

**METODE TERAPI AKHLAK “ANATOMI TUBUH MANUSIA” DI  
PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP)**

**KEDIRI**

**SKRIPSI**

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh  
gelar Sarjana Pendidikan Agama Islam (S.Pd)



Oleh :

**Dian Nur Rohmawati**

9321.039.15

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
JURUSAN TARBIYAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

**2019**

HALAMAN PENGESAHAN

METODE TERAPI AKHLAK “ANATOMI TUBUH MANUSIA” DI  
PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP) KEDIRI

DIAN NUR ROHMAWATI

NIM. 9321.039.15

Telah diujikan di depan sidang Munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)  
Kediri pada tanggal 16 Mei 2019

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

**Dr. Noer Hidayah, M.Si**

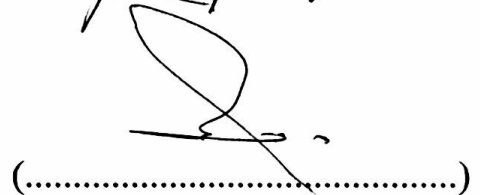
NIP. 19770109 200501 2 002



2. Penguji I

**Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd**

NIP. 19730709 200604 2 001



3. Penguji II

**Dra. Fartika Ifriqia, M. Pd**

NIP. 19660811 199903 2 002



Kediri, 16 Mei 2019



**Dr. Anwar, M. Ag**

NIP. 19640503 199603 1 001

## HALAMAN MOTTO

وَمَا أَصَابَكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ ۝۳۰

Dan musibah apa pun yang menimpa kamu adalah karena perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah Memaafkan banyak (dari kesalahan-kesalahanmu).

(QS. Asy-Syūrā: 30)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan memanjatkan puji syukur alhamdulillah atas segala nikmat dan karunia Allah SWT, sehingga penulis menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Sholawat salam tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Orang tuaku tercinta Bapak Muhammad dan Ibu Saodah, yang telah mendidik, membimbing, memberi motivasi dalam hidupku dan tak lupa selalu mendoakanku disetiap langkah kakiku. Adikku tercinta Mabrurotul Umami yang setiap minggu selalu menanyakan kapan aku pulang.

Romo Kyai Anwar Iskandar selaku pengasuh Pondok Pesantren Al-Amien Ngasinan Rejomulyo Kediri, yang selalu diharapkan barokah doanya.

Semua dosen, guru, dan ustadz-ustadzahku yang telah memberikan ilmunya kepadaku sehingga bisa sampai sekarang.

Seluruh pihak Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri yang membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Sahabat-sahabatku tercinta dari IAIN Kediri, Pondok Pesantren Al-Amien, Markas Sayyidah Aisyah serta teman-teman seperjuangan yang tak bisa disebutkan satu persatu.

Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

## ABSTRAK

DIAN NUR ROHMAWATI, Dosen Pembimbing Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd dan Dra. Fartika Ifriqia, M. Pd: Metode Terapi Akhlak “Anatomi Tubuh Manusia” di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, Pendidikan Agama Islam, Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, IAIN Kediri, 2019.

Kata kunci : Metode Terapi Akhlak “*Anatomi Tubuh Manusia*”

Akhlak merupakan hal yang sangat penting dalam Islam. Seorang muslim yang memiliki akhlak terpuji termasuk orang yang sangat dicintai oleh Rasulullah SAW. Dengan akhlak terpuji akan membuat kondisi badan menjadi sehat, jika tidak memiliki akhlak terpuji badan menjadi sakit. Penyakit itu berasal dari seseorang yang sering mengumbar hawa nafsunya, sehingga Allah menurunkan peringatan kepada manusia agar kembali ke jalan yang benar. Untuk membahas hal tersebut, terdapat beberapa rumusan masalah yaitu: 1) Bagaimana Metode Terapi Akhlak “anatomi tubuh manusia” di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri? 2) Bagaimana Hasil Terapi Akhlak “anatomi tubuh manusia” Pada Kesehatan Pasien di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri?

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kualitatif studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa 1) Metode terapi akhlak “anatomi tubuh manusia” di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri dengan metode wawancara, metode bimbingan kelompok, metode yang dipusatkan pada keadaan klien, metode pencerahan, senam pernafasan dan jurus sinar perak. 2) Hasil Terapi Akhlak “anatomi tubuh manusia” pada kesehatan pasien di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri antara lain, metode wawancara, dapat diketahui penyakit yang dialami pasien. Metode bimbingan kelompok, pasien mengungkapkan apa yang dirasakannya. Metode yang dipusatkan pada keadaan klien, memudahkan pembimbing untuk mengidentifikasi penyakit berdasarkan daftar penyakit dan penyebabnya. Setelah itu, memberikan nasihat dan mengajak berdoa bersama. Metode pencerahan, pasien memahami penjelasan ayat dalam al-Quran. Senam pernafasan berdampak pada kesehatan pasien, yaitu menurunkan stress, meningkatkan denyut jantung, menurunkan rasa cemas dan emosi. Jurus sinar perak akan membuat lebih berkonsentrasi, mengendalikan emosi dan sabar dan fokus.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengenai Metode Terapi Akhlak “Anatomi Tubuh Manusia” di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri.

Sholawat salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya. Semoga kelak di hari kiamat kita mendapatkan syafaatnya. Penulis menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Nur Chamid, MM. selaku Rektor IAIN Kediri
2. Ibu Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd dan Ibu Dra. Fartika Ifriqia, M. Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
3. Bapak Dr. H. Ali Anwar, M. Ag., selaku Dekan Tarbiyah IAIN Kediri, Bapak dan Ibu Dosen serta staf Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kediri.
4. Bapak H. Anang S. Moelyanto, SH. MM selaku ketua Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, asisten pelatih dan anggota Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Orang tuaku tercinta Bapak Muhammad dan Ibu Saodah, yang telah memberikan doa, dukungan dan motivasi selama penulis menyelesaikan studi. Adikku tersayang Mabrurotul Umami yang setiap minggu selalu merindukanku.
6. Sahabat-sahabat seperjuangan IAIN Kediri yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Sahabat-sahabat Markas Sayyidah Aisyah yang bersedia mendengarkan cerita dan menyemangati penulis agar berhasil dan selesai dalam menyelesaikan studi.
8. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis satu persatu yang bersedia memberikan motivasi kepada peneliti.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, penulis berharap kepada semua pihak yang membaca, agar memberikan saran dan kritik yang membangun sebagai perbaikan penelitian selanjutnya. Penulis berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya. *Aamiin.*

Kediri, 2 Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
NOTA DINAS .....	iii
NOTA PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I    PENDAHULUAN .....	1
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kegunaan Penelitian .....	9
E. Telaah Pustaka .....	10
BAB II    LANDASAN TEORI .....	15
A. Kajian Tentang Metode Terapi.....	15
1. Pengertian Metode Terapi .....	15



2. Metode Terapi.....	18
B. Kajian Tentang Akhlak.....	20
1. Pengertian Akhlak .....	20
2. Tujuan Akhlak .....	21
3. Macam-Macam Akhlak .....	23
4. Ruang Lingkup Akhlak .....	24
5. Proses Pembentukan Akhlak .....	26
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Pendekatan dan Penelitian .....	29
B. Kehadiran Peneliti .....	30
C. Lokasi Penelitian .....	31
1. Sejarah Berdiri Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak	31
2. Profil Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak Kediri....	33
3. Visi Misi Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak Kediri	34
4. Tujuan Berdiri Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak	34
5. Janji Anggota Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak..	35
6. Jadwal Latihan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak	35
7. Sarana Prasarana Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak	36
8. Struktur Organisasi Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak .....	37
9. Kegiatan Tahunan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak .....	38
D. Sumber Data .....	39

E. Metode Pengumpulan Data .....	40
F. Analisis Data.....	43
G. Pengecekan Keabsahan Data .....	45
H. Tahap-Tahap Penelitian .....	46
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN .....	44
A. Paparan Data.....	48
B. Temuan Penelitian .....	96
BAB V PEMBAHASAN.....	106
A. Metode Terapi Akhlak “Anatomi Tubuh Manusia” di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri.....	106
B. Hasil Terapi Akhlak “Anatomi Tubuh Manusia” pada Kesehatan Pasien di Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri .....	118
BAB VI PENUTUP .....	129
A. Kesimpulan.....	129
B. Saran .....	130
DAFTAR PUSTAKA .....	132
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

## **DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 1. Jadwal Latihan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri.....	35
Tabel 2. Susunan Kepengurusan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri.....	36
Tabel 3. Data siswa Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri.....	37

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Metode Wawancara.....	55
Gambar 2. Bimbingan Kelompok .....	58
Gambar 3. Pembimbing Mengobati Pasien.....	72
Gambar 4. Kajian al-Qur'an .....	75
Gambar 5. Senam Pernafasan .....	78
Gambar 6. Jurus Sinar Perak .....	81
Gambar 7. Latihan Gabungan .....	82

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Instrumen Penelitian
- Lampiran 2. Surat Keputusan Guru Besar Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak
- Lampiran 3. Anggaran Dasar Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak
- Lampiran 4. Anggaran Rumah Tangga Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak
- Lampiran 5. Senam Pernafasan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri
- Lampiran 6. Jurus Pernafasan Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri
- Lampiran 7. Penyakit dan Penyebabnya
- Lampiran 8. Panduan Pengobatan Alternatif Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri
- Lampiran 9. Anatomi Tubuh Manusia
- Lampiran 10. Doa Ustadz Danu
- Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 12. Surat Penelitian dari IAIN Kediri
- Lampiran 13. Surat Keterangan dari Perguruan Beladiri Pernafasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri
- Lampiran 14. Lembar Konsultasi
- Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup

## NOTA PEMBIMBING

Kediri, 1 Mei 2019

Nomor :  
Lampiran : 4 (empat skripsi)  
Hal : Penyerahan Skripsi

Kepada  
Yth. Bapak Rektor Institut  
Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07- Ngronggo  
Kediri

Assalaamu'alaikum Wr. Wb.

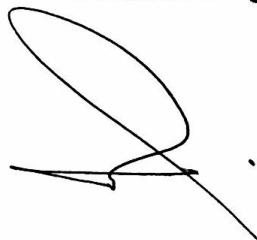
Bersama ini kami kirimkan skripsi mahasiswa :

Nama : DIAN NUR ROHMAWATI  
NIM : 9321.039.15  
Judul : METODE TERAPI AKHLAK "ANATOMI TUBUH  
MANUSIA" DI PERGURUAN BELADIRI  
PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP) KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya sesuai dengan beberapa petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqosah yang dilakukan pada tanggal 16 Mei 2019, kami dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



(Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd)  
NIP. 19730709 200604 2 001

Pembimbing II



(Dra. Fartika Ifriqia, M.Pd)  
NIP. 19660811 199903 2 002



**PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR  
PERAK (PB PSP) KEDIRI**  
**Jl. Ir. Sutami No. 32 Banjaran, Kota Kediri Jatim**  
**Telp. 0354 691812.**

---

---

**SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Perguruan Beladiri Pernaafasan Sinar Perak (PB PSP) Kediri menerangkan bahwa:

Nama : **Dian Nur Rohmawati**  
Nomor Induk : 932103915  
Semester : Genap  
Fakultas/Prodi : FTIK/ Pendidikan Agama Islam (PAI)  
Tahun akademik : 2018/2019  
Perguruan Tinggi : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri

Telah melaksanakan Riset/ Penelitian di Perguruan Beladiri Pernaafasan Sinar Perak (PB PSP) Kediri sejak tanggal 1 s/d 31 Maret 2019 .  
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Kediri, Maret 2019

Ketua Perguruan

**H. Anang S. Moelyanto, SH.MM**

**NOTA DINAS**

Kediri, 1 Mei 2019

Nomor :  
Lampiran : 4 (empat skripsi)  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth. Bapak Rektor Sekolah Tinggi  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07- Ngronggo  
Kediri

Assalaamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Rektor untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : DIAN NUR ROHMAWATI  
NIM : 9321.039.15  
Judul : METODE TERAPI AKHLAK "ANATOMI TUBUH MANUSIA" DI PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP) KEDIRI

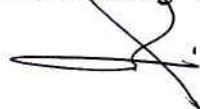
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



(Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd)  
NIP. 19730709 200604 2 001

Pembimbing II



(Dra. Fartika Ifriqia, M. Pd)  
NIP. 19660811 199903 2 002



**Halaman Persetujuan**

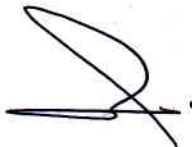
**METODE TERAPI AKHLAK “ANATOMI TUBUH MANUSIA” DI  
PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP) KEDIRI**

**DIAN NUR ROHMAWATI**

**NIM. 9321.039.15**

**Disetujui oleh:**

**Pembimbing I**



**(Salma Sunaiyah, S. Ag. M. Pd)**  
**NIP. 19730709 200604 2 001**

**Pembimbing II**



**(Dra. Fartika Ifriqia, M.Pd)**  
**NIP. 19660811 199903 2 002**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**(IAIN) KEDIRI**

Jalan Sunan Ampel No. 7 Ngronggo Kota Kediri Jawa Timur Kode Pos 64127  
Telepon. (0354) 689282, Faximile. (0354) 686564  
Website: www.iainkediri.ac.id

Nomor : 0109/In.36/PP.009/01/2019  
Lamp. : 1 (satu) berkas  
Hal : **MOHON IZIN RISET/PENELITIAN**

Kediri, 29 Januari 2019

Kepada Yth.

**PERGURUAN BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP)**  
**KEDIRI**

Di  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat kami beritahukan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : DIAN NUR ROHMAWATI  
Nomor Induk : 932103915  
Semester : Genap  
Fakultas/Jurusan : Tarbiyah / Pendidikan Agama Islam  
Tahun Akademik : 2018/2019

Dalam rangka menyelesaikan studi dan menyusun skripsinya perlu melakukan penelitian lapangan. Untuk itu kami mohon agar mahasiswa yang bersangkutan diberi izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian di wilayah/lembaga yang menjadi wewenang Bapak/Ibu, dalam bidang-bidang yang terkait dengan judul Skripsinya, yaitu :

**METODE TERAPI AKHLAK ANATOMI TUBUH MANUSIA DI PERGURUAN  
BELADIRI PERNAFASAN SINAR PERAK (PBP SP) KEDIRI**

Mahasiswa yang melaksanakan riset/penelitian, berkewajiban mentaati semua peraturan yang berlaku di lembaga/instansi tempat penelitiannya.

Demikian, atas perkenan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



**TEMBUSAN** disampaikan kepada :

1. Yang Bersangkutan
2. Pertinggal