

**PERAN KHIDMAH TAREKAT NAQSYABANDIYYAH KHALIDIYYAH
DI PONDOK PESANTREN QASHRUL ‘ARIFIN YOGYAKARTA DALAM
MENINGKATKAN *SELF CONTROL***



SKRIPSI

**Skripsi Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

Disusun Oleh:

Riska Raihana Putri Harsono

NIM 20102020038

Pembimbing:

Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd

NIP. 19890520 201903 1 009

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2146/Un.02/DD/PP.00.9/12/2024

Tugas Akhir dengan judul : PERAN KHIDMAH TAREKAT NAQSYABANDIYYAH KHALIDIYYAH DI
PONDOK PESANTREN QASHRUL 'ARIFIN YOGYAKARTA DALAM
MENINGKATKAN *SELF CONTROL*

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RISKA RAIHANA PUTRI HARSONO
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020038
Telah diujikan pada : Rabu, 11 Desember 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

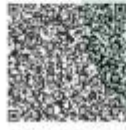
dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Sudharmo Dwi Yurwono, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 676296a023a577



Penguji I
Drs. H. Abdullah, M.Si.
SIGNED

Valid ID: 676296a023a577



Penguji II
Anggi Jatmiko, MA.
SIGNED

Valid ID: 676296a023a577



Yogyakarta, 11 Desember 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Arif Mahidin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 676296a023a577

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riska Raihana Putri Harsono
NIM : 20102020038
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah di Pondok Pesantren Qashrul 'Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan Self Control* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan peneliti tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang peneliti ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Yogyakarta, 03 Desember 2024

Yang menyatakan,

Riska Raihana Putri Harsono
NIM 20102020038

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Riska Raihana Putri Harsono
NIM : 20102020038
Judul Skripsi : Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah di Pondok Pesantren Qashrul 'Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan *Self Control*

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 03 Desember 2024

Pembimbing,

Sudharmono Dwi Yuwono, M.Pd.
NIP 19890520 201903 1 009

Mengetahui:

Ketua Prodi,

Zaen Musvrihin, S.Sos.I.M.Pd.I
NIP 19900428 000000 1 301

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut Asma Allah Yang Maha Esa dan Maha Pencipta, saya Riska Raihana Putri Harsono sebagai peneliti skripsi ini mengucapkan rasa syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat, karunia, petunjuk, serta kekuatan-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga hendak menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang membantu peneliti selama ini baik di masa perkuliahan maupun masa pembuatan skripsi ini. Peneliti merasa sangat bersyukur kepada semua pihak yang selalu mendukung langkah-langkah peneliti.



MOTTO

يا الله، أعطني القوة في مواجهة كلِّ معاناة ونضالة ونضحية لأحبك. كفى بالله شهيدا، انت الفتح العليم
وعليم بذات الصدور

“Ya Allah, Berilah aku kekuatan dalam menghadapi setiap perjuangan, pengorbanan dan penderitaan untuk selalu mencintai-Mu. Cukup Engkau (Allah) yang menjadi saksi, Sungguh Engkau Maha Mengetahui dan Yang Mengetahui segala isi hati.”¹



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Syaikh Muhammad Hisyam Kabbani, *Manaqib Syaikh Baha'uddin Naqshbandi. The Secret of Golden Chain Naqshbandi Sufi Mawlana Syaikh Muhammad Hisyam Kabbani qs* (Beirut: Kazi Publications, 1995), hlm. 45

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT yang telah memberikan memberikan nikmat, karunia, petunjuk, serta kekuatan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Peran Khidmah di Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah Dalam Membentuk *Self Control*” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarganya, sahabatnya, dan para pengikutnya di seluruh belahan dunia.

Peneliti menyadari bahwa ada banyak pihak yang terlibat dalam proses penulisan skripsi ini sehingga peneliti mengucapkan terima kasih atas bantuan, dukungan, dan motivasi kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyirifin, S.Sos.I, M.Pd.I selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah banyak membantu selama masa perkuliahan.
4. Bapak Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi peneliti yang telah sabar dan banyak membantu memberikan arahan serta masukan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Citra Widyastuti, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah memberikan arahan dan nasihat kepada peneliti selama kuliah.

6. Seluruh jajaran dosen program studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan maupun ilmu kehidupan selama masa perkuliahan peneliti.
7. Kepada keluarga peneliti, orang tua serta adik-adik yang selalu mendoakan dan mendukung peneliti.
8. Kepada HW, NS dan SS yang telah bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini.
9. Kepada teman-teman BKI angkatan 2020, terima kasih telah banyak mengajarkan berbagai hal dan menerima kekurangan peneliti semoga suatu hari nanti kita dipertemukan kembali dengan keadaan yang lebih baik dan bahagia.
10. Kepada teman-teman satu bimbingan Aldi, Nido, Atikah, Filda, Rizky dan Pinky. Terima kasih telah membantu dan memberi banyak masukan kepada peneliti sampai dengan skripsi ini selesai.
11. Kepada kedua kucing peneliti, Izan dan Ghazi. Terima kasih telah menemani peneliti selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga kalian senantiasa diberikan umur panjang dan kesehatan.
12. Kepada teman-teman KKN Kolaboratif antar perguruan tinggi kelompok 6 desa Talango, kabupaten Sumenep, Madura. Terima kasih telah memberikan pengalaman berharga yang tidak terlupakan. Semoga kita dipertemukan kembali suatu hari nanti.

13. Kepada teman-teman KKN 114 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta kelompok 338 Madura. Terima kasih atas bantuan dan dukungan yang memotivasi peneliti di penghujung penulisan skripsi ini.
14. Kepada adik-adikku BKI angkatan 2021 dan 2022. Terima kasih banyak telah menemani perjuangan dan menjadi teman peneliti selama masa perkuliahan. Semoga adik-adik semua diberikan kemudahan untuk menyelesaikan studi.
15. Kepada teman-teman PPL RSUP Dr. Sardjito dan seluruh jajaran pegawai Instalasi Kedokteran Forensik RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta.
16. Dan kepada semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Terima kasih atas bantuan, dukungan dan motivasi yang diberikan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Yogyakarta, 28 November 2024
Peneliti,



Riska Raihana Putri Harsono
NIM. 20102020038

ABSTRAK

Riska Raihana Putri Harsono (20102020038) Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah di Pondok Pesantren Qashrul ‘Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan *Self Control*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pengendalian diri sangat penting untuk hidup sesuai norma dan aturan memungkinkan individu untuk memahami dan mengatur diri mereka ke arah yang positif sehingga dapat memilih antara baik dan buruk. Khidmah tidak hanya melatih keterampilan praktis tetapi juga menguatkan nilai-nilai spiritual seperti keikhlasan, kesabaran, dan ketulusan. Melalui kegiatan tersebut, maka khidmah dapat menjadi salah satu strategi dalam melatih individu untuk mengendalikan diri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dari aktivitas khidmah pada anggota tarekat Naqsyabandiyyah dalam meningkatkan kontrol diri. Melalui wawancara dengan tiga subjek, penelitian ini mendalami peran kegiatan khidmah terhadap berbagai faktor penghambat, tekanan emosional, perilaku dan permasalahan subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan khidmah terbukti berperan dalam peningkatan kontrol diri melalui latihan fisik, spiritual, dan emosional. Subjek mengembangkan keterampilan, manajemen waktu, dan nilai-nilai spiritual seperti kesabaran dan keikhlasan yang membantu subjek mengatasi hambatan baik dalam permasalahan pribadi maupun dalam pelaksanaan khidmah. Proses ini juga berperan pada perubahan pribadi di mana introspeksi dan refleksi mendukung perubahan yang positif.

Penelitian ini menegaskan bahwa kegiatan khidmah tidak hanya berperan sebagai sarana pelayanan sosial tetapi juga sebagai langkah pengembangan diri yang mencakup pembelajaran keterampilan dan nilai-nilai spiritual. Proses tersebut mendorong subjek menjadi individu yang lebih disiplin, bertanggung jawab, dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan bijaksana. Dengan demikian, kegiatan khidmah di tarekat Naqsyabandiyyah berperan dalam meningkatkan kontrol diri dan pengembangan karakter pada anggota-anggotanya.

Kata Kunci: Khidmah, *Self Control*, Tarekat

ABSTRACT

Riska Raihana Putri Harsono (20102020038). *The Role of Khidmah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah in Qashrul 'Arifin Islamic Boarding School Yogyakarta in Improving Self Control. Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta.*

Self-control is very important to live according to norms and rules allowing individuals to understand and organize themselves in a positive direction so that they can choose between good and bad. Khidmah not only trains practical skills but also strengthens spiritual values such as sincerity, patience, and sincerity. Through these activities, khidmah can be one of the strategies in training individuals to control themselves.

This study aims to find out the role of khidmah activities in Naqsyabandiyyah tarekat members in improving self-control. Through interviews with three subjects, this study explores the role of khidmah activities on various inhibiting factors, emotional distress, behavior and subject problems. The results showed that khidmah activities proved to play a role in improving self-control through physical, spiritual, and emotional exercises. Subjects developed skills, time management, and spiritual values such as patience and sincerity that helped subjects overcome obstacles both in personal problems and in the implementation of khidmah. This process also contributed to personal change where introspection and reflection supported positive change.

This research confirms that khidmah activities not only act as a means of social service but also as a self-development step that includes learning skills and spiritual values. The process encourages subjects to become individuals who are more disciplined, responsible, and able to face life's challenges wisely. Thus, khidmah activities in the Naqsyabandiyyah order play a role in improving self-control and character development in its members.

Keywords: Khidmah, Self Control, Tariqa

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang	5
C. Rumusan Masalah	14
D. Tujuan Penelitian	14
E. Manfaat Penelitian.....	14
F. Kajian Pustaka	15
G. Landasan Teori.....	18
H. Metode Penelitian	30
BAB II: GAMBARAN LOKASI DAN SUBJEK PENELITIAN	38
A. Profil Pondok Pesantren Qashrul ‘Arifin Yogyakarta.....	38
B. Subjek Penelitian.....	39
C. Ritual dan Kegiatan.....	41
BAB III: PERAN KHIDMAH TAREKAT NAQSYABANDIYYAH KHALIDIYYAH DI PONDOK PESANTREN QASHRUL ‘ARIFIN YOGYAKARTA DALAM MENINGKATKAN <i>SELF CONTROL</i>.....	44
A. Analisis Per Subjek dalam Mengikuti Kegiatan Khidmah	45
B. Peran Khidmah Dalam Meningkatkan <i>Self Control</i> Berdasarkan Pengalaman Subjek	58

C. Dukungan Teori Pada Temuan	65
BAB IV: PENUTUP	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	76



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Subjek Penelitian	33
Tabel 2. Daftar Kegiatan	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Verbatim Wawancara	76
Lampiran 2. Panduan Wawancara.....	76
Lampiran 3. Analisis Data.....	82
Lampiran 4. Lembar Member Check	87
Lampiran 5. Surat Pernyataan <i>Member Check</i>	90
Lampiran 6. Dokumentasi.....	91
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup.....	95



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul penelitian ini adalah “Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah di Pondok Pesantren Qashrul ‘Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan *Self Control*”. Peneliti akan menjelaskan istilah-istilah yang terdapat pada judul untuk menegaskan makna-makna sebagai berikut:

1. Peran Khidmah

Peran menurut Soerjono Soekanto ialah aspek dinamis di mana seseorang menjalankan hak dan tanggung jawabnya sesuai dengan kedudukan yang dimiliki. Dengan kata lain dijelaskan bahwa peran merupakan tindakan yang dilakukan dalam suatu peristiwa.² Peran merupakan suatu sikap maupun perilaku yang diharapkan oleh masyarakat terhadap suatu hal yang memiliki status dan kedudukan tertentu.

Menurut KH. Hasyim Asy’ari di dalam karyanya yaitu kitab *Adab al-‘Alim wal Muta’allim*, khidmah berarti *ta’dhim* yang artinya penghormatan. Penghormatan adalah bentuk dari kepatuhan seseorang terhadap sesuatu yang disegani. Seorang murid harus memiliki sikap *ta’dhim* kepada Guru yang mendidiknya. KH. Hasyim Asy’ari juga menjabarkan bahwa murid haruslah patuh, berpenampilan rapi, dan santun terhadap seorang Guru. Menurut Samsudin, di dalam konteks pendidikan khidmah diartikan sebagai

² Nuruni & Kustini, Experiential Marketing, Emotional Branding, and Brand, *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 7.1, (2011), hlm. 40-56

pengabdian seseorang melalui interaksi antara murid dengan Guru dalam membantu berbagai kegiatan sehingga tumbuh penanaman adab di dalam diri manusia.³

Dengan demikian, peran khidmah merupakan peranan yang mencerminkan sikap penghormatan, kepatuhan, dan pengabdian seseorang terhadap sesuatu atau seseorang yang disegani khususnya dalam aspek pendidikan antara murid dan guru. Peran khidmah sebagai wujud nyata dari tanggung jawab murid dalam menjalankan tugas baik secara moral maupun sosial terhadap guru sebagai figur yang mendidik dan dihormati.

2. Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah

Tarekat berasal dari bahasa arab yaitu *thariq* yang artinya jalan. Tarekat merupakan salah satu aliran tasawuf sebagai jalan menuju penghambaan kepada Allah setelah mendapatkan ilmu syariah. Menurut Ahmad Zainurrahman, tarekat merupakan upaya dalam pembersihan jiwa.⁴ Artinya secara umum tarekat merupakan upaya pendekatan diri kepada Allah melalui amalan syari'at yang sudah ditetapkan di dalam Al-Qur'an dan Hadist. Selain itu, menurut Agus Sholikhin tarekat dapat didefinisikan sebagai pendekatan dan usaha seseorang untuk mencapai kemudahan dan

³ Samsudin & Anis Tyas Kuncoro, Tradisi Khidmah Dalam Perspektif Pendidikan Islam, *Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim*, 10.1 (2022), hlm. 45-52

⁴ Ahmad Zainurrohman, dkk, Analisis Konsep Ta'dhim Santri Kepada Guru dan Relevansinya di Era Sekarang, *Jurnal Profesi Pendidikan dan Keguruan ALPHATEACH*, 2.5, (2021), hlm.1-5

kemuliaan sesuai dengan keadaan yang dihadapinya agar mencapai kesejahteraan hidup.⁵

Salah satu tarekat yang berkembang cukup pesat di Indonesia yaitu Tarekat Naqsyabandiyyah. Tarekat Naqsyabandiyyah yang berkembang di jaman ini adalah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah. Tarekat tersebut merupakan salah satu tarekat muktabarah yaitu tarekat yang sah sebab silsilah dari setiap Gurunya menyambung dan jelas sampai pada Nabi Muhammad SAW. nama Naqsyabandiyyah diambil dari nama pencetusnya yaitu Syaikh Baha' Al-Din An-Naqsyabandi. Menurut bahasa arab, Naqsyabandiyyah diambil dari dua kata yaitu *Naqsy* dan *Band* yang artinya “ukiran yang menetap”.⁶ Ajaran dan amalan di Tarekat Naqsyabandiyyah antara lain dzikir, suluk, mujahadah dan riyadhah. Persebarannya di Indonesia sangat luas. Lokasi tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yang paling besar dan populer berada di daerah Minangkabau dan Jawa Barat.

Dari berbagai pendapat tersebut, tarekat dapat diartikan sebagai jalan spiritual yang mengintegrasikan ajaran syariat Islam dengan praktik-praktik sufistik seperti dzikir, suluk, *mujahadah*, dan *riyadhah*. Tujuan utama dari berbagai amalan tarekat tersebut untuk membersihkan jiwa dan mendekatkan diri kepada Allah sehingga dapat mencapai ketenangan, kesejahteraan, dan kemuliaan dalam kehidupan. Tarekat memiliki berbagai

⁵ Agus Sholikhin. *Tarekat Sebagai Sistem Pendidikan Tasawuf* (Sleman: Deepublish, 2023), hlm. 15

⁶ Rozian Karnedi, Tarikat Dalam Lintas Sejarah (Studi Masuknya Tarikat Naqsyabandiyyah di Kabupaten Kaur), Tsaqofah dan Tarikh, *Jurnal Kebudayaan dan Sejarah Islam*, 2.1, (2019), hlm. 145-157

macam aliran dan komunitas yang berbeda-beda. Sehingga dengan banyaknya aliran tarekat, maka fokus pembahasan yaitu terdapat pada peran khidmah yang ada di Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah Yogyakarta.

3. *Self Control*

Self Control merupakan penggabungan dari dua kata. *Self* berarti diri dan *control* artinya kontrol. Keduanya diartikan kontrol diri merupakan kemampuan untuk menekan atau mencegah tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma, nilai-nilai masyarakat dan peraturan.⁷ Menurut Zulfah, *self control* merupakan kemampuan seorang individu dalam membawa, mengatur dan memahami dirinya pada hal positif serta dapat memilah antara baik dan buruk sehingga menjadi individu yang terkontrol baik untuk diri sendiri maupun di mata masyarakat.⁸ Pembentukan kontrol diri yang tepat di setiap individu berbeda-beda. Keseluruhan tersebut didasari oleh berbagai faktor baik faktor di dalam diri, keluarga, lingkungan atau intervensi yang diberikan kepada individu.

Dari pendapat tersebut menunjukkan bahwa *self control* sebagai bentuk pengendalian diri yang memungkinkan individu untuk mengambil keputusan yang tepat, menghindari perilaku impulsif dan berperilaku sesuai dengan tatanan sosial. Di dalam judul penelitian ini, *Self Control* yang dibahas adalah bentuk pengendalian diri individu dalam mengambil

⁷ Claudia Sabrina & Tyas Thea, *Seni Mengendalikan Emosi* (Sleman: Immortal Pubhling, 2020), hlm. 23

⁸ Zulfah, Karakter: Pengendalian Diri, *IQRA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1.1, (2021), hlm. 54-67

keputusan yang merujuk pada perilaku yang sesuai atau tidak sesuai dengan nilai dan norma masyarakat.

Dari penjelasan pada penegasan judul tersebut, Peran khidmah dalam Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan *self control* melalui pengabdian, penghormatan, dan kepatuhan murid terhadap guru, serta pelaksanaan amalan spiritual lainnya. Khidmah melatih murid untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku dengan menjaga sikap rendah hati, disiplin, dan konsistensi. Interaksi murid dengan guru melalui khidmah juga membentuk adab dan akhlak yang baik, membantu membersihkan jiwa dan menjaga hawa nafsu. Dengan demikian, peranan khidmah memperkuat pengendalian diri dalam aspek moral, sosial, dan spiritual sehingga mencapai ketenangan dan keseimbangan hidup.

B. Latar Belakang

Individu yang memiliki harga diri akan berupaya menjalani kehidupan dengan bertanggung jawab. Individu tersebut dalam mencapai kehidupan yang penuh tanggung jawab tersebut memerlukan kesadaran dan usaha untuk dapat mengendalikan diri. Kontrol diri atau *Self Control* diperlukan agar dapat hidup dengan baik sesuai norma dan aturan yang berlaku. Hal tersebut bertujuan agar seorang individu mampu dalam membawa, mengatur dan memahami dirinya pada arah positif serta dapat memilih antara baik dan buruk sehingga menjadi individu yang terkontrol baik untuk diri sendiri maupun di mata masyarakat.⁹

⁹ Claudia Sabrina & Tyas Thea., hlm. 24

Di era ini telah banyak terjadi berbagai perilaku menyimpang baik yang dilihat secara langsung maupun yang diperoleh melalui sarana elektronik. kekerasan, konflik anak dengan orang tua, penyalahgunaan narkoba, menyakiti orang lain, kecurangan, vandalisme dan masih banyak lagi. Penyimpangan tersebut dapat menjadi pemicu fenomena-fenomena yang berkaitan dengan gagalnya seorang individu dalam mengontrol atau mengendalikan diri. Salah satu contoh kasus yang terjadi di Semarang yaitu seorang pelajar SMP memukul dan menendang seorang pelajar SD yang penyebabnya masih dalam tahap penyelidikan.¹⁰ Contoh lain yaitu kasus di kota Depok seorang anak menyerang orang tuanya disebabkan oleh konflik perusahaan yang dimiliki keluarga tersebut.¹¹ Contoh kasus-kasus tersebut membuktikan bahwa kurangnya kontrol diri berujung dengan tidak terkontrolnya emosi dan perilaku individu.

Maka dari itu, kemampuan individu untuk dapat mengontrol diri dari emosi dan perilaku negatif sangat diperlukan. Emosi sendiri merupakan aspek yang mendukung bagaimana individu dapat menghadapi kehidupan. Sebab emosi dinilai sebagai reaksi atau respon yang ditunjukkan terhadap seseorang atau suatu kejadian. Sehingga baik secara langsung maupun tidak langsung, emosi memberikan informasi tentang pemahaman seseorang terhadap dunia yang ada di sekelilingnya. Emosi positif seperti gembira dan bahagia diekspresikan

¹⁰ Kristi Dwi Utami. Pelajar SD di Semarang Jadi Korban Kekerasan oleh Pelajar SMP, Motif Pelaku Didalami. 09 September 2024 <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2024/09/09/pelajar-sd-di-semarang-jadi-korban-kekerasan-oleh-pelajar-smp-motif-pelaku-didalami>

¹¹ Hironimus Rama. Konflik Perusahaan Keluarga di Depok: Anak Serang Orang Tua Pakai Golok, Ibu Tewas, Bapak Terluka. 10 Agustus 2023 <https://tangerang.tribunnews.com/2023/08/10/konflik-perusahaan-keluarga-di-depok-anak-serang-orangtua-pakai-golok-ibu-tewas-bapak-terluka>

sebagai respon terhadap perasaan dan tindakan yang menguntungkan. Sedangkan emosi negatif seperti marah dan takut biasanya diartikan sebagai respon terhadap suatu hal atau tindakan yang tidak menyenangkan. Menurut penuturan Walton, masalah dan perilaku negatif seseorang dapat menjadi konflik yang bersumber dari perasaan emosional seperti rasa marah, takut, malu, jijik dan sebagainya. Sumber-sumber emosional tersebut dapat melahirkan berbagai permasalahan baik merugikan diri sendiri atau orang lain.¹² Sehingga berdasarkan penuturan Walton tersebut, individu harus mampu mengelola emosi mereka terhadap suatu hal untuk kemudian tidak melahirkan perilaku negatif di kemudian hari.

Pengendalian diri juga memberikan dampak besar dalam peningkatan dan pembentukan perilaku dan karakter seseorang. Perilaku dan karakter yang baik sering kali ditandai dengan kemampuan mengendalikan diri. Individu yang memiliki pengendalian diri yang baik cenderung lebih mampu mengatasi stres, beradaptasi dengan perubahan, dan menjaga hubungan sosial yang sehat. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri bukan hanya sekedar kemampuan individu tetapi juga merupakan unsur dalam membangun karakter yang kuat dan positif. Menurut Calhoun dan Acocella, pengendalian diri dalam peningkatan atau pembentukan perilaku dan karakter individu disebabkan dengan adanya proses pengaturan fisik, psikologis dan emosional di dalam usahanya untuk mengendalikan diri.

¹² Anthony Dio Martin, *Smart Emotion : Strategi Jitu Mengelola Emosi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), hlm. 24

Dalam usaha seorang individu untuk mengelola perilaku dan emosi diperlukan kemampuan manajemen diri. Sebagian besar individu yang dapat mengelola dirinya dengan baik dikenal dapat memahami perasaan dan memiliki hubungan baik dengan orang lain serta dapat mengatur diri sendiri secara mandiri. Pentingnya urgensi *Self Control* dapat dirasakan dengan melihat kemampuan individu untuk dapat mengontrol dirinya akan mendorong kepada penyelesaian masalah yang baik dan berhasil. Begitu juga dengan individu dengan tingkat *self control* yang rendah akan memiliki ketrampilan mengontrol diri yang rendah.

Dari pemaparan tersebut, keberadaan *self control* menjadi suatu hal yang tidak bisa diabaikan. *Self control* sudah seharusnya diterapkan di dalam berbagai elemen dan kelompok kehidupan. Contohnya pada remaja yang merupakan kelompok yang rentan memiliki manajemen diri yang buruk. Banyak faktor yang mempengaruhi labilnya perkembangan emosi di usia muda. Menurut Tyborowska, Hormon yang dimulai dari masa remaja awal menguasai tubuh individu dan membuat suasana hati dan tekanan emosi menjadi lebih kuat sehingga mempengaruhi perilaku dan pola pikirnya.¹³ Hormon tersebut juga ikut andil dalam kemampuan individu mengendalikan emosi. Maka tidak heran apabila banyak perilaku negatif dan masalah yang terjadi pada remaja.

Lemahnya *self control* memicu adanya perilaku negatif yang tidak diharapkan. Menurut Marsela dan Supratna, lemahnya *self control* dapat menimbulkan kesulitan pada individu dalam mengatur dirinya sendiri sehingga

¹³ Ibid., hlm. 69

bermuara pada hal-hal agresif.¹⁴ Maka kemampuan *self control* sangat diperlukan agar individu dapat bertindak dan mengendalikan diri sesuai dengan norma, nilai dan moral yang berlaku. Individu yang belum sempurna dalam mengelola dirinya harus diberi dukungan dan pendampingan agar dapat memenuhi kebutuhan mereka untuk mengelola diri.

Pada setiap agama baik Islam, Kristen, Hindu, Budha dan sebagainya mengajarkan manusia untuk selalu dapat menguasai diri dari berbagai perbuatan negatif. Salah satu cara keberhasilan dapat tercapai dengan kontrol diri yang baik. Sebagai contoh di dalam Islam, *self control* sangat erat hubungannya dengan kemampuan individu untuk dapat berjuang melawan hawa nafsu dan menahan diri dari segala perbuatan buruk. Perjuangan seseorang untuk melawan hawa nafsu disebut *Mujahadah An-Nafs* di mana seseorang berjuang dan berusaha mengontrol diri sendiri dari keinginan-keinginan negatif yang tidak bermanfaat.¹⁵

Makhluk yang diciptakan Allah yaitu manusia sangat memiliki kecenderungan untuk melakukan dan memilih dua hal yaitu cenderung bermaksiat dan cenderung bertakwa kepada Allah. Jiwa dan hati nurani di dalam diri manusia hakikatnya tidak suka kepada kebathilan atau keburukan dan selalu ingin menuju kebaikan. Akan tetapi hawa nafsu menjadi penghalang untuk menyadari hakikat tersebut. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam

¹⁴ Ramadona Dwi Marsela & Mamat Supriatna, Kontrol Diri : Definisi dan Faktor, *Journal of Innovative Counseling: Theory, Praticice and Research*, 3.2, (2019), hlm. 65-69

¹⁵ Wawan Susetya, Biografi Nafsu Manusia (Yogyakarta: Diva Press, 2008), hlm. 163

memerangi hawa nafsu, individu harus memiliki landasan agama dalam menumbuhkan kesadaran dan kemampuan untuk mengontrol diri.

Salah satu dari usaha untuk mengendalikan hawa nafsu tersebut yaitu khidmah. Khidmah biasanya akrab ditemukan di dunia Pesantren. Hubungan Murid senantiasa terjalin dengan menghormati dan melaksanakan perintah Gurunya. Murid-murid tersebut mengabdikan diri mereka untuk melayani Guru untuk mendapat keberkahan dari Guru. Keberkahan Guru dinilai sangat penting sebab hal tersebut merupakan salah satu pintu untuk menuju kepada keridhaan Allah.

Kegiatan khidmah pun juga terdapat di dalam komunitas tarekat. Salah satu aliran tarekat yaitu tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yang penyebarannya di dunia sangat luas termasuk Indonesia. Ajaran di dalam tarekat Naqsyabandiyyah berpegang teguh pada syariat untuk dapat menuju ke dalam ridha Allah.¹⁶ Untuk menuju kepada keridhaan Allah tersebut, terdapat ajaran dan amalan wajib ada di tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah. Ajaran dan amalan tersebut berupa dzikir, *mujahadah*, *rabithah*, suluk dan sebagainya.

Tidak semua tarekat menjadikan khidmah sebagai amalan dan kegiatan di dalam aliran tarekat tersebut. Sebagian besar tarekat yang menerapkan khidmah biasanya tarekat yang memiliki sebuah Pondok Pesantren sehingga khidmah dilakukan oleh anggota yang menjadi santri di Pesantren tersebut. Kegiatan khidmah disesuaikan dengan kondisi geografis maupun sosial di tarekat

¹⁶ Agus Sholikhin, hlm. 69

tersebut.¹⁷ Sebagai contoh, Tarekat Khalwatiyyah di Kalimantan melakukan khidmah membantu Guru berdagang sebab sebagian anggotanya merupakan Pedagang. Sedangkan Tarekat Khalwatiyyah di Sulawesi berkhidmah menjadi Nelayan sebab lingkungan tarekat berada di daerah laut.

Khidmah di tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah tentunya memiliki keunikan sendiri. Sebagian besar aliran Naqsyabandiyyah di Indonesia berkhidmah menjadi Petani sebab kondisi geografis berada di perkebunan atau lereng gunung. Di Yogyakarta, basis Tarekat Naqsyabandiyyah didominasi oleh Mahasiswa dan Akademisi sehingga terdapat penyesuaian. Sebagian besar khidmah dilakukan dengan *khidmah bi Al-Fikr* dan *Khidmah bi Al-Maal* atau khidmah dengan pikiran dan harta. Kegiatan khidmah sebagai Petani dilakukan saat akhir pekan. Hal ini sesuai dengan yang sudah disebutkan bahwa kegiatan tarekat berbeda-beda menyesuaikan kondisi di sekitar tarekat tersebut.

Meski memiliki perbedaan di setiap alirannya, pada dasarnya tujuan khidmah di tarekat dan khidmah Pondok Pesantren lain tetap sama yaitu mencari keberkahan Guru. Jenis kegiatan khidmah pun hampir sama seperti membersihkan rumah Guru, berkebun, menyiapkan keperluan Guru beserta keluarganya dan sebagainya. Di Pondok Pesantren khidmah didefinisikan sebagai pelayanan dan pengabdian.¹⁸ Namun di dalam tarekat terutama tarekat Naqsyabandiyyah, khidmah memiliki makna yang lebih dari itu. Khidmah tarekat dimodifikasi oleh para Mursyid atau Guru tarekat sebagai ajang

¹⁷ Ibid., hlm.70

¹⁸ Lutvi Ajizah & Hariyanto, Penguatan Khidmah Santri Melalui Pendampingan Berbasis Nilai, *As-Sidanah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4.1, (2022), hlm.79-86

pembersihan jiwa.¹⁹ Khidmah di dalam tarekat melatih aspek di dalam jiwa seseorang terutama aspek pengendalian diri. Maka tidak heran bahwa kegiatan khidmah tarekat biasanya lebih berat dibanding khidmah Pesantren. Sebab mereka bukan hanya melayani tetapi dituntut untuk bertahan melewati segala tahapan yang berat. Segala sesuatu atau perintah yang berat tersebut biasanya memiliki suatu nilai filosofi yang murid pun baru memahami maksud Guru setelah melewati banyak hal. Hal tersebut merupakan implementasi teknik pendekatan kepada Allah yang merupakan ciri khas dari Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yaitu *Mujahadah bi An-Nafs* atau perjuangan melawan hawa nafsu.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu anggota di Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah, orang-orang yang memiliki pola pikir realistis cenderung sulit menerima ajaran dan kegiatan di tarekat ini terutama khidmah. Sebagai contoh sederhana, Guru memerintahkan para Murid untuk membersihkan rumput di kebun sayur. Sesampainya di kebun terdapat beberapa macam sayur yang sudah siap panen. Akan tetapi Guru tidak mengizinkan sayuran tersebut dipanen sampai beberapa hari setelahnya dan berakhir membusuk. Dua bulan berlalu, Guru menceritakan bahwa beliau mengetahui jika sayuran tersebut diberi obat oleh orang tidak di kenal sehingga jika saat itu dipanen lalu dikonsumsi atau dijual maka akan menimbulkan masalah dan fitnah. Orang-orang yang berpikir realistis akan menolak jalan pikiran Guru sejak awal saat tidak memberi izin. Sedangkan orang-orang yang taat akan

¹⁹ Agus Sholikhin., hlm. 154

mematuhinya sesuai perintah Guru dan mendapat pelajaran yang berarti dari perintah Guru tersebut.

Menurut salah satu anggota yang berdomisili di kota Depok, saat awal menjadi murid di Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah sangat berat terutama khidmah sebab kegiatan di dalamnya di luar kebiasaan. Setelah mengikuti khidmah dan melewati fase tersebut beliau baru memahami bahwa dibalik khidmah yang berat terdapat maksud baik dari Guru. Dulu beliau merupakan orang yang mudah marah kepada orang lain setiap terdapat hal yang tidak sesuai dengan keinginannya. Setelah lima sampai enam tahun menjadi Jamaah Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah, beliau sudah terlatih untuk menahan amarahnya dan belajar lebih bersabar.

Semua pemaparan mengenai latar belakang penelitian ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh kegiatan khidmah di Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yang fokus pada peningkatan *self control* para anggotanya. Pengalaman dari anggota tarekat yang mengikuti kegiatan tersebut menarik peneliti untuk lebih jauh memahami dan mendeskripsikan peran apa saja dari adanya khidmah yang dirasakan anggotanya dalam meningkatkan *self control*. Sehingga jika memungkinkan dapat dijadikan referensi teknik dalam terapi Islam. Subjek penelitian yaitu anggota Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah Yogyakarta. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif studi fenomenologi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana peran khidmah sebagai terapi peningkatan *self control* dari pengalaman anggota Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yang mengikuti khidmah?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran khidmah sebagai terapi peningkatan *self control* dari pengalaman anggota Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah yang mengikuti khidmah.

E. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagaimana fungsinya, yakni:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat terhadap ilmu pengetahuan baik secara umum maupun khususnya terhadap ilmu Bimbingan dan Konseling tentang kegiatan khidmah di dalam ajaran Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah untuk membentuk *self control* sebagai referensi dalam teknik konseling Islam.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pembaca diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan bagi para pembaca mengenai kegiatan khidmah dalam

ajaran tarekat dalam membentuk *self control* sebagai alternatif teknik konseling Islam.

- b. Bagi pembimbing dan praktisi konseling Islam lewat penelitian ini diharapkan dapat menambah dan mempraktikkan metode maupun materi baru dalam layanan bimbingan dan konseling Islam.
- c. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan pembaharuan penelitian secara lebih mendalam berkaitan dengan konseling Islam yang berkaitan dengan *self control*.

F. Kajian Pustaka

Berdasarkan hasil penelusuran dan perbandingan data ditemukan sejumlah penelitian terdahulu yang relevan dengan judul penelitian yang akan dilakukan peneliti “Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyah Khalidiyah di Pondok Pesantren Qashrul ‘Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan *Self Control*”. Untuk menghindari dari berbagai kemungkinan pengulangan atau plagiarisme pada bagian kajian pustaka, maka akan dijabarkan beberapa penelitian.

Artikel jurnal penelitian milik Lutvi Ajizah dan Hariyanto yang berjudul “Penguatan Khidmah Santri Melalui Pendampingan Berbasis Nilai” meneliti bagaimana kegiatan khidmah santri di Ma’had Nurul Haromain Malang dapat menjadi penilaian positif yang sangat bermanfaat untuk kehidupan para santri. Penelitian yang akan dilakukan peneliti memiliki kesamaan yaitu meneliti implementasi khidmah untuk kehidupan. Perbedaan terdapat pada objek

penelitian. Penelitian tersebut memfokuskan pada nilai-nilai sedangkan peneliti memfokuskan pada implementasi untuk *self control*.²⁰

Artikel jurnal penelitian milik Muhammad Indi Mun'im yang berjudul "Pembinaan Sikap Khidmat dan Tawaduk Pada Santri di Pondok Pesantren An-Nur Candirejo Tuntang Semarang 2023" meneliti tentang deskripsi pembelajaran khidmat dan tawaduk di Pondok Pesantren An-Nur Tuntang Semarang. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu mendeskripsikan pembelajaran khidmah. Perbedaan terdapat pada tempat penelitian.²¹

Penelitian milik Husnul Qodim yang berjudul "Suluk Sebagai Metode Pengendalian Emosi Bagi Tarekat Naqsyabandiyah" meneliti metode pengendalian emosi yang ada di tarekat Naqsyabandiyah melalui ritual suluk. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu analisis metode pengendalian emosi di tarekat Naqsyabandiyah. Perbedaan terdapat pada objek yang akan diteliti. Penelitian tersebut menggunakan suluk sebagai objek yang akan diteliti sedangkan peneliti menggunakan khidmah.²²

Penelitian milik Bagus Adi, Bagus Wicaksono dan Rini Setyowati yang berjudul "Regulasi Emosi Pada Pengikut Tarekat Syattariyah" meneliti tentang proses regulasi emosi yang dilakukan oleh pengikut tarekat Syattariyah.

²⁰ Lutvi Ajizah & Hariyanto., hlm.79-86

²¹ Muhammad Indi Mun'im, Pembinaan Sikap Khidmah dan Tawaduk Pada Santri di Pondok Pesantren An-Nur Tuntang Semarang 2023, *Comunity Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4.2, (2023), hlm. 5238-5246

²² Husnul Qadim, Suluk Sebagai Metode Pengendalian Emosi bagi Tarekat Naqsyabandiyah, *Jurnal Intizar UIN Raden Fatah Palembang*, 28.1 (2022), hlm.51-59

Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu menggali lebih dalam manajemen emosi menurut ajaran tarekat. Yang membedakan adalah subjek yang diteliti. Penelitian tersebut meneliti manajemen emosi di tarekat Syattariyah sedangkan peneliti meneliti manajemen emosi di tarekat Naqsyabandiyah.²³

Penelitian milik Nurul Rofi'atul Hidayah yang berjudul “Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kenakalan Remaja” meneliti tentang pengaruh tingkat kontrol diri dan konformitas kondisi remaja dalam menekan kenakalan. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu meneliti kondisi subjek penelitian berdasarkan tingkat kontrol diri. Perbedaan terletak pada variabel penelitian. Penelitian tersebut meneliti bagaimana kontrol diri mempengaruhi kenakalan remaja sedangkan peneliti meneliti bagaimana kegiatan khidmah mempengaruhi kontrol diri.²⁴

Penelitian milik Alga Bisma Nugraha dan G. Rohastono Ajie yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Kontrol Diri” meneliti tentang bagaimana layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sociodrama dapat mempengaruhi tingkat *self control*. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu pengaruh layanan bimbingan konseling dalam meningkatkan *self control*. Perbedaan terdapat pada objek yang diteliti. Penelitian tersebut menjadikan

²³ Bagus Adi Nugroho. Dkk, Regulasi Emosi Pada Pengikut Tarekat Syattariyah, *JIP Candradiwa: Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 7.2 (2022), hlm. 234-239

²⁴ Nurul Rofi'atul Hidayah, Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kenakalan Remaja, *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Mulawarman*, 8.4 (2020), hlm. 63-71

bimbingan kelompok teknik sosiodrama sebagai objek penelitian sedangkan peneliti menjadikan khidmah sebagai objek penelitian.²⁵

Penelitian-penelitian tersebut memiliki persamaan dengan penelitian ini yaitu memiliki fokus serupa dalam kontrol diri baik dalam aspek pembelajaran maupun pengembangan. Selain itu, penelitian-penelitian tersebut juga meneliti terkait dengan metode-metode tertentu untuk mendukung perkembangan individu. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan spiritual dan psikologis dengan tujuan mendukung pengembangan perilaku positif dengan kontrol diri yang baik.

Perbedaan umum pada penelitian-penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada objek, subjek dan variabel penelitian. Variabel-variabel di dalam penelitian tersebut memiliki fokus analisis yang bervariasi. Penelitian ini yang berjudul “Peran Khidmah Tarekat Naqsyabandiyah Khalidiyah di Pondok Pesantren Qashrul ‘Arifin Yogyakarta Dalam Meningkatkan *Self Control*” berfokus pada peranan aktivitas khidmah yang dapat digunakan sebagai sarana membentuk dan memperkuat *self control*. Fokus tersebut membedakan dengan penelitian lain yang lebih fokus pada metode dan efektivitas terhadap variabel tertentu.

G. Landasan Teori

Pada bagian ini peneliti mencantumkan teori yang berkaitan dengan judul penelitian. Adapun teori-teori tersebut di antaranya:

²⁵ Alga Bisma Nugraha & G. Rohastono Ajie, Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Kontrol Diri, *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 2.3 (2019), hlm. 408-414

1. Peran

a. Pengertian Peran

Peran memiliki makna yaitu suatu aktivitas yang dimainkan atau dilakukan oleh seseorang yang memiliki kedudukan dan tanggung jawab di suatu kelompok.²⁶ Menurut Syamsir, peran diartikan sebagai sebagai tingkah yang dimiliki seseorang atau lembaga yang memiliki kedudukan di dalam suatu komunitas sosial.²⁷

Peran menurut Soerjono Soekanto ialah aspek dinamis di mana seseorang menjalankan hak dan tanggung jawabnya sesuai dengan kedudukan yang dimiliki. Dengan kata lain dijelaskan bahwa peran merupakan tindakan yang dilakukan dalam suatu peristiwa.²⁸

Dari beberapa pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa peran merupakan suatu sikap maupun perilaku yang diharapkan terhadap suatu hal yang memiliki status dan kedudukan tertentu.

b. Aspek-aspek Peran

Peran memiliki aspek-aspek tertentu di dalamnya. Aspek tersebut antara lain meliputi:²⁹

²⁶ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*, (Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama, 2014), hlm. 297

²⁷ Syamsir Torang, *Organisasi & Manajemen (Perilaku, Struktur, Budaya & Perubahan Organisasi)*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 86

²⁸ Nuruni & Kustini, *Experiental Marketing, Emotional Branding, and Brand*, *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 7.1, (2011), hlm. 40-56

²⁹ Ibid., hlm. 40-56

- 1) Peran meliputi norma-norma masyarakat. Peran ini berisi rangkaian pengaturan yang menuntun seseorang ke dalam kehidupan masyarakat.
- 2) Peran meliputi suatu konsep perihal yang dilakukan oleh individu sebagai kelompok.
- 3) Peran meliputi perilaku individu sebagai struktur sosial di masyarakat.

c. Jenis-jenis Peran

Menurut Bruce J. Cohen, peran memiliki beberapa jenis antara lain:³⁰

- 1) Peran Nyata. Yaitu suatu hal yang benar-benar dijalankan seseorang atau kelompok dalam menjalankan suatu tindakan.
- 2) Perang Dianjurkan. Yaitu cara yang menjadikan harapan khalayak banyak untuk menjalani tindakan tertentu.
- 3) Model Peran. Yaitu seseorang yang tingkah lakunya menjadi contoh orang lain.
- 4) Lingkup Peran. Yaitu hubungan seseorang dengan individu lain saat ia menjalani suatu tindakan.
- 5) Kesenjangan Peran. Yaitu peran yang dilakukan secara emosional.
- 6) Konflik Peran, yaitu kondisi di mana individu menuntut harapan dan tujuan peran yang saling bertentangan.
- 7) Kegagalan Peran. Yaitu kegagalan seseorang dalam menjalankan suatu peran.

³⁰ Syamsir Torang, hlm. 88

2. Khidmah

a. Pengertian Khidmah

Khidmah secara bahasa memiliki arti kegiatan, pelayanan atau pengabdian sedangkan definisi khidmah menurut Said Nursi, khidmah merupakan sebuah kepatuhan dan ketaatan dalam menjalani tugas-tugas yang diberikan.³¹ Di dalam dunia pesantren, khidmah merupakan sebuah pengabdian untuk melayani seorang Guru atau Kyai. Menurut Abu Sayyid Muhammad bin Alawi, “*Tsabatul ilmi bil mudzakaroh, wa barokatuhu bil khidmah, wa naf’uhu bi ridho as-Syaikh*”³² yang artinya “mengingat ilmu dengan cara mengulang pelajaran yang sudah didapat, berkahnya berada di khidmah dan manfaatnya berada di ridha seorang Guru atau Mursyid”.

b. Jenis-jenis Khidmah

Sebelum menginterpretasikan suatu stimulus menjadi bermakna, stimulus harus melewati proses persepsi. Dalam Walgito dijelaskan proses terjadinya persepsi sebagai berikut:³³

1) Khidmah *bi Al-Fikr*

Khidmah *bi Al-Fikr* merupakan bentuk khidmah dengan menggunakan pikiran. Yang dimaksud dari khidmah pikiran yaitu turut ikut dan memberi kontribusi melalui ide atau gagasan terkait kemajuan atau solusi dalam permasalahan atau kegiatan.

³¹ Waryono, Abdul Ghafur. Tafsir Sosial, (Yogyakarta: elSAQ Press.2005) hlm. 324

³² Hasyim Asy’ari, *Khittah dan Khidmah NU* (Pati: Majma’ Buhuts An-Nahdliyah, 2014), hlm.68

³³ Samsudin & Anis Tyas Kuncoro, Tradisi Khidmah dalam Perspektif Pendidikan Islam, *Jurnal Progress: Wahana Kreativitas dan Intelektualitas*, 10.1 (2022), hlm. 01-20

2) Khidmah *bi Nafs*

Khidmah bi An-Nafs merupakan khidmah dengan menggunakan fisik maupun tenaga. Contoh dari pelaksanaan khidmah ini seperti membersihkan rumah Kyai, merapikan sandal Kyai, mencuci kendaraan, membersihkan lingkungan pesantren, berkebun dan sebagainya.

3) Khidmah *bi Al-Maal*

Khidmah bi Al-Maal merupakan khidmah dengan harta atau benda. Biasanya dilakukan oleh murid yang sudah bekerja dan memiliki penghasilan sendiri. bentuk dari khidmah ini dapat berupa memberikan sumbangan dan wakaf.

c. Tujuan Khidmah

Tujuan dari khidmah yaitu membentuk hubungan batin yang kuat antara murid dengan Gurunya untuk mendapat keridhaan.³⁴ Ridha menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti karunia dari Tuhan yang mendatangkan kebaikan dan rahmat. Karunia Tuhan tersebut diberikan Allah kepada seseorang salah satunya lewat ridha Guru. Ridha Guru sangat penting bagi seorang murid sebab hal tersebut merupakan tanda bahwa murid itu telah berhasil mencapai keberkahan dari ilmu-ilmu yang dipelajari murid dari Gurunya. Sehingga lewat keberhasilan tersebut, murid akan mendapatkan tambahan kebaikan di kehidupannya. Keridhaan guru merupakan keberhasilan pertama seorang murid.

³⁴ Muhammad Indi Mun'im, hlm. 5238-5246

Selain itu lewat khidmah murid akan mendapatkan pembelajaran hidup seperti belajar saling menghormati dan mengasihani sesama, bersosialisasi, sabar, ikhlas, mengendalikan hawa nafsu dan pembelajaran-pembelajaran baik lainnya.

3. Tarekat

a. Definisi Tarekat

Tarekat berasal dari bahasa arab yaitu thariq yang berarti jalan dan secara istilah memiliki arti sebuah jalan yang ditempuh oleh para Nabi, Rasul, Para Wali dan Hamba Allah dalam merealisasikan penghambaan diri dan tauhid dengan cara membersihkan hati dari hal-hal terlarang dan pengamalan syariah dalam kerangka tauhid dan pengabdian untuk menuju cinta kepada Allah.³⁵ Tarekat merupakan aliran atau bagian dari sufisme dan ilmu tasawuf. Maka dari itu, tarekat memegang teguh dasar-dasar ajaran tasawuf. Tasawuf sendiri merupakan ilmu yang mempelajari bagaimana cara melakukan perjalanan ruhani menuju Allah dengan cara penyucian hati, penyucian jiwa dan perbaikan akhlak.³⁶

Pengertian dalam menjelaskan arti dari tarekat dapat dilihat dari dua sudut pandang. Pandangan pertama tarekat sebagai metode bimbingan spiritual untuk mendekatkan diri kepada Allah. Pandangan kedua sebagai organisasi perkumpulan kaum sufi yang menggunakan tarekat sebagai jalan menuju Tuhan.³⁷

³⁵ Sri Mulyati, *Mengenal dan Memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia* (Jakarta: Kencana, 2006), hlm. 29

³⁶ Ibid., hlm. 30

³⁷ Ibid., hlm.35

b. Komponen Utama Tarekat

Di Indonesia istilah keluarga dipengaruhi oleh suatu sistem, baik itu kekerabatan, budaya, aturan-aturan yang berlaku, dan sistem nilai yang ada. Hal ini menimbulkan berbagai bentuk keluarga. Terdapat beberapa bentuk keluarga di antaranya:³⁸

1) Mursyid

Mursyid adalah seorang pemimpin yang akan membimbing seorang murid menuju Allah dengan pendidikan spiritual. Mursyid biasanya juga disebut dengan Guru oleh murid-muridnya.

2) Murid atau Salik

Di dalam tarekat, murid adalah seseorang yang menempuh jalan kerohanian dan memperbaiki diri untuk berjumpa dengan Allah melalui perantara Mursyid.

3) Baiat

Baiat juga disebut sebagai janji atau sumpah. Di dalam tarekat, baiat merupakan ikrar setia atau kontrak murid sebelum memasuki dunia tarekat dan mengamalkan apa yang diajarkan Mursyid.

4) Khalwat

Khalwat artinya menarik atau menutup diri. Di dalam tarekat, khalwat merupakan tempat khusus untuk murid melakukan amalan dzikir. Khalwat dibuat tertutup dengan kain atau kayu dan hanya murid yang sudah di baiat saja yang boleh memasuki khalwat.

³⁸ Ibid., hlm.37

5) Zawiyah

Zawiyah artinya yaitu pojok. Maksud kata pojok adalah tempat para murid untuk mengadakan majelis seperti dzikir, tempat khalwat, pengamalan suluk dan berbagai kegiatan keagamaan lainnya yang dilakukan para murid tarekat.

6) Suluk

Suluk merupakan rangkaian kegiatan seorang murid dengan cara menepi sementara waktu dari hiruk pikuk dunia untuk beribadah kepada Allah. Bentuk dan dinamika suluk di setiap tarekat berbeda-beda tergantung ciri khas dari masing-masing tarekat.

c. Tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah

Tarekat Naqsyabandiyah dipelopori oleh Syaikh Muhammad Baha' Al-Din An-Naqsyabandi pada abad ke -14 di Uzbekistan.³⁹ Naqsyabandi berarti “pengukir” yang secara harfiah diartikan bahwa dalam mencapai ridha Allah, maka murid haruslah senantiasa mengukir nama Allah di dalam hati sehingga sampai kepada keagungan Allah. Lalu setelah itu nama tarekat Naqsyabandiyah ditambah menurut jaman penerusnya. Dari Ubaidillah Ahrar sampai Imam Rabbani dinamakan Naqsyabandiyah Ahrariyya, dari Imam Rabbani sampai Syaikh Syamsuddin Mazhar dinamakan Naqsyabandiyah Mujaddadiyya, dari Syamsuddin Mazhar sampai Imam Khalid Al-Baqhdadi dinamakan Naqsyabandiyah

³⁹ Ibid., hlm. 106

Mujaddadiyah Khalidiyah, lalu dari Imam Maulana Khalid hingga saat ini dinamakan Naqsyabandiyah Khalidiyah.⁴⁰

antara lain:⁴¹

1) Wuquf Zamani

Seorang murid harus pandai untuk menggunakan waktu. Murid harus senantiasa memperhatikan secara teratur keadaan dirinya sehingga terhindar dari perbuatan yang sia-sia.

2) Wuquf 'Adadi

Seorang murid harus teliti dalam memeriksa jumlah atau hitungan dzikir. Sehingga murid haruslah berkonsentrasi saat berdzikir.

3) Wuquf Qalbi

Seorang murid harus senantiasa menjaga hati tetap berada di jalan yang benar. Perhatian, perilaku dan kehadirannya sejalan dengan makna dari dzikir yang diucapkan.

d. Unsur Utama Tarekat Naqsyabandiyah Khalidiyyah

Menurut Olson dan Defrain dalam Kertamuda, membangun keluarga yang sukses, bahagia, dan kuat diperlukan upaya sebagai berikut:⁴²

1) Dzikir

Dzikir adalah menyebut asma Allah bertujuan untuk mencapai kesadaran bahwa hanya kepada Allah seorang hamba berserah diri dan mengadu. Di dalam Tarekat Naqsyabandiyah terdapat dua dzikir pokok

⁴⁰ Ibid., hlm. 109

⁴¹ Ibid., hlm. 111

⁴² Ibid., hlm. 114

yaitu dzikir Ismi Al-Dzat yaitu dzikir dengan mengucapkan nama Allah berulang kali dan dzikir Tauhid yaitu dzikir mengesakan Allah dengan kalimat *Laa ilaa ha illa Allah*. Jumlah dzikir yang harus dilafalkan setiap murid berbeda satu sama lain tergantung tingkatan murid tersebut di dalam tarekat.

2) Rabithah

Rabithah adalah upaya murid dalam menghadirkan wajah Guru atau Mursyid saat akan berdzikir. Seorang murid akan berdzikir dengan membayangkan wajah Guru sebagai perantara dzikir murid tersebut kepada Allah.

4. *Self Control*

a. Definisi *Self Control*

Kontrol diri merupakan mekanisme dari berbagai macam proses fisik, psikologis dan tingkah laku yang dapat membentuk dirinya sendiri berdasarkan standar yang mengarahkan seseorang ke kepribadian yang positif.⁴³ Individu mampu mengatur perilaku dan kemampuan sesuai dengan apa yang diyakininya. Menurut Calhoun dan Acocella kontrol diri didefinisikan sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang sehingga terciptanya serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.⁴⁴

⁴³ McGonigal & Kelly Dharmasusila. *The Willpower Instinct: Bagaimana Pengendalian Diri Bekerja, Mengapa Dia Penting, dan Apa yang Dapat Anda Raih Lebih Banyak dari Hal Tersebut* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2013) hlm. 53

⁴⁴ Acocella, J. R. & Calhoun, J. F. *Psychology of Adjustment Human Relationship* (3th ed). (New York: McGraw-Hill, 1990) hlm. 46

Individu sebenarnya mampu untuk berperilaku positif dengan mandiri. Akan tetapi kemampuan dalam kontrol diri sangat memerlukan peranan penting orang lain dan lingkungan di sekitarnya. Sebab lingkungan menjadi tolak ukur individu untuk mempelajari suatu perilaku orang-orang di sekitarnya.

b. Faktor yang Mempengaruhi *Self Control*

Adanya kontrol diri dalam individu dapat dipengaruhi beberapa faktor. Berikut faktor yang dapat mempengaruhi *self control*⁴⁵ :

1) Faktor Internal

Faktor kognitif dinilai memiliki hubungan yang sangat erat dalam mempengaruhi tingkat kontrol diri seseorang. Proses kesadaran seseorang untuk menggunakan kemampuan intelektualnya dengan pola pikir dan ilmu pengetahuan untuk mencapai dan menghadapi sesuatu dengan cara yang tepat dan sudah dipikirkan dengan matang.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal dipengaruhi oleh pengaruh keluarga dan lingkungan. Seseorang yang memiliki hubungan baik dengan keluarganya dinilai memiliki kualitas kontrol diri yang baik pula. Anak yang sejak kecil dididik dengan pola asuh otoriter dan disiplin yang keras dapat menyebabkan anak menjadi sulit mengendalikan diri dan kurang responsif dengan lingkungan sekitar. Sedangkan anak yang memiliki

⁴⁵ M. Nur Ghufon & Rini Risnawati. *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 32

pola asuh sehat akan mendorong anak untuk mandiri sehingga tercapainya kualitas pengendalian diri yang baik.

Lingkungan sangat berbeda-beda di setiap tempat baik itu budaya, kebiasaan masyarakat dan sebagainya. Demikian kontrol diri mempengaruhi seseorang sebagai anggota dari lingkungan tersebut.

c. *Manfaat Self Control*

Berikut manfaat-manfaat dari adanya *self control* atau kontrol diri yaitu⁴⁶:

- 1) Memperhatikan dan menyadari kebutuhan untuk diri sendiri. perhatian individu akan teralih untuk memperbaiki diri dibanding memperhatikan urusan orang lain.
- 2) Dapat membatasi hasrat untuk mengendalikan orang lain sehingga individu terlatih untuk memberikan kesempatan kepada orang lain. Dengan begitu, individu akan dinilai dengan pandangan positif di tengah masyarakat.
- 3) Membatasi dan menahan perilaku negatif yang tidak sesuai dengan nilai dan norma yang ada di dalam kehidupan. Kontrol diri yang dilakukan terus menerus dan secara intens, akan melahirkan suatu kebiasaan baru yang sebelumnya sangat berat dilakukan.
- 4) Melatih individu untuk memenuhi kebutuhan secara seimbang tidak kekurangan ataupun kelebihan.

d. *Tingkat Kualitas Self Control*

⁴⁶ Ibid., hlm. 31

Adapun tingkatan pada frekuensi self control di dalam individu yaitu⁴⁷ :

1) *Over Control*

Kontrol diri yang dilakukan individu dengan berlebihan sehingga individu lebih banyak menahan diri saat menghadapi suatu keinginan.

2) *Under Control*

Kecenderungan individu untuk melepas pelampiasan dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.

3) *Appropriate Control*

Kontrol individu dalam upaya mengendalikan diri secara tepat.

H. Metode Penelitian

Pada bagian ini peneliti akan menjelaskan hal-hal yang berkaitan dengan metode penelitian sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Pendekatan kualitatif digunakan untuk mengamati keadaan objek penelitian yang terjadi di lapangan. Hal tersebut sesuai dengan fokus masalah penelitian ini. Data yang diperoleh pada penelitian kualitatif berdasarkan kondisi dan fakta yang terjadi di lapangan berkaitan dengan yang dialami, dirasakan, dan dipikirkan oleh informan dalam penelitian. Hasil dari penelitian dijabarkan dengan deskriptif.

⁴⁷ Ibid., hlm. 29-31

Menurut Packer dalam Kahija, fenomenologi merupakan penelitian reflektif tentang esensi dari kesadaran yang dialami dari perspektif orang pertama.⁴⁸ Istilah penelitian reflektif berarti peneliti memberikan kesempatan dengan bebas kepada partisipan untuk mengekspresikan dunia pengalaman pribadinya.⁴⁹ Berdasarkan definisi tersebut metode penelitian fenomenologi adalah metode penelitian yang bertujuan untuk mengungkap esensi dari kesadaran yang dialami partisipan dengan memberikan kebebasan mengekspresikan pengalaman pribadinya.

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Pengambilan data di dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara dan dokumentasi yang dilakukan di pusat tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah Yogyakarta yang terletak di Pondok Pesantren Qashrul 'Arifin Ngaglik, Sleman. Waktu pelaksanaan dilakukan pada bulan September sampai dengan bulan Oktober 2024.

3. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif subjek penelitian disebut informan, partisipan, atau narasumber. Informan berperan sebagai sumber informasi untuk menggali data berkaitan situasi dan keadaan di lapangan yang diperlukan selama penelitian. Penentuan subjek dilakukan dengan pengkategorian untuk menetapkan subjek penelitian berdasarkan

⁴⁸ YF La Kahija, *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2017), hlm. 36

⁴⁹ Ibid., hlm. 36

pertimbangan dan tujuan penelitian. Peneliti memilih subjek penelitian dengan klasifikasi sebagai berikut:

- 1) Anggota tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah
- 2) Anggota aktif
- 3) Telah menjadi anggota di tarekat tersebut minimal dua tahun
- 4) Berusia 20-29 tahun
- 5) Berdomisili di Provinsi Yogyakarta
- 6) Berjenis kelamin perempuan
- 7) Memiliki pengalaman yang cukup di dalam kegiatan khidmah

Kategorisasi pada pemilihan subjek ditentukan berdasarkan kebutuhan penelitian. Untuk mengetahui kategori subjek tersebut sesuai atau tidak dengan kebutuhan penelitian, maka peneliti berkoordinasi dengan ketua majlis tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah.

Pemilihan kategori anggota aktif diperlukan karena tidak semua anggota tarekat tersebut aktif di dalam berbagai kegiatan. Sebagian anggota merupakan anggota pasif yang datang di waktu-waktu tertentu saja, sedangkan anggota aktif selalu ada di berbagai jenis kegiatan rutin salah satunya khidmah. Sehingga dibanding anggota lainnya, anggota aktif memiliki pemahaman dan pengalaman yang berkaitan dengan khidmah. Subjek penelitian dipilih berjenis kelamin perempuan dengan alasan kesamaan gender. Alasan tersebut disebabkan oleh pengambilan data dan lokasi penelitian dilakukan di lingkungan Pondok Pesantren. Sehingga

melalui berbagai pertimbangan, keputusan mengambil subjek berjenis kelamin perempuan adalah keputusan yang tepat.

Adapun tiga subjek yang menjadi subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar Subjek Penelitian

No.	Nama	Umur	Jenis Kelamin	Keterangan
1.	HW	28 tahun	Perempuan	Karyawan
2.	NS	25 tahun	Perempuan	Ibu Rumah Tangga
3.	SS	23 tahun	Perempuan	Mahasiswa dan Santri

b. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan kondisi yang menggambarkan suatu situasi dari subjek penelitian yang akan diteliti. Istilah sederhana dari objek penelitian adalah pokok permasalahan yang diangkat dan hendak diteliti oleh peneliti. Objek penelitian ini yaitu peran dari kegiatan atau aktivitas khidmah pada anggota tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah. Sehingga dari objek penelitian tersebut, fokus permasalahan penelitian ingin mengetahui peranan khidmah dalam meningkatkan *self control* anggotanya.

4. Metode Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian kualitatif bersifat alamiah sesuai kondisi yang terjadi di lapangan. Pengumpulan data kualitatif dapat

menggunakan metode wawancara, dokumentasi, dan triangulasi data.⁵⁰ Pada penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan yaitu:

a. Wawancara

Wawancara melibatkan subjek penelitian yang sesuai dengan klasifikasi peneliti. Wawancara dilakukan sebanyak dua kali pada subjek HW dan NS dan tiga kali pada subjek SS. Metode wawancara yang digunakan berupa wawancara tidak terstruktur pada wawancara pertama dan wawancara terstruktur pada wawancara kedua. Tujuan dari penggunaan metode ini untuk memperoleh data yang mendalam.⁵¹ Peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang telah dipersiapkan dan memungkinkan adanya pertanyaan terbuka berkaitan dengan tema penelitian. (lihat lampiran panduan wawancara).

b. Dokumentasi

Metode dokumentasi menjadi sumber data tambahan pada penelitian ini. Dokumentasi yang digunakan dapat berbentuk gambar, foto, catatan, ataupun arsip. Sugiyono menyampaikan dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang telah berlalu.⁵² Dengan demikian dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa catatan bukti selama wawancara.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model Miles and Huberman. Menurut Miles and Huberman analisis data dilakukan secara

⁵⁰ Ibid., hlm. 308

⁵¹ Ibid., hlm. 318

⁵² Ibid., hlm. 324

interaktif hingga memperoleh data yang tuntas. Langkah-langkah analisis data tersebut di antaranya, reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*display data*), dan kesimpulan (*conclusion*).⁵³

a. Reduksi Data

Data yang diperoleh di lapangan diseleksi untuk mendapatkan rangkuman data pokok yang diperlukan oleh penelitian. Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal yang penting, mencari tema, dan polanya. Reduksi data dilakukan melalui proses pencatatan dan pengkodean data. Dengan hasil dari reduksi akan mendapatkan gambaran yang lebih jelas.

Reduksi data pada penelitian ini berupa hasil wawancara yang telah terkumpul diseleksi sesuai dengan objek penelitian. Cara reduksi dengan membaca keseluruhan transkrip wawancara terlebih dahulu. Penyeleksian data dilakukan dengan mengelompokkan wawancara berdasarkan tema-tema di dalam tabel.

b. Penyajian Data

Langkah selanjutnya dalam analisis data adalah menyajikan data. Penyajian data penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan bentuk bagan, hubungan antar kategori, uraian singkat, dan sejenisnya. Penyajian data memudahkan peneliti melakukan langkah selanjutnya. Setelah Data yang disajikan dalam penelitian ini dijelaskan melalui uraian singkat.

⁵³ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 246-253.

c. Kesimpulan

Kesimpulan menjadi langkah ketiga dalam analisis data kualitatif. Kesimpulan awal masih bersifat sementara dan dapat berubah. Namun apabila sejak awal didukung bukti-bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan bersifat kredibel. Dengan demikian kesimpulan yang diperoleh dalam pengambilan data dapat menjawab rumusan masalah penelitian. Kesimpulan pada penelitian ini dilakukan dengan cara melihat lembar *member check*. Lembar *member check* berfungsi sebagai penguat hasil penyajian data.

6. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat menggunakan uji kredibilitas, uji *transferability*, uji *dependability*, dan uji *confirmability*.⁵⁴ Penelitian ini menggunakan uji kredibilitas atau uji kepercayaan terhadap data penelitian kualitatif yang telah diperoleh. Uji kredibilitas dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan dalam melakukan penelitian, triangulasi data, diskusi dengan teman sejawat, analisis kasus negatif, dan *member check*.

Peneliti menggunakan *member check* sebagai pengujian keabsahan data. *Member check* digunakan dengan cara melakukan pengecekan temuan dan mengajukan pertanyaan kepada informan. *Member check* dilakukan untuk mengambil temuan kembali pada partisipan dan menanyakan baik secara lisan atau tulisan tentang keakuratan laporan penelitian. Pertanyaan dapat

⁵⁴ Ibid., hlm. 270.

meliputi berbagai aspek, misal kelengkapan deskripsi data dan interpretasi yang representatif serta terpercaya.⁵⁵

Pelaksanaan *member check* dilaksanakan setelah periode pengumpulan data selesai, mendapat hasil, atau kesimpulan..⁵⁶ Dalam penelitian ini *member check* dilakukan setelah hasil pengamatan peneliti selesai.



⁵⁵ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Fenomenologi*, (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2020), hlm. 110.

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hlm. 276.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Peran khidmah pada tarekat Naqsyabandiyyah Khalidiyyah memiliki peranan untuk meningkatkan *self control* anggotanya melalui latihan fisik, spiritual, dan emosional. Aktivitas khidmah yang melibatkan tugas-tugas seperti memasak, berkebun, dan bersih-bersih berperan dalam memberikan pengalaman praktis yang berfungsi untuk mendidik kedisiplinan, bertanggung jawab, dan konsisten dalam menjalankan tugas.

Khidmah tidak hanya berperan untuk melatih keterampilan praktis tetapi juga menguatkan nilai-nilai spiritual seperti keikhlasan, kesabaran, dan ketulusan. Melalui khidmah, anggota tarekat diarahkan untuk menata niat, mengendalikan hawa nafsu, dan mengatasi tantangan emosional seperti rasa malas, lelah, atau tekanan. Hal ini berperan untuk memberi keseimbangan antara aspek fisik dan spiritual yang memperkuat kontrol diri.

Selain itu, peran khidmah membantu untuk menghadapi berbagai hambatan, seperti masalah waktu dengan aktivitas lain atau gangguan emosional melalui strategi seperti manajemen waktu yang baik, manajemen prioritas, dan penguatan niat spiritual. Dukungan sosial dari anggota tarekat lainnya juga berperan dalam menciptakan lingkungan yang baik untuk pertumbuhan *self control*.

Dengan demikian, khidmah menjadi berperan untuk meningkatkan kontrol diri melalui pengembangan karakter disiplin, tangguh serta membangun

kemampuan mengendalikan diri dalam berbagai situasi. Proses ini tidak hanya meningkatkan kualitas individu tetapi juga mendorong terciptanya perubahan sosial yang positif dalam lingkungannya.

B. Saran

1. Bagi Praktisi Konseling Islam

Peneliti Menyarankan kepada praktisi konseling Islam dapat mengembangkan berbagai teknik konseling Islam yang lebih luas. Pendekatan dalam agama Islam memiliki potensi sebagai pengobatan kesehatan mental dan penyelesaian masalah. Upaya tersebut pastinya dapat dilakukan dengan pengembangan keilmuan yang lebih luas dengan meningintegrasikan pengobatan Islam dengan ilmu Konseling yang lebih luas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap temuan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan untuk mengembangkan teori yang berkaitan dengan khidmah dalam pembentukan *self control*. Dalam penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih detail terkait kegiatan Tarekat atau pengobatan Islam. Dengan begitu penelitian selanjutnya dapat memberikan dampak yang lebih besar dalam bidang pengetahuan dan konseling Islam.

DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, & Calhoun. (1990). *Psychology of Adjustment Human Relationship* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Ajizah, L., & Hariyanto. (2022). Penguatan Khidmah Santri Melalui Pendampingan Berbasis Nilai. *As-Sidanah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 79-86.
- Asy'ari, H. (2014). *Khittah dan Khidmah NU*. Majma' Buhuts An-Nahdliyah.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2014). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dewanda, A. A. (2024). Mengubah Pemahaman Konsep Istikharah Dari Bertanya Menuju Berserah Diri. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan (JKPPK)*, 2(1), 118-129.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Hamzah, A. (2020). *Metode Penelitian Fenomenologi*. Literasi Nusantara Abadi.
- Handika, A. S. (2022). *Terapi Ruqyah Syar'iyah dalam Membantu Mengatasi Gangguan Psikis (Studi pada Pasien Kampung Qur'an Bongbak, Desa Mekarsari, Kec. Cinangka)*.
- Hidayah, N. R. (2020). Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kenakalan Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Mulawarman*, 8(4), 63-71.
- Isdianto, A., & Fitriani, N. (2024). Efektivitas Terapi Ruqyah Dalam Menangani Kecemasan, Depresi dan Gangguan Tidur. *Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 12(3), 82-89.
- Kabbani, S. M. H. (1995). *Manaqib Syaikh Baha'uddin Naqshbandi. The Secret of Golden Chain Naqshbandi Sufi Mawlana Syaikh Muhammad Hisyam Kabbani qs*. Kazi Publications.
- Kahija, Y. la. (2017). *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Penerbit Kanisius.
- Karnedi, R. (2019). Tarikat Dalam Lintas Sejarah (Studi Masuknya Tarikat Naqsyabandiyah di Kabupaten Kaur), Tsaqofah dan Tarikh. *Jurnal Kebudayaan Dan Sejarah Islam*, 2(1), 121-132

- Khozin, N., & Fauzi, A. (2023). Internalisasi Nilai Khidmah Himpunan Alumni Santri Lirboyo (HIMASAL) Provinsi Lampung. *Journal of Multidiciplinary Islamis Studies*, 1(2), 239-254.
- Kristi Dwi Utami. (2024, September 9). *Pelajar SD di Semarang Jadi Korban Kekerasan oleh Pelajar SMP, Motif Pelaku Didalami*. Kompas. <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2024/09/09/pelajar-sd-di-semarang-jadi-korban-kekerasan-oleh-pelajar-smp-motif-pelaku-didalami>
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Praticice and Research*, 3(2), 65-69.
- Martin, A. D. (2006). *Smart Emosion: Strategi Jitu Mengelola Emosi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Maulana, R. (2021). *Studi Fenomenologi : Peran Shalat Istikharah Dalam Upaya Penyembuhan Fisik dan Mental di Pesantren Al-Ukhuwah Cianjur* .
- McGonigal, & Kelly Dharmasusila. (2013). *Bagaimana Pengendalian Diri Bekerja, Mengapa Dia Penting, dan Apa yang Dapat Anda Raih Lebih Banyak dari Hal Tersebut* . Elex Media Komputindo.
- Mulyadi, Rahardjo, & Asmarany. (2016). *Psikologi sosial*. Penerbit Gunadarma.
- Mulyati, S. (2006). *Mengenal dan Memahami Tarekat-Tarekat Muktabarah di Indonesia* . Kencana.
- Mun'im, M. I. (2023). Pembinaan Sikap Khidmah dan Tawaduk Pada Santri di Pondok Pesantren An-Nur Tuntang Semarang 2023. *Comunity Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 5238-5246.
- Nugraha, A. B., & Ajie, G. R. (2019). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama Terhadap Kontrol Diri. *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 2(3), 408-414.
- Nugroho, B. A., & dkk. (2022). Regulasi Emosi Pada Pengikut Tarekat Syatariyah. *JIP Candrajiwa: Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 7(2), 234-239.
- Nuruni, & Kustini. (2011). Experiential Marketing, Emotional Branding, and Brand. *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan*, 7(1), 40-56.
- Qadim, H. (2022). Suluk Sebagai Metode Pengendalian Emosi bagi Tarekat Naqsyabandiyah. *Jurnal Intizar UIN Raden Fatah Palembang*, 28(1), 51-59.

- Rama, H. (2023, August 10). *Konflik Perusahaan Keluarga di Depok: Anak Serang Orang Tua Pakai Golok, Ibu Tewas, Bapak Terluka*. Tribunnews. <https://tangerang.tribunnews.com/2023/08/10/konflik-perusahaan-keluarga-di-depok-anak-serang-orangtua-pakai-golok-ibu-tewas-bapak-terluka>
- Sabrina, C., & Thea, T. (2020). *Seni Mengendalikan Emosi*. Immortal Pubhling.
- Samsudin, & Kuncoro, A. T. (2022). Tradisi Khidmah dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Progress: Wahana Kreativitas Dan Intelektualitas*, 10(1), 1-20.
- Setiadi. (2019). *Perilaku Konsumen: Perspektif Kontemporer pada Motif, Tujuan, dan Keinginan Konsumen Edisi Ketiga* (3rd ed.). Kencana Prenada Media Group.
- Sholikhin, A. (2023). *Tarekat Sebagai Sistem Pendidikan Tasawuf*. Deepublish.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Susetya, W. (2008). *Biografi Nafsu Manusia*. Diva Press.
- Torang, S. (2014). *Organisasi & Manajemen (Perilaku, Struktur, Budaya & Perubahan Organisasi)*. Alfabeta.
- Waryono, & Ghafur, A. (2005). *Tafsir Sosial*. elSAQ Press.
- Zainurrohman, A., & dkk. (2021). Analisis Konsep Ta'dhim Santri Kepada Guru dan Relevansinya di Era Sekarang. *Jurnal Profesi Pendidikan Dan Keguruan ALPHATEACH*, 2(5), 1-5.
- Zulfah. (2021). Karakter: Pengendalian Diri. *IQRA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 54-67