatihan tingkat pradasar di Pernafasan Satria Nusantara ternyata merasakan menurunnya tingkat kecemasan yang mereka miliki.

Buku yang berjudul "*Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual Melalui 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*" karya Ary Ginanjar Agustian. Buku tersebut membahas apresiasi dari rukun iman dan Islam dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Bagaimana seseorang dapat

meraih kesuksesan baik secara lahir maupun batin. Berbagai macam kasus seputar kehidupan manusia disajikan guna mempermudah memahami buku tersebut.

Lain halnya dengan Ary Ginanjar Agustian yang membahas kecerdasan spiritual melalui apresiasi nilai-nilai Rukun Islam dan iman, Sukidi dalam bukunya "*Kecerdasan Spiritual*" mengemukakan bahwa ada kecerdasan lain yang berperan bagi keberhasilan hidup kita yaitu kecerdasan spiritual. Dan dijelaskan pula bahwa kompleksitas kepribadian manusia kecerdasannya tidak tunggal tetapi jamak.

Dari semua tulisan tersebut, penulis ingin membahas tentang kecerdasan spiritual dari sudut pandang yang berbeda. Dalam hal ini penulis menyorot sebuah metode meditasi yang diterapkan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara. Penulis beranggapan bahwa metode tersebut sedikit banyak juga dapat memberikan andil untuk membangun sekaligus meningkatkan kecerdasan spiritual.

## 1. Tinjauan Tentang Meditasi

### a. Pengertian Meditasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, meditasi adalah pemusatan pikiran dan perasaan untuk mencapai sesuatu. Senada dengan ini, Mueslim Dalidd dari yayasan Krisnamurti Indonesia mendefinisikan meditasi sebagai suatu cara, metode dan latihan yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan<sup>4)</sup>.

---

<sup>4)</sup> Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik* (Bandung : Pustaka Hidayah, 2004), hal. 11.



Sedangkan Tjiptadinata Effendi mendefinisikan meditasi sebagai berikut:

- 1) Meditasi adalah inner dialog
- 2) Meditasi adalah jalan menuju diri sendiri
- 3) Meditasi adalah jalan menuju Tuhan.
- 4) Meditasi adalah penyatuan ke hadirat Sang Pencipta.
- 5) Meditasi adalah penyatuan diri dengan keabadian.<sup>5)</sup>

Meditasi disebut juga dengan perluasan, yaitu perluasan kesadaran yang ada pada manusia yang mencakup lapisan fisik, energi, lapisan emosional, lapisan inteligensia (nurani), dan lapisan kesadaran murni. Hasil akhir dari meditasi adalah samadhi atau keseimbangan.<sup>6)</sup>

Irmansyah Effendi dalam bukunya mengatakan bahwa samadhi merupakan tingkatan tertinggi dalam meditasi yang secara ilmiah gelombang pikiran seseorang pada tahap ini adalah teta penuh dan biasanya diantara frekuensi 4 Hz-6Hz. Pada tahap ini pribadi menyatu sepenuhnya dan terakhir tentu saja persatuan dengan Sang Pencipta.<sup>7)</sup>

Kalau kita telusuri lebih dalam, Islam pun sebenarnya juga mengenal istilah meditasi bahkan dapat kita ketahui dari makna dasar kata Islam itu sendiri yaitu berasal dari kata: *aslama-yuslimu-Islam* yang mengandung pengertian menyerahkan penuh (total submission),

---

<sup>5)</sup> Tjipta Dinata Effendi, *Meditasi Jalan Meningkatkan Kehidupan Anda* (Jakarta : PT Gramedia, 2003) hal.1

<sup>6)</sup> Annad Krisna, *Seni Memberdayakan Diri, Meditasi Untuk Manajemen Stres dan Neo Reiki Untuk Kesehatan Jasmani Dan Rohani* (Jakarta: PT Gramedia, 2001) . hal. 52.

<sup>7)</sup> Irmansyah Effendi, *Kesadaran Jiwa, Teknik Efektif untuk mencapai Kesadaran yang Lebih Tinggi* (Jakarta: PT Gramedia, 2003), hal.7.



yaitu kepada petunjuk dan peraturan Allah.<sup>8)</sup>

Firman Allah dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah: 112 yang berbunyi :

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ قَلِيلًا  
وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ. (البقرة: ١١٢)

*Artinya:*

*Bahkan barang siapa aslama (meyerahkan diri) kepada Allah sedang dia berbuat kebaikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula bersedih hati.<sup>9)</sup>*

Penggalan ayat tersebut memberikan pengertian bagaimana seharusnya kita sebagai umat beragama menghadap dan menyerahkan diri kita (meditasi) kepada Sang Pencipta sehingga tercapai ketenangan dan kedamaian batin.

#### b. Sejarah Meditasi

Meditasi sudah dikenal oleh manusia sejak berabad-abad tahun yang lalu. Mereka tidak mengerti siapakah orang yang pertama melakukan meditasi Namun demikian sekitar 5000 tahun yang lalu, peradaban Mesir Kuno telah menggunakan metode-metode ini. Piramida besar dibangun pada saat itu dan jelaslah dari tulisan-tulisan heroglif, bahwa meditasi merupakan suatu bagian penting kehidupan para iman. Patung-patung keramik telah ditemukan utuh selama penggalian-penggalian peradaban Dravida di Mohenjo Daro, di

---

<sup>8)</sup> Bustanul Agus, *Al-Islam, Buku Pedoman Kuliah Mahasiswa untuk Mata Kuliah Pendidikan Agama Islam* (Jakarta: Grafindo Persada, 1993), hal. 59.

<sup>9)</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Semarang: Toha Putra, 1989), hal. 30.

cekungan Sungai Indus. Patung- patung tersebut melukiskan para yogi yang sedang bermeditasi.<sup>10)</sup>

Di tanah air kita, meditasi ada sejak berdirinya kerajaan Hindu-Budha.<sup>11)</sup> Namun demikian sebenarnya semua agama mengajarkan tata cara bermeditasi sebagai contoh, agama Islam mengajarkan syahadat, puasa, shalat, zakat, dan haji yang mana kesemuanya itu kalau kita cermati dapat membawa untuk berserah diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

## 2. Tinjauan tentang kecerdasan Spiritual

### a. Makna Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual memiliki akar kata *spirit*, yang berarti roh. Kata tersebut berasal dari bahasa Latin yang berarti *nafas*. Selain itu, spirit dapat juga diartikan sebagai *suatu yang murni*. Diri kita yang sebenarnya adalah roh kita itu. Roh bisa diartikan sebagai energi kehidupan yang membuat kita dapat hidup, bernafas, dan bergerak.<sup>12)</sup>

Kecerdasan spiritual berarti kemampuan kita untuk dapat mengenal dan memahami diri kita sepenuhnya sebagai makhluk spiritual maupun sebagai bagian dari alam semesta.<sup>13)</sup>

Allah telah berfirman dalam surat al-Baqarah : 30

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰئِكَةِ اِنِّيْ جَاعِلٌ فِى الْاَرْضِ خٰلِفَةً لِّىْ  
(البقرة: ٣٠)

<sup>10)</sup> Doriel Hall, *Penyembuhan Dengan Meditasi* (Jakarta: Gramedia, 1999), hal.11-12.

<sup>11)</sup> Tcipt Dinata Effendi, *Meditasi*, hal.3.

<sup>12)</sup> Aribowo Pricaksono dan Irianti Erningpraja, "Spiritualitas Dan Kualitas Hidup" ([www.roy-sembel.com](http://www.roy-sembel.com) dalam edpro @ cbn.net.id, 2005).

<sup>13)</sup> *Ibid.*

Artinya :

*Dan ingatlah ketika Tuhanmu berkata kepada Malaikat sesungguhnya Aku akan menjadikan seorang khalifah di muka bumi.*<sup>14)</sup>

Sebutan Khalifah di bumi (Dalam hal ini yang dimaksud khalifah di sini adalah Adam/anak manusia<sup>15)</sup>) mengandung pengertian bahwa Allah memberikan bentuk yang sempurna bagi manusia dibanding makhluk yang lainnya mengingat tugasnya adalah sebagai khalifah.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ. (التين : ٤)

Artinya :

*Sesungguhnya telah Kami ciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (At-tiin : 4)*<sup>16)</sup>

Terciptanya manusia sebagai sosok yang sempurna, dapat kita lihat dengan dikaruniainya manusia perasaan dan pikiran. Perasaan berpusat di dalam hati yang digunakan untuk merasa dan dalam tingkat yang paling tinggi akan melahirkan kata hati. Sedangkan akal pusatnya di otak, digunakan untuk berfikir.<sup>17)</sup> Dengan kedua hal inilah manusia diberikan kesempatan untuk menjadi manusia yang sehat baik secara jasmani, rohani dengan kata lain cerdas baik intelektual, emosional maupun spiritual.

Ary Ginanjar Agustian (mengutip pendapat Danah Zohar dan Ian Marshall) mendefinisikan kecerdasan spiritual adalah kecerdasan

<sup>14)</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an.*, hal.13

<sup>15)</sup> Jalaludin Muhammad dan Syaikh Jalaludin Abdul Rohman, *Tafsir Jalalain Juz 1* (Surabaya: 'Adil, 2000), hal. 6.

<sup>16)</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an.*, hal. 5304.

<sup>17)</sup> Zakiyah Darajat, dkk, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Bumi Aksara, 2000), hal.4.



untuk menghadapi persoalan makna atau value, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.<sup>18)</sup> Spiritual Quotient adalah landasan yang diperlukan untuk menfungsikan Intelektual Quotient dan Emotional Quotient secara efektif. Bahkan Spiritual Quotient merupakan kecerdasan tertinggi kita.

Dengan demikian seseorang yang telah memiliki Intelektual Quotient dan Emotional Quotient yang tinggi belumlah lengkap kalau belum diimbangi oleh spiritualitas yang tinggi pula. Lebih lanjut dijelaskan oleh beliau bahwa setiap manusia memiliki suara hati yang universal yang dapat disebut dengan ‘*nurani*’ atau Good Spot, fitrah<sup>19)</sup>. Ini dapat dilihat dalam firman Allah:

.... أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ؟ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا (الاعرف: ١٧٢)

*Artinya:*

*Bukankah Aku ini Tuhanmu? Semua menjawab: Pasti kami berikan kesaksian (Al-'arof : 172)*<sup>20)</sup>

Ayat tersebut menjelaskan bahwa sosok manusia seperti apapun dan bagaimanapun tentulah dalam hatinya mengakui adanya kekuatan yang Maha Tinggi dan Agung. Adanya pemujaan terhadap Budha bagi umat Hindu, kepada Dewa matahari bagi orang Roma, dan munculnya berbagai macam norma spiritual dan sosial menjadi bukti yang shahih

---

<sup>18)</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Berdasar 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam* (Jakarta: Arga, 2001), hal.57.

<sup>19)</sup> *Ibid.*, hal.11.

<sup>20)</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an.*, hal.250.



bahwa manusia tidak pernah tuntas memanifestasikan apa yang dirasakan sebagai naluri ber-Tuhan<sup>21)</sup>

Dalam diri setiap insan terdapat potensi kebaikan yang akan membawa manusia tersebut ke jenjang *kholifah fil ardh* manusia yang dapat *hamamayu hayuning bawono*, menyatu dengan Alam semesta dan Tuhan. Namun terkadang fitrah tersebut tertutupi oleh *nafs*. Ini dapat kita buktikan dengan adanya penyesalan ketika seseorang terpaksa melakukan perbuatan yang menyimpang. Mac Scheler mengatakan penyesalan adalah tanda kembali kepada Tuhan.<sup>22)</sup>

Selanjutnya kecerdasan spiritual dikaitkan dengan ritual atau ibadah seseorang memiliki 3 tingkatan:

- 1) *Fear Motifation*, yaitu, menjalankan ibadah agama dengan motifasi karena ketakutan.
- 2) *Reward motifation*, yaitu menjalankan ibadah agama dengan motifasi karena hadiah
- 3) *Internal motifation*, yaitu memahami bahwa kitalah yang membuat untuk menjalankan ibadah agama kita.
- 4) *Love motifation*, yaitu ketika menjalankan ibadah agama karena kita mengetahui keberadaan diri kita sebagai makhluk spiritual dan kebutuhan kita untuk menyatu dengan Sang Pencipta berdasarkan kasih.<sup>23)</sup>

---

<sup>21)</sup> Taufik Pasiak, *Revolusi IQ/ EQ/ SQ* (Bandung: Mizan, 2002), hal.256.

<sup>22)</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Sukses Membangun Kecerdasan Emosi*, hal.

<sup>23)</sup> Aribowo Pricaksono dan Irianti Erningpraja, "Spiritualitas, [www.roy-sembel.com](http://www.roy-sembel.com) dalam edpro@cbn.net.id

b. Pencetus Kecerdasan Spiritual

Pada mulanya sekitar abad 20, orang mengenal adanya IQ. Kecerdasan ini digunakan untuk memecahkan berbagai permasalahan logika atau strategi. Para ilmuwan mencoba untuk mengukurnya dengan melakukan tes-tes. Selanjutnya kecerdasan tersebut terkenal dengan nama IQ (Intelligence Quotient) yang dianggap sebagai ukuran kemampuan seseorang. Semakin tinggi IQ seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuannya.<sup>24)</sup>

Pada pertengahan 1990, Daniel Goleman memopulerkan penelitian dari banyak neurolog dan psikolog yang menunjukkan yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional EQ, sama pentingnya dengan IQ. EQ memberi kita kesadaran mengenai perasaan milik diri sendiri dan juga perasaan milik orang lain. EQ memberi citra rasa empati, cinta, motivasi dan kemampuan untuk menanggapi kesedihan atau kegembiraan secara tepat. Goleman mengatakan bahwa EQ merupakan syarat dasar seseorang dapat menggunakan IQ yang dimilikinya.<sup>25)</sup>

Selanjutnya pada akhir abad 20 serangkaian data ilmiah terbaru yang selama ini belum banyak dibahas, menunjukkan adanya Q jenis ketiga. Gambaran utuh mengenai kecerdasan manusia dapat dilengkapi dengan adanya SQ. SQ merupakan landasan bagi seseorang untuk

---

<sup>24)</sup> Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual untuk Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penerjemah : Rahmani Astuti, dkk. (Bandung: Mizan, 2003), hal.3.

<sup>25)</sup> *Ibid.*

memfungsikan SQ dan EQ secara efektif. SQ merupakan kecerdasan tertinggi kita.<sup>26)</sup>

c. Kriteria Kecerdasan Spiritual

Sukidi mengutip pendapat Danah Zohar dan Ian Marshall, dalam bukunya menjelaskan bahwa setidaknya ada beberapa unsur seseorang dikatakan memiliki spirit yang cerdas, antara lain:

- 1) Kapasitas diri untuk bersikap fleksibel, seperti aktif dan adaptif secara spontan.
- 2) Tingkat kesadaran diri.
- 3) Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan.
- 4) Kualitas hidup yang terinspirasi dengan visi dan nilai-nilai.
- 5) Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu.
- 6) Memiliki cara pandang yang holistik, dengan memiliki kecenderungan untuk melihat keterkaitan diantara sesuatu yang berbeda.
- 7) Memiliki kecenderungan yang nyata untuk bertanya “mengapa” (“*Why*”) atau “Bagaimana jika?” (“*What*”) dan cenderung untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar.
- 8) Menjadi apa yang disebut para psikolog sebagai “*field-independent*” (“bidang mandiri”) yaitu memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.<sup>27)</sup>

d. Meningkatkan SQ

---

<sup>26)</sup> *Ibid.*

<sup>27)</sup> Sukidi, *Kecerdasan Spiritual* (Jakarta: PT Gramedia, 2002), hal.78



Kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan ke-3 setelah IQ dan EQ, menurut Danah Zohar dan Ian Marshall keberadaannya bisa ditingkatkan, yaitu dengan cara-cara sebagai berikut:

1) Jalan tugas

Jalan ini berkaitan dengan rasa yang dimiliki, kerja sama, memberikan sumbangan dan diasuh oleh komunitas. Kestabilan dan keamanan tergantung pada pengalaman dan pengerabatan kita dengan orang lain dan dengan lingkungan kita, biasanya sejak masih bayi.

2) Jalan pengasuhan.

Jalan ini berkaitan dengan kasih sayang, pengasuhan, perlindungan, dan penyuburan. Itulah jalan sang Dewi baik itu dewi cinta seperti Venus, atau dewi Ibu yang melahirkan dan mengasuh anak-anak.

3) Jalan pengetahuan

Jalan pengetahuan merentang dari pemahaman akan masalah praktis, umum pencarian filosof yang paling dalam akan kebenaran, hingga pencarian spiritual akan pengetahuan mengenai Tuhan dan seluruh caranya, dan penyatuan terakhir dengan-Nya melalui pengetahuan.

4) Jalan Perubahan pribadi

Jalan ini adalah jalan yang paling erat dikaitkan dengan aktivitas titik Tuhan dalam otak, dengan kepribadian yang terbuka menerima pengalaman mistis, emosi yang ekstrem, dengan mereka yang

eksentrik atau berada dari kebanyakan orang, dengan mereka yang sering harus berperang mempertahankan ( dan sering kehilangan) kewarasan mereka.

5) Jalan Persaudaraan

Jalan persaudaraan dapat menjadi salah satu jalan yang paling maju secara spiritual untuk ditempuh dalam kehidupan. Rasa cinta, terhadap kawan, saudara dan rasa persaudaraan yang kuat dapat menuju pada spiritualitas yang kuat.

6) Jalan kepemimpinan yang Penuh Pengabdian

Untuk menjadi seorang pemimpin yang efektif, seorang biasanya memiliki sikap ramah dan percaya diri.<sup>28)</sup>

3. Relevansi antara meditasi dan Kecerdasan Spiritual

Perlu penulis tegaskan bahwa meditasi yang penulis maksudkan adalah meditasi yang diawali dengan permohonan kepada Allah/do'a. Jadi disini terjadi penggabungan antara pengaturan nafas untuk menuju kepada proses relaksasi dan do'a sebagai bukti kepasrahan seorang hamba kepada Sang Pencipta serta gerakan jurus untuk memacu keluarnya gelombang penenang yang ada pada otak

Ketika pikiran mulai tenang, (karena adanya hormon penenang yang keluar dari otak) oleh proses tersebut, maka kesadaran ruhaniyah akan segera menerobos masuk ke alam pikiran. Di tahap ini seorang individu akan menemukan jati dirinya dengan otomatis juga Tuhannya (ma'rifat)

---

<sup>28)</sup> Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Untuk Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, penerjemah: Rahmani Astuti, dkk., (Bandung: Mizan, 20093), hal.201.

Senada dengan ini, Simuh mengemukakan bahwa untuk mencapai ma'rifat tinggi, dapat ditempuh melalui:

- a. *Distansi*, yaitu upaya manusia mengambil jarak antara dirinya dengan nafsu-nafsu yang berusaha memperhamba jiwanya serta berusaha mengambil jarak dengan ikatan dunia-segala sesuatu selain Allah. Distansi ini merupakan syarat mutlak bagi sarana untuk menemukan kesadaran “aku”-nya sehingga benar-benar dapat berdiri sebagai khalifah.
  - b. *Konsentrasi*, yaitu upaya berdzikir kepada Allah untuk mendapatkan penghayatan langsung terhadap alam ghoib yang puncaknya ma'rifat kepada Allah, bahkan bersatu dengan Tuhan.
  - c. *Illuminasi* atau khashyaf, yaitu kondisi yang menurut Al-Ghazali bahwa ketika konsentrasi dzikir berhasil, mengalami fana terhadap kesadaran indrawi dari mulai kasyaf terhadap penghayatan alam ghaib dan memuncak sampai ma'rifat.
  - d. *Insan kamil*, yaitu manusia yang mencapai ma'rifat tertinggi, yaitu manusia suci dan sempurna.<sup>29)</sup>
- Dari jalan-jalan untuk meningkatkan spiritual yang telah diungkapkan diatas pelatihan pernafasan Satria Nusantara bisa dimasukkan dalam kategori jalan perubahan dan persaudaraan. Mengingat di sana juga mempunyai semboyan sembuh-sehat-saudara

---

<sup>29)</sup> Suwardi Endraswara, *Mistik Kejawaen, Singkretisme, Simbolisme dan Sufisme dalam Budaya Jawa* (Yogyakarta: Narasi.2003), hal.112-113.



## E. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian lapangan (*field research*) dan mengacu pada penelitian kualitatif. Hal ini dikarenakan data yang didapat tidak memerlukan analisis secara statistik.

### 2. Metode Penentuan Subyek

Secara mudah dapat dikatakan bahwa yang dimaksud subyek penelitian adalah seseorang atau sesuatu yang mengenainya ingin diperoleh keterangan.<sup>30)</sup>

Subyek penelitian ini adalah semua elemen yang ada dalam perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara yang terdiri dari:

- a. Guru Besar/Pimpinan untuk mengetahui sejarah berdirinya dasar-dasar, visi dan misi, tujuan berdiri.
- b. Pelatih untuk mengetahui metode, pendekatan dan evaluasi dalam latihan.
- c. Siswa atau murid, untuk mengetahui apa saja kontribusi yang didapatkan dari metode meditasi yang diterapkan dalam upaya meningkatkan kecerdasan spiritual. Kaitannya dengan hal ini penulis menggunakan teknik sampling Purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>31)</sup> Dari jumlah siswa sebanyak 40 orang, penulis mengambil sampel 10 orang yang dapat mewakili untuk diwawancarai. Dan dalam upaya mendapatkan

---

<sup>30)</sup> Tatang M. Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian*, Jakarta: Rajawali Pers, 1990.

<sup>31)</sup> Sugiyono, *Metode*, hal.96.

informasi yang benar-benar akurat peneliti berusaha untuk melakukan interview sampai tahap *redundancy* yaitu tahap ketuntasan atau kejenuhan artinya bahwa dengan menggunakan responden berikutnya tidak lagi memperoleh tambahan informasi yang berarti.<sup>32)</sup>

### 3. Teknik Pengumpulan data

Guna mendapatkan data dan informasi dan data akurat yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan beberapa metode antara lain:

#### a. Metode Observasi

Observasi merupakan cara menghimpun bahan-bahan keterangan (=data) yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sedang dijadikan sasaran pengamatan<sup>33)</sup>. Kaitannya dengan hal ini, dikarenakan peneliti juga termasuk anggota LSP Satria Nusantara maka dalam hal ini peneliti melakukan observasi secara participant observer yaitu peneliti tidak hanya sekedar mengamati namun juga turut aktif dan merasakan secara langsung pengalaman-pengalaman yang didapat dari latihan meditasi di LSP Satria Nusantara. Sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data dan ikut merasakan suka dukanya.<sup>34)</sup> Adapun yang

---

<sup>32)</sup> Siti Hanifah, *Studi Tentang Problematika Guru PAI dalam Pembelajaran di SLTP Muhammadiyah Bantul*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2004, hal. 10.

<sup>33)</sup> Anas Sudjiono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003), hal.76.

<sup>34)</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Administrasi* (Bandung: Alfabeta, 2005),hal.166.

menjadi obyek observasi adalah pelaksanaan latihan pernafasan dan meditasi di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta.

b. Wawancara

Wawancara atau interview adalah sebuah metode untuk mendapatkan informasi dengan cara bertanya langsung kepada responden. Atau lebih jelasnya cara menghimpun bahan-bahan keterangan yang dilaksanakan dengan melakukan tanya jawab lisan secara sepihak, berhadapan muka, dan dengan arah serta tujuan yang telah ditentukan<sup>35)</sup>. Adapun jenis interview yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah interview bebas terpimpin, artinya interview dengan mengajukan kerangka pertanyaan pokok yang telah tersusun dengan baik, tetapi dalam pelaksanaannya dapat dikembangkan oleh pewawancara, asal tidak menyimpang dari permasalahan.<sup>36)</sup> Sasaran dari metode ini adalah para pelatih dan sebagian para siswa yang berjumlah sekitar 10 orang.

c. Dokumentasi

Metode ini digunakan untuk memperoleh data yang bersumber dari tulisan-tulisan, gambar-gambar, dan segala bentuk dokumen yang ada di Perguruan Pernafasan Satria Nusantara.

4. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara, dan lainnya untuk

---

<sup>35)</sup> Ibid., hal. 82.

<sup>36)</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research 2* (Yogyakarta: Adi Ofsit, 1990), hal.206.



meningkatkan pemahaman penelitian tentang kasus yang diteliti dan menyajikan sebagai temuan bagi orang lain.<sup>37)</sup> Data yang terkumpul dari lapangan akan dianalisis secara deskriptif, dengan mengacu pada pendekatan psikologi. Hal ini dikarenakan obyek yang diteliti adalah kejiwaan dan keadaan mental seseorang. Artinya penafsiran data bersumber dari subyek penelitian berdasarkan kejiwaan yang ada. Adapun analisis data dilakukan dengan memberikan makna terhadap data yang berhasil dikumpulkan, dan dari makna itulah ditarik kesimpulan. Pemeriksaan keabsahan data dilakukan dengan mengadakan triangulasi data yaitu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data yang lain

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Dalam penulisan skripsi ini terbagi menjadi menjadi tiga bagian yaitu bagian pertama terdiri dari; halaman nota dinas pembimbing, nota dinas konsultan, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, abstraksi, kata pengantar dan daftar isi serta daftar tabel dan lampiran. Bagian kedua adalah pembahasan yang terdiri atas empat bab yaitu :

*Bab pertama*, memuat tentang, latar belakang masalah, rumusan masalah, alasan pemilihan judul, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.

---

<sup>37)</sup> Nung Muhajir, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Rakesarasin, 1996), hal.105.

*Bab kedua*, membahas tentang gambaran secara umum kondisi Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta yang meliputi letak geografis, sejarah berdiri dan perkembangannya, maksud dan tujuan berdiri, semboyan, struktur organisasi, keadaan pelatih dan siswa / murid, sarana dan prasarana serta pendanaan.

*Bab ketiga* membahas tentang hasil penelitian yaitu metode meditasi yang diterapkan dalam latihan serta kontribusi yang diperoleh dari penerapan metode tersebut bagi peningkatan kecerdasan spiritual. Selain itu penulis juga mencoba mengevaluasi kurikulum dan metode yang ada di LSP Satria Nusantara sehubungan dengan peningkatan kecerdasan spiritual.

*Bab keempat* merupakan bab terakhir dalam penulisan skripsi ini yang terdiri dari kesimpulan, merupakan inti dari penulisan skripsi secara keseluruhan, saran-saran serta kata penutup. Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran dan curriculum vitae.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan kiranya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Metode latihan yang diterapkan oleh Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara menggunakan metode meditasi gerak yang mencakup unsur-unsur: a). Pengaturan nafas dengan menarik, menahan, dan mengeluarkan nafas secara teratur yang disertai dzikir “*Lā Ilāha Illallāh*”, b) Gerakan jurus, yang mencakup jurus dasar sampai penjuru, dan c) Konsentrasi, yaitu menenangkan pikiran untuk menuju pada relaksasi
2. Hasil Penelitian terhadap responden yang berjumlah 10 orang membuktikan bahwa penerapan metode tersebut ternyata dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan spritualitas seseorang. Hal ini dapat dicermati dengan adanya perubahan pada kejiwaan seseorang yang berpengaruh pada tindakan diantaranya: Jujur, adil, santun, rendah hati, mampu menahan dan mengendalikan diri, bertanggung jawab, Berjiwa sosial, memiliki kedekatan dengan Tuhan, ketenangan dan kedamaian batin yang tinggi dan mampu memaknai kehidupan ini sebagai suatu hal harus dinikmati dan disyukuri bukan untuk diratapi. Adapun aspek-aspek yang mempengaruhi peningkatan spiritual tersebut antara lain: a). *Aspek fisik*, bahwa seseorang dikaruniai Allah fisik yang terdiri



dari berbagai komponen yang sangat sempurna. Pernafasan Satria Nusantara menggembleng fisik seseorang menjadi lebih kuat, bugar dan rentan terhadap serangan-serangan penyakit dan energi negatif. b). *Aspek mental*, pengendalian nafas dengan mempertahankan sampai gerakan jurus selesai menempa mentalitas seseorang menjadi kuat dan tahan uji tentunya dalam menghadapi dan memaknai hidup ini. c). *Kedisiplinan* yang tinggi dan usaha sungguh-sungguh dalam berlatih akan membawa pada perubahan baik fisik maupun jiwa secara positif

## **B. Saran-saran**

1. Kepada Pelatih, hendaknya lebih memperhatikan dan memotifasi para siswanya agar lebih giat dan aktif dalam latihan supaya mereka benar-benar mendapatkan manfaat yang maksimal dari latihan Pernafasan Satria Nusantara.
2. Bagi Anggota hendaknya lebih giat dan disiplin lagi dalam latihan disertai niat yang tulus dan keyakinan bahwa latihan tersebut akan memberikan banyak manfaat dalam kehidupan
3. Bagi masyarakat umum yang sering menderita secara fisik atau ingin memperkaya pengalamannya spiritualnya seyogyanya mengikuti latihan ini.
4. Bagi para guru khususnya guru Pendidikan Agama Islam bisa belajar tehnik bermeditasi sekaligus mengajarkan kepada anak didiknya agar mereka dapat merasakan secara langsung manfaat bermeditasi dalam kehidupan.

### C. Kata Penutup

Dengan memanjatkan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Namun demikian dikarenakan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki serta hal-hal lain maka skripsi ini masih terdapat banyak kejanggalan dan kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang konstruktif sangat penulis harapkan guna kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya hanya kepada Allahlah penulis panjatkan syukur Alhamdulillah, dan kepada semua pihak yang telah membantu penulis baik yang berupa materi maupun spirit sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini diucapkan terima kasih. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca pada umumnya dan penulis khususnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Handoyo, *Meditasi Jalan Menuju Kepekaan Nurani dan Naluri*, Jakarta: PT Gramedia, 2004
- Annad Krisna, *Seni Memberdaya Diri I Meditasi Untuk Manejemen Steres dan Neo Reiki Untuk Kesehatan Jasmani Dan Rohani*, Jakarta: PT Gramedia, 2001.
- Anas Sudjiono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003,hal.76.
- Ariwibowo Prijaksono dan Erianti Erningpraja, *Spiritual Dan Kualitas Hidup*, [www.roysembel.com](http://www.roysembel.com) dalam [edpro@com.net.id](mailto:edpro@com.net.id), 2005.
- Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Memebangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, Jakarta: Arga, 2001.
- \_\_\_\_\_, *Rahasia Sukses Membangun ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, Jakarta: Arga, 2001.
- Bustanul Agus, Al-Ialam, *Buku Pedoman Mahasiswa untuk Mata Kuliah Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Grafindo Persada, 1993.
- Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual untuk Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai kehidupan*, penerjemah : Rahmani Astu, dkk., Bandung: Mizan, 2003
- Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Semarang: Toha Putra, 1998.
- Doriel Hall, *Penyembuhan Dengan Meditasi*, penerjemah: T. Hermaya, Jakarta: Gramedia, 1999.
- Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Surabaya: Yayasan Latimojo, 1982.
- Imam Yahya bin Syarifudin An-Nawawi, *Hadist Arba'in Annawawiyah*, penerjemah: Abdul Hiyadh, Surabaya: Mesir, 1992.
- Irmansyah Effendi, *Kesadaran Jiwa Tehnik efektif Untuk mencapai Kesadaran Yang lebih Tinggi*, Jakarta: PT. Gramedia, 2003.



- Jalaludin Muhammad dan Syaikh Jalaludin Abdul Rohman, *Tafsir Jalalain Juz I*  
Surabaya: Adil, 2000,hal.6.
- Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara, *Anggaran Dasar dan Anggaran  
Rumah Tangga*, Yogyakarta: Yayasan Satria Nusantara.
- Maryanto, *Ilmu Satria Nusantara*, Yogyakarta: Yayasan Satria Nusantara, 2001.
- Paul Galbraith, *Meditasi: Hidup Indah Tanpa Stres*, penerjemah : Dariyatno,  
Yogyakarta: Pinks Books, 2003.
- Siti Hanifah, *Studi Tentang Problematika Guru PAI dalam Pembelajaran di SLTP  
Muhammadiyah Bantul*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta, 2004.
- Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, Bandung : Pustaka Hidayah, 2004.
- Sukidi, *Kecerdasan Spiritual*, Jakarta: PT Gramedia,2002.
- Suwardi Endraswara, *Mistik Kejawaen,Singkretisme,Simbolisme dan Sufisme  
dalam Budaya Jawa*,Yogyakarta: Narasi.2003,hal.112-113.
- Syaiful M. Maghsri, *Penyembuhan Energi Boilistik*, Yogyakarta: yayasan Satria  
Nusantara, 1996.
- Tatang M. Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian*, Jakarta: Rajawali Pers,1990.
- Taufik Pasiak, *Revolusi IQ/ EQ/ SQ*, Bandung: Mizan, 2002.
- Tengku Muhammaad Hasbi Ash Shiddieqy, *Al-Islam 2*, Semarang: Pustaka Rizki  
Putra,1998.
- Zakiyah Darajat,dkk,*Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta: Bumi Aksara,2000.

## PEDOMAN MEMPEROLEH DATA

### A. Pedoman Observasi

1. Letak Geografis
2. Luas Bangunan
3. Batas Wilayah
4. Sarana dan prasarana
5. Metode latihan

### B. Data dokumentasi

1. Sejarah berdiri
2. Struktur organisasi
3. Daftar nama pengurus dan pelatih

### C. Pedoman Interview

1. Kepada Guru Besar/ pimpinan Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara
  - a. Kapan Lembaga ini resmi berdiri dan siapa pendirinya?
  - b. Bagaimana sejarah berdiri dan perkembangannya?
  - c. Apa tujuan, visi, misi dan program kerja dari SN?
  - d. Bagaimana struktur organisasi SN?
  - e. Prestasi apa saja yang pernah diraih oleh SN?
  - f. Metode apakah yang diterapkan dalam pelatihan meditasi?
  - g. Apakah ada fariasinya dalam penerapan metode tersebut?
  - h. Bagaimana segi negatif dan positif penerapan metode tersebut?
  - i. Bagaimana pandangan Bapak tentang meditasi?
  - j. Bagaimana pula pandangan Bapak tentang kecerdasan spiritual dari segi arti dan maknanya?
  - k. Apakah da kaitannya antara meditasi dengan kecerdasan spiritual / ya misalkan kalau orang yang badnyak bermeditasi akan lebih cerdas secara spiritualnya?

1. Aspek apa saja yang mempengaruhinya?
2. Kepada Pelatih
  - a. Sudah berapa lama anda menjadi pelatih di Perguruan ini?
  - b. Selain di SN apakah anda punya kesibukan lain?
  - c. Bagaimana pandangan anda tentang meditasi, segi positif dan negatifnya?
  - d. Metode apakah yang diterapkan dalam pelatihan meditasi?
  - e. Benarkah ketika sedang melakukan meditasi jiwa akan menjadi lebih tenang dan damai?
  - f. Ada berapa murid yang aktif di tingkat ini?
  - g. Dari semua murid apakah semua bisa menjalankan meditasi dengan baik?
  - h. Adakah kaitan antara meditasi dengan perilaku keseharian mereka khususnya dalam menghadapi problem?
  - i. Benarkah apabila seseorang aktif bermeditasi hidup ini akan terasa lebih indah dan bermakna?
  - j. Apakah latihan meditasi yang dilakukan akan memberikan banyak manfaat khususnya bagi kehidupan dan pola pikir seseorang?
3. Daftar Pertanyaan Untuk Responden
  - a. Sudah berapa lama anda mengikuti latihan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara?
  - b. Apakah anda selalu aktif mengikuti latihan?
  - c. Pengalaman apa sajakah yang anda peroleh selama ikut latihan di Seni Pernafasan Satria Nusantara?
  - d. Apakah manfaat yang anda dapatkan dari latihan Seni Pernafasan Satria Nusantara?
  - e. Apakah SN berpengaruh terhadap gerak dan aktifitas anda ? misalkan anda tambah semangat?
  - f. Bagaimana kalau dikaitkan dengan emosi anda apakah anda lebih bisa mengontrolnya?
  - g. Hal apakah yang mendorong anda mengikuti latihan ini?



- h. Bagaimana sikap hidup dan mental anda setelah mengikuti latihan Seni Pernafasan Satria Nusantara? Apakah semakin positif?contohnya?
- i. Apakah dengan mengikuti Pernafasan Satria Nusantara jiwa dan batin anda lebih tenang dan damai? Adakah pengalaman anda untuk menunjukkan hal tersebut?
- j. Setujukan anda bahwa latihan di SN banyak memberikan kontribusi bagi kehidupan seseorang?



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



DEPARTEMEN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
YOGYAKARTA

Jln. Marsda Adisucipto , Telp. : (0274) 513056 Fax. 519734 E-mail : ty-suka@Telkom.net

**BUKTI SEMINAR PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : Su'aib Ahmadi  
Nornor Induk : 01410704  
Jurusan : PAI  
Semester : VIII  
Tahun Akademik : 2004/2005

Telah mengikuti seminar riset tanggal : 25 Agustus 2005

Judul Skripsi : **Kontribusi Meditasi Bagi Peningkatan Kecerdasan Spritual (SQ)  
( Studi Lapangan di Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara  
Yogyakarta )**

Selanjutnya, kepada Mahasiswa tersebut supaya berkonsultasi kepada pembimbingnya berdasarkan hasil-hasil seminar untuk penyempurnaan proposalnya itu.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 25 Agustus 2005  
Moderator



*[Signature]*  
Drs. Sarjono, M.Si.  
NIP. 150200842



DEPARTEMEN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
YOGYAKARTA

Jln. Marsda Adisucipto Telp. 513056

Yogyakarta, 1 Agustus 2005

No. : UIN/I/ PAI/PP.00.9/4391/2005  
Lampiran : -  
Perihal : **Penunjukan Pembimbing  
Skripsi**

Kepada  
Yth. Bpk Prof. Drs. HMS. Prodjodikoro  
Dosen Fakultas Tarbiyah  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Berdasarkan hasil rapat pimpinan Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tanggal 1 Agustus 2005 perihal pengajuan Proposal Skripsi Mahasiswa Program SKS Tahun Akademik 2004/2005 setelah proposal tersebut dapat disetujui Fakultas, maka Bapak/Ibu telah ditetapkan sebagai pembimbing Skripsi Saudara :

Nama : Su'aib Ahmadi  
NIM : 01410704  
Jurusan : PAI  
Judul : **Kontribusi Meditasi bagi Peningkatan Kecerdasan Spiritual (SQ)  
Studi lapangan Di Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara  
Yogyakarta**

Demikian agar menjadi maklum dan dapat di laksanakan sebaik-baiknya.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*

an. Dekan  
Ketua Jurusan PAI



*[Signature]*  
Drs. Sarjono, M.Si.  
NIP. 150200842

Tembusan dikirim kepada yth :





1. Ketua Jurusan PAI
2. Bina Riset/Skripsi



# KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

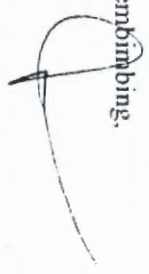
Fakultas : Tarbiyah  
 Jurusan : PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
 Pembimbing I : Prof. Drs. HMS PRADJODIKORO  
 Pembimbing II : .....

Nama : SUHAIB AHMADI  
 NIM : 01410704  
 Judul : KONTRIBUSI NEGITASI BAGI  
 REMIGRATAN KE CERDASAN  
 SPIRITUAL (Studi Lapangan di  
 L.S.P Satria Kusantara Yogyakarta)

No.	Bulan	Minggu Ke	Materi Bimbingan	T.T. Pembimbing	T.T. Mahasiswa
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	SEPTEMBER	II	BAB I : Penulisan rumusan masalah dan penyakalan		
2	OKTOBER	IV	BAB II : Penulisan catatan kaki		
3	NOVEMBER	III	BAB III : Isi pembahasan skripsi		
4	NOVEMBER	IV	BAB IV : Penulisan simpulan		

Yogyakarta, 29 NOVEMBER 2005

Pembimbing,



Prof. Drs. HMS PRADJODIKORO  
 NIP. 150048250



DEPARTEMEN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS TARBIYAH  
YOGYAKARTA

!! Marsda Adisucipto Telp.(0274) -513056 Fax. 519734 ; E-mail : ty\_suka@telkom.net

Nomor : UIN/1/DT/TL.00/4803/2005  
Lamp. :  
Perihal : Permohonan Izin Riset

Yogyakarta, 5 September 2005

Kepada  
Yth. Pimpinan Perguruan  
Seni Pernafasan  
Satria Nusantara  
di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Kami beritahukan , bahwa untuk kelengkapan penyusunan Skripsi dengan judul :  
KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN KECERDASAN  
SPIRITUAL (SQ) Studi Lapangan di Perguruan Seni  
Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta  
diperlukan riset. Oleh karena itu kami mengharap kiranya Bapak berkenan  
memberi izin bagi mahasiswa kami :

Nama : SU'AIB AHMADI  
No. Induk : 01410704 /TY.  
Semester ke : IX Jurusan : PAT  
Alamat : UH IV No. 314 WARUNGBOBO, YOGYAKARTA

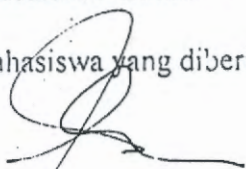
untuk mengadakan penelitian di tempat-tempat sebagai berikut :

1. Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Metode pengumpulan data : Observasi, wawancara, angket, dokumentasi  
Adapun waktunya mulai tanggal : 10 Sept. sd selesai.  
Kemudian atas perkenan Bapak kami sampaikan terima kasih.

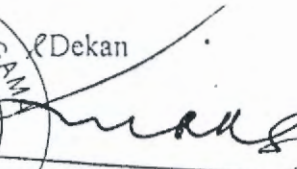
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Mahasiswa yang diberi tugas,

  
SUYAIB AHMADI  
NIM. 01410704



Dekan

  
H. Rahmat, M.Pd.  
NIP. 150037930





DEPARTEMEN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS TARBIYAH  
YOGYAKARTA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) - 513056- Fax. 519734 ; E-mail : ty\_suka@telkom.net

Nomor : UIN/1/DT/TL.00/4808/2005 Yogyakarta, 5 September 2005  
Lamp. :  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada  
Yth. Gubernur Kepala Daerah Propinsi  
Daerah Istimewa Yogyakarta  
Cq. Kepala BAPPEDA.....  
Di -  
Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, kami beritahukan bahwa untuk kelengkapan penyusunan Skripsi dengan judul : KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN KECERDASAN

SPIRITUAL (SQ) Studi Lapangan di Perguruan  
Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta

Kami berharap dapatlah kiranya Bapak memberi izin bagi mahasiswa kami :

Nama : SU'AIB AHMADI  
No. Induk : 01410704  
Semester : IX Jurusan : PAI  
Alamat : UH IV No. 814 WUNGROTO, YOGYAKARTA

untuk mengadakan penelitian di tempat-tempat sebagai berikut :

1. Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta
- 2.
- 3.
- 4.

Metode pengumpulan data : Observasi, wawancara, angket, dokumentasi  
Adapun waktunya mulai tanggal : 10 September 2005 s.d selesai.  
Kemudian atas perkenan Bapak kami sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.



Tembusan :

1. Ketua Jurusan \_\_\_\_\_
2. Mahasiswa yang bersangkutan (untuk dilaksanakan)
3. Arsip





**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Komplek Balaikota Jalan Kenari No. 56 Telepon 515207, 515865/515866 Psw. 153, 154

**SURAT KETERANGAN / IJIN**

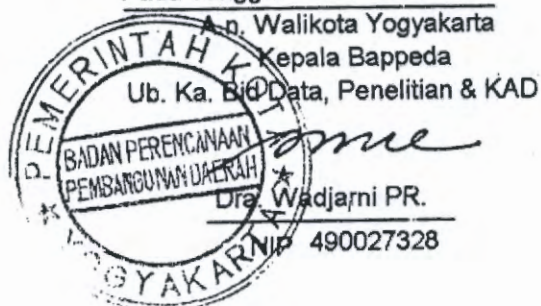
070/1959

- Dasar : Surat izin / Rekomendasi dari Gubernur Kepala daerah istimewa Yogyakarta  
Nomor : 070/5048 Tanggal : 07/09/2005
- Mengingat : 1. Keputusan Walikotaamadya Kepala Daerah Tingkat II Yogyakarta Nomor 072/KD/1986 tanggal 6 Mei 1986 tentang Petunjuk Pelaksanaan Keputusan Kepala Daerah Istimewa Yogyakarta, Nomor : 33/KPT/1986 tentang : Tatalaksana Pemberian izin bagi setiap Instansi Pemerintah maupun non Pemerintah yang melakukan Pendataan / Penelitian  
2. Keputusan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 38/I.2/2004 Tentang : Pemberian izin / Rekomendasi Penelitian/Pendataan/Survei/KNK /PKL di Daerah Istimewa Yogyakarta
- Dijijinkan Kepada Nama : SU'AIB AHMADI NO MHS / NIM : 01410704  
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Tarbiyah - UIN SUKA  
Alamat : Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta  
Penanggungjawab : Prof. Drs. HMS. Prodjodikoro  
Keperluan : Melakukan penelitian dengan judul : KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN KECERDASAN SPRITUAL (SQ) Studi Lapangan di Perguruan Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta
- Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta  
Waktu : 07/09/2005 Sampai 07/12/2005  
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan
- Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberi Laporan hasil Penelitian kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kota Yogyakarta)  
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan mentaatai ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat  
3. Ijin ini tidak dislahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kesetabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah  
4. Surat ijin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan -ketentuan tersebut diatas
- Kemudian diharap para Pejabat Pemerintah Setempat dapat memberi bantuan seperlunya

Tanda tangan  
Pemegang Ijin

SU'AIB AHMADI

Dikeluarkan di : Yogyakarta  
Pada Tanggal : 24/09/2005



Tembusan Kepada Yth. :

1. Walikota Yogyakarta
2. Ka. BAPEDA Prop. DIY
3. Ka. Kantor Kesbang dan Linmas Kota Yogyakarta
4. Pimp. PS.Satria Nusantara Yogyakarta
5. Arsip.



# SATRIA NUSANTARA

Lembaga Seni Pernafasan Untuk Kesehatan

Kantor Pusat : Jl. Kebun Raya 39 Yogyakarta 55171 Indonesia

Telp. : (0274) 370150, 450435 Fax. : (0274) 382811

e-mail : sh-pusat@indo.net.id

## SURAT KETERANGAN

Nomor : 103/LSN-Pst/S/X/05

Yang bertanda tangan di bawah ini Pengurus Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara (LSP-SN) menerangkan, bahwa :

Nama : SU'AIB AHMADI  
NIM : 01410704/TY  
Universitas : UIN SUNAN KALIJAGA  
Fakultas : TARBIYAH  
Program Studi : PAI

Bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan kegiatan penelitian (riset) pada Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara (LSP-SN), untuk kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul "KONTRIBUSI MEDITASI BAGI PENINGKATAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) : Studi Lapangan di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara (LSP-SN) Yogyakarta".

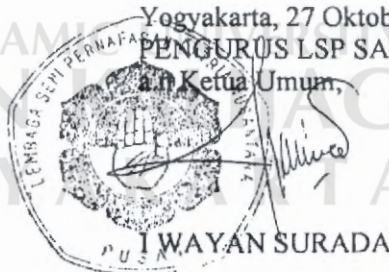
Kegiatan penelitian tersebut dilaksanakan selama 1 (satu) bulan, dari tanggal 10 September 2005 s/d 10 Oktober 2005.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 27 Oktober 2005

PENGURUS LSP SATRIA NUSANTARA

dan Ketua Umum,



I WAYAN SURADA





Foto Kantor LSP Satria Nusantara, Jl. Kebun Raya 39 Yogyakarta

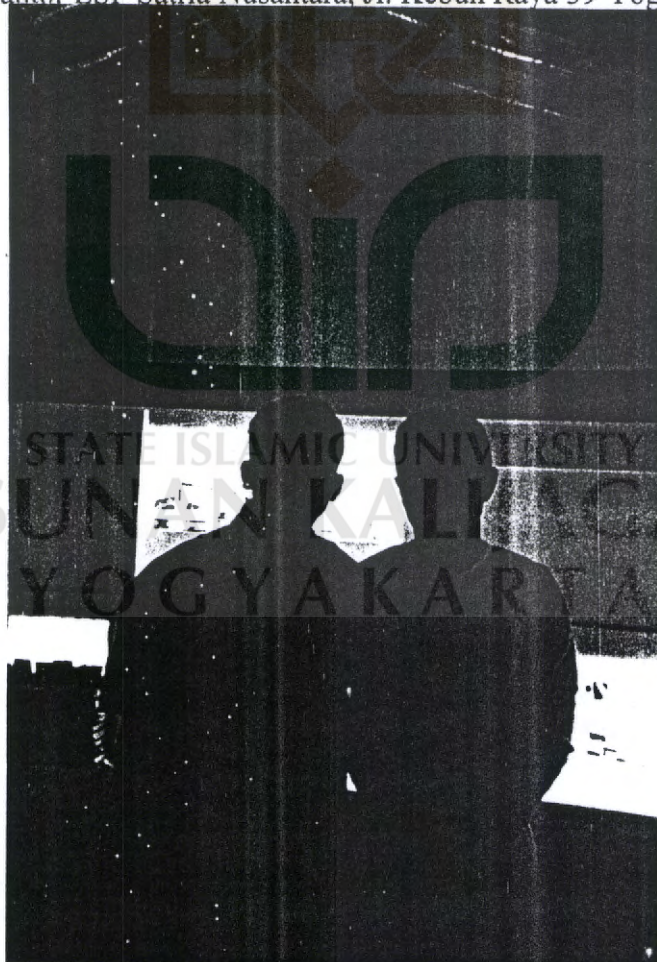


Foto Sehabis Interview dengan Bp. Drs Maryanto, guru besar SN.





Foto latihan meditasi di SN



Foto latihan meditasi di SN

## CURRIKULUM VITAE

Nama : Su'aib Ahmadi  
Tempat, tanggal lahir : Purworejo, 25 September 1981  
Fakultas/ Jurusan : Tarbiyah/ Pendiidkan Agama Islam  
Agama : Islam  
Status : Lajang  
Alamat asal : Ds. Jelok RT 01 RW 1 Kecamatan Kaligesing,  
Kabupaten. Purworejo  
Alamat Yogya : UH IV No 814 RT 30/ 07 Warung Boto  
Yogyakarta

## RIWAYAT PENDIDIKAN

- 1 TK Tunas Mekar Purworejo
2. SD Negeri Jelok, lulus tahun 1994
3. MTs Negeri Purworejo, lulus tahun 1997
4. MA Negeri Purworewo, lulus tahun 2000
5. UIN Sunan Kalijaga- sekarang.