

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Sebagai manusia kita mempunyai beberapa peran yang disebutkan dalam al-Qur'an yakni sebagai makhluk biologis, makhluk psikologis, makhluk sosial, dan makhluk religius. Sebagai makhluk sosial yang tidak lepas hubungannya dengan orang lain. Semakin dewasa seseorang masalah akan semakin kompleks. Maka pentingnya memiliki *self of control* bagi setiap orang dalam menghadapi masalah yang dialami. Persoalan interaksi dalam diri manusia merupakan persoalan utama dan berperan penting pada keberlangsungan hidup manusia zaman ini yang nantinya akan menentukan sikap interaksi antar manusia lain. Beberapa persoalan muncul antara lain bagaimana manusia menghadapi perkembangan teknologi yang berkembang pesat. Kenyataan yang ada zaman modern ini bahwa kemajuan teknologi informasi berkembang lebih cepat. Kurangnya ketrampilan dalam mengolah diri manusia justru dapat membuat tidak terkendali bahkan mengalami depresi, disebabkan kurangnya pemahaman diri dan tidak ada upaya membangun spiritual untuk mengimbangi kemajuan teknologi serta ilmu pengetahuan. Mengetahui hal tersebut *self of control* sangat diperlukan bagi manusia yang nantinya mudah dalam beradaptasi dalam menghadapi zaman sekarang ini serta menjalankan kehidupan sesuai dengan aturan. Menghadapi era sekarang memiliki *self of control* yang baik sangatlah penting bagi seseorang agar dapat menghadapi

perubahan yang terjadi serta menempatkan diri sesuai di tengah arus ragam budaya yang berkembang. *Self of control* merupakan suatu bentuk kekuatan pengendalian diri seseorang untuk tidak melakukan perilaku negatif dan senantiasa melakukan perbuatan positif baik terhadap diri sendiri dan orang lain. Hal ini yang seharusnya dimiliki setiap manusia.

Self of control merupakan bagian dari kepribadian, setiap orang memiliki *self of control* berbeda ada yang tinggi dan juga rendah. Memiliki *self of control* suatu hal wajib bagi setiap orang sebagai bekal membina diri agar memiliki hubungan sehat terhadap diri sendiri, hubungan sosial antar sesama, hidup menjadi nyaman, sederhana, terarah, dan terhindar dari perilaku negatif. Terdapat penelitian Tangney, Baumeister, & Boone menuliskan bahwa *self of control* yang tinggi memiliki kaitan dengan penyesuaian diri yang lebih baik menjadi pribadi yang memiliki keberhasilan dalam bidang akademis, makan dengan seperlunya, tidak menggunakan alkohol, memiliki hubungan yang lebih baik dan ketrampilan interpersonal yang baik. Sebaliknya jika seseorang memiliki *self of control* yang rendah ia akan sulit untuk berhubungan dengan orang lain dan akan mengalami penolakan dan menjadikan dirinya selalu tidak tenang.¹

Wright, Caspi, Moffitt, & Silva meneliti bahwa *self of control* berhubungan dengan ikatan sosial seseorang, jika memiliki *self of control* yang rendah akan mengakibatkan perilaku negatif berupa tindak kriminal dan membuat hubungan

¹Tangney, J.P., et. al., ‘‘High Self Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success’’, Journal Of Personality, Vol. 72, No. 2, 2004, 271-324.

sosial semakin renggang.² Manusia modern sekarang kurang memiliki nutrisi spiritual, kebutuhan akan kedamaian hati sangat diperlukan yakni dengan membangun diri dengan berbagai ketaatan karena memang manusia ditugaskan untuk hanya beribadah kepada Allah sebagai benteng diri agar tetap kuat menghadapi berbagai problema hidup karena beribadah merupakan sarana untuk membersihkan hati dan membuat pribadi semakin baik jika ibadahnya benar.

Berdasarkan penuturan Kiai Asy'ari yang merupakan pengasuh Pondok Pesantren Yambu'ul Qur'an dan imam jamā'ah *qiyāmul lail*, bahwa masyarakat sekitar memiliki sifat bangga diri terhadap kekayaan harta cenderung pelit serta gampang menyepelkan orang lain. Akan tetapi masih merasakan ketidaktenangan dalam hidupnya selalu kurang, serta kurangnya yakin dan pasrah kepada Allah.³ Dengan adanya kegiatan *qiyāmul lail* diharapkan dapat memberi solusi kepada masyarakat akan pentingnya memiliki kesadaran diri yang dapat membuahkan akhlak baik kepada sang khaliq serta akan memberikan efek perilaku baik kepada diri sendiri, keluarga, maupun sesama. Observasi awal penulis menemukan bahwa jamā'ah *qiyāmul lail* muṣala Rauḍah al-Jannah rata-rata memiliki kepribadian yang baik ketika dirinya mulai mengikuti *qiyāmul lail* yang sebelumnya merupakan pribadi yang kurang baik kini sudah mengalami perubahan positif.

Latar belakang jamā'ah sebelum mengikuti kegiatan *qiyāmul lail* merupakan orang yang awam tentang agama kegiatannya hanya fokus pada

²Wright, et. al., "Low Self-Control, Social Bonds, And Crime: Social Causation, Social Selection, Or Both?", *Criminology*, Vol. 37, No. 3, 1999, 480.

³Muhammad Asy'ari, Imam Jamā'ah *Qiyāmul Lail*, Kediri, 10 September 2020.

pekerjaan sehingga muncul rasa tidak tenang dalam hidupnya. Namun setelah mengikuti kegiatan *qiyāmul lail* hidupnya mengalami perubahan positif. Misalnya penuturan NH sebelum mengikuti *qiyāmul lail* merupakan orang yang gampang susah ketika ada masalah yang dirasakan pikirannya berat dan sulit dalam mengatasinya ketika kenal dengan kegiatan *qiyāmul lail* HR merasakan pikiran menjadi tenang dan tertata dalam menghadapi masalah sekarang sudah tidak merasa berat.⁴ Sementara MY mengaku bahwa semenjak mengikuti *qiyāmul lail* ibadah wajib senantiasa didahulukan sebab dahulu MY selalu mengutamakan pekerjaan di atas segalanya, kini hidupnya merasa damai masalah apapun tidak merasakan beban dan tidak terlalu memikirkan masalah karena MY sudah memiliki sikap pasrah kepada Allah yakin betul semua adalah pengaturan Allah.⁵

Dari fakta tersebut penulis menduga bahwa *qiyāmul lail* memiliki efek yang positif bagi kepribadian seseorang dalam penelitian ini kepribadian di namakan *self of control*. *Self of control* merupakan kemampuan untuk mengatur tingkah laku diri agar terhindar dari perilaku negatif yang merugikan diri maupun orang lain. Tingkat *self of control* setiap orang memanglah berbeda-beda, dikatakan mempunyai *self of control* tinggi tertulis dalam penelitian Tangney, Baumeister, & Boone bahwa seseorang yang memiliki tingkat *self of control* tinggi tinggal di lingkungan keluarga yang positif dibandingkan dengan masyarakat yang berasal dari keluarga yang tidak harmonis. Dapat meningkatkan kemampuan bergaul dengan orang lain.

⁴NH, Jamā'ah *Qiyāmul Lail*, Kediri, 5 Agustus 2020.

⁵MY, Jamā'ah *Qiyāmul Lail*, Kediri, 9 Agustus 2020.

Self of control dapat membentuk hubungan yang baik, meningkatkan empati, serta kesediaan untuk memaafkan orang lain.

Penulis menemukan bahwa kegiatan rutin *qiyāmul lail* berkaitan dengan hubungan spiritual yang dilakukan para jamā'ah muṣala Rauḍah al-Jannah salah satunya adalah kegiatan *qiyāmul lail* yang diadakan di mushola tersebut. Adapun manfaat *qiyāmul lail* telah disebutkan Rasulullah dalam hadis yang berbunyi.

عَنْ حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ، حَدَّثَنَا أَبُو النَّضْرِ، حَدَّثَنَا بَكْرُ بْنُ خُنَيْسٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ الْقُرَيْشِيِّ، رِبِيعَةَ بْنِ يَزِيدَ، عَنْ أَبِي إِدْرِيسَ الْخَوْلَانِيِّ، عَنْ بِلَالٍ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ "عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ وَإِنَّ قِيَامَ اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ وَتَكْفِيرٌ لِلْسَيِّئَاتِ وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ".

‘Hendaknya kalian mengerjakan *qiyāmul lail*, sesungguhnya itu adalah kebiasaan orang-orang saleh sebelum kamu, pendekatan kepada Allah Ta’ala, dapat mencegah dari berbuat dosa, menghapus kejahatan dan menjauhkan penyakit dari badan’.⁶

Tujuan diadakan kegiatan tersebut menurut pendiri jamā'ah yaitu Kiai Muhammad Asy’ari untuk menata hati, mengenal diri, agar kenal ilahi melalui ṣalat dan dzikir *qiyāmul lail*.⁷ Dalam Islam disebutkan bahwa baik buruknya perilaku seseorang tergantung hatinya. Oleh karena itu kegiatan *qiyāmul lail* tersebut memiliki tujuan untuk menata hati agar menjadi pribadi yang baik terhadap diri sendiri ataupun orang lain. Bahwa kondisi hati nantinya berkaitan dengan *self of control* yang dimiliki seseorang. Oleh sebab itu Rasulullah menggambarkan kepada kita tentang hati dalam sabdanya sebagai berikut.

⁶ HR. Al-Tirmidzi, Al-Hakim, dan Al-Baihaqi. Hadis tersebut disahihkan oleh Al-Albani dalam *Shahih Al-Jami’* no. 3958.

⁷ Muhammad Asy’ari, Imam Jamā’ah *Qiyāmul Lail*, Kediri, 5 Juni 2020.

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةً إِذْ صَلَحَتْ صَالِحَ الْجَسَدِ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا
وَهِيَ الْقَلْبُ

“Ketahuilah! Sesungguhnya dalam tubuh ini ada segumpal daging, apabila ia baik maka baiklah seluruh tubuh. Dan apabila ia rusak, maka rusaklah seluruh tubuh. Ketahuilah! Ia adalah hati”.⁸

Apabila hati seseorang bersih maka perbuatan yang dinampakkan akan baik dan akan berperilaku baik kepada sesama, begitu sebaliknya jika hati menjadi kotor perbuatan yang dihasilkan akan meresahkan orang lain. Kaitanya dengan *self of control* dalam Islam pengertiannya serupa dengan kesabaran. Menurut Al-Ghazali *self of control* atau kesabaran yang baik akan mengantarkan pada kekuatan karakter seseorang. *Self of control* membutuhkan kematangan spiritual ditambah disiplin diri berupa *tazkiyatun-nafs* dan *riyāḍoh* yang membuat seseorang yakin akan balasan Allah. Karena itu seseorang yang matang spiritual akan mampu menahan diri dari kesenangan terlarang yang bersifat sementara.⁹

Berdasarkan paparan tersebut penulis ingin mengetahui apakah jamā’ah memiliki *self of control* tinggi disebabkan dari keaktifan *qiyāmul lail* dan apakah nantinya *qiyāmul lail* dapat menjadi solusi bagi orang yang memiliki *self of control* rendah. Maka penulis mengambil judul penelitian “*Self of Control* Jamā’ah Muṣala Raudah al-Jannah Desa Jarak Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri Ditinjau dari Keaktifan Mengikuti *Qiyāmul Lail*”. Diharapkan penulis menemukan suatu keilmuan bermanfaat yang dapat menambah wawasan keislaman khususnya pada bidang Tasawuf dan Psikoterapi.

⁸ HR. Bukhari No. 52 dan Muslim No. 1599.

⁹ Abdullah F, “*Virtues and Character development in Islamic Ethics and Positive Psychology*”, International Journal of Education and Social Sciences, 2014, 69-77.

B. Fokus Penelitian

Dilihat dari latar belakang tersebut dapat diketahui fokus penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan *qiyāmul lail* yang dilakukan di muşala Rauḍah al-Jannah desa Jarak Plosoklaten Kediri?
2. Bagaimana keaktifan jamā'ah dalam mengikuti *qiyāmul lail* di muşala Rauḍah al-Jannah?
3. Bagaimana *self of control* dari jamā'ah ditinjau dari keaktifan mengikuti *qiyāmul lail*?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui *qiyāmul lail* yang dilaksanakan di muşala Rauḍah al-Jannah desa Jarak Plosoklaten Kediri serta keaktifan para jama'ah *qiyāmul lail* dan bagaimana kondisi *self of control* jamā'ah yang mengikuti kegiatan tersebut.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian adalah:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian yang dilakukan berguna untuk menambah khazanah kepustakaan dalam bidang keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi diharapkan dapat memberikan kebermanfaatan dalam pengembangan ilmu pengetahuan keislaman dan umum.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Lembaga

- 1) IAIN Kediri, penelitian ini dapat memberikan kontribusi wacana keilmuan Islam dan sebagai bahan untuk pengembangan ilmu pengetahuan IAIN Kediri. Serta diharapkan masyarakat IAIN Kediri mampu memahami dan bisa mengamalkan *qiyāmul lail* dalam membina *self of control*-nya.
- 2) Muşala Rauḍah al-Jannah, penelitian diharapkan dapat menjadi acuan dan bahan evaluasi untuk membantu mengendalikan *self of control* masyarakat melalui kegiatan *qiyāmul lail* serta menjadi motivasi masyarakat luas agar mengikuti kegiatan tersebut.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dalam penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya dengan mengkolaborasikan dengan disiplin ilmu lainnya menambah objek penelitian lebih banyak atau mengaitkan dengan hal lain sebagai upaya untuk mengembangkan penelitian ini.

E. Telaah Pustaka

Penelitian atau kajian mengenai *self of control* dan *qiyāmul lail* sudah banyak dilakukan berbagai kalangan. Beberapa di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Dina Audi Fasilita yang terdapat dalam *Journal of Social and Industrial Psychology* Vol. 1, No. 2, tahun 2012, berjudul ‘Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresif Ditinjau dari Usia Satpol PP Kota Semarang’. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan kontrol diri dari anggota Satpol PP dewasa awal antara usia 29-40 usia dewasa madya 41-55 tahun. Diperoleh hasil

bahwa anggota Satpol PP usia dewasa madya lebih tinggi dibanding *mean ranks* anggota Satpol PP pada usia dewasa awal, maka dapat dikatakan rata-rata Anggota Satpol PP Kota Semarang memiliki kontrol diri terhadap perilaku agresif lebih baik di banding anggota Satpol PP usia dewasa awal. Anggota Satpol PP usia dewasa awal memiliki kemampuan menunda kepuasan dalam bertindak agresif lebih baik daripada kemampuan membangun prestasi dirinya dalam bekerja. Adapun anggota Satpol PP usia dewasa madya kemampuan dalam melawan godaan melakukan pelanggaran sosial lebih baik daripada keyakinannya dalam meraih kesuksesan dalam pekerjaan. Bisa dikatakan bahwa usia sangat mempengaruhi pada tingkat kontrol diri seseorang di karenakan semakin bertambah usia seseorang akan semakin matang emosinya.

2. Jurnal Psikologi oleh Zulva Pujawati e-Journal Psikologi, Volume 4, Nomor 2, tahun 2016 yang berjudul '*Hubungan Kontrol Diri dan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Disiplin Pada Santri di Pondok Pesantren Darussa'adah Samarinda*'. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan ketiga variabel dengan metode penelitian menggunakan skala yang dalam pengukurannya meliputi skala perilaku disiplin, kontrol diri dan dukungan orang tua. Hasil yang diperoleh yakni ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku disiplin pada santri, semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin tinggi pula perilaku disiplin. Sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah perilaku disiplin. Tetapi tidak ada hubungan disiplin santri terhadap orang tua artinya semakin tinggi dukungan orang tua belum tentu semakin tinggi perilaku disiplin. Sebaliknya semakin rendah dukungan orang

tua belum tentu semakin rendah perilaku disiplin. Terdapat hubungan antara kontrol diri dan dukungan orang tua dengan perilaku disiplin pada santri. Artinya semakin tinggi kontrol diri dan dukungan orang tua maka semakin tinggi perilaku disiplin pada santri, sebaliknya semakin rendah kontrol diri dan dukungan orang tua maka semakin rendah pula perilaku disiplin pada santri.

3. Penelitian skripsi Ervina Eka Suryanti, program studi Pendidikan Agama Islam UIN Malang tahun 2015 dengan judul ''*Peran Program Qiyāmul Lail dalam meningkatkan kemandirian santri di lembaga pendidikan Al-Qur'an Wardatul Ishlah Merjosari Kota Malang*'''. Penelitian tersebut membahas mengenai implementasi dan implikasi *qiyāmul lail* yang dilakukan LPQ Wardatul Ishlah terhadap kemandirian santri. Kegiatan *qiyāmul lail* LPQ Wardatul Ishlah seperti shalat tahajud, shalat hajat, shalat witir, dan dzikir dilaksanakan satu bulan sekali. Penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif hasilnya tertulis *qiyāmul lail* terbukti memberikan efek peningkatan kemandirian para santri.
4. Penelitian Enny Suniyah dalam jurnal Misykat, volume 02, nomor 02, tahun 2017 dengan judul ''*Qiyāmul Lail Sebagai Pendidikan Ruhani dan Relevansinya Bagi Pembinaan Akhlak Santri dalam Prespektif Sosiologi Pengetahuan Studi kasus di Pondok Pesantren Nuruzzahroh Kota Depok*'''. Disebutkan bahwa *qiyāmul lail* yang dilakukan di pondok tersebut adalah shalat tahajud 12 rakaat serta witir 3 rakaat ditambah dengan mujahadah setelah shalat dan terdapat relevansi bagi pendidikan ruhani santri serta dapat mengubah akhlak santri yang kurang baik menjadi baik.

5. Penelitian Abdul Jalil, fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang tahun 2008. Dengan judul skripsi '*Nilai-nilai pendidikan Kesehatan Mental dalam Qiyāmul Lail yang diangkat dari pemikiran Prof.Sholeh dalam buku Terapi Ṣalat Tahajud*'. Skripsi tersebut mengacu pada penelitian Prof. Sholeh yang disebutkan bahwa ṣalat tahajud yang dilakukan dengan ikhlas, khusus, kontinyu akan memberikan kesehatan fisik dan hati sehingga yang diperoleh berupa ketenangan, ketentraman jiwa, terhindar penyakit hati dan akan senantiasa mengikuti aturan agama dan masyarakat. Terdapat hubungan yang erat antara *qiyāmul lail* dan kesehatan mental yang diyakini akan terhindar dari penyakit stress. *Qiyāmul lail* bermanfaat bagi kesehatan fisik dan psikis seseorang jika dilakukan penuh kesadaran diri dengan senantiasa ikhlas lagi khusus dan tidak terpaksa.

Dalam penelitian yang dilakukan penulis kali ini memiliki konteks berbeda dari penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan penulis ini terkait tentang kondisi *self of control* seseorang karena keaktifan melakukan *qiyāmul lail* dan apakah ada korelasi antara *qiyāmul lail* dengan tingginya *self of control* yang dimiliki seseorang. Masalah yang diangkat dari para peneliti memang berbeda-beda menunjukkan bukti otentitas penelitian oleh penulis.