

# **MODUL TAZKIYATUN NAFSI UNTUK SANTRI PONDOK PESANTREN**



**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Program Studi Strata II  
Pada Jurusan Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi**

**Oleh:**

**ERIE KHUTBAWANTI**

**T 100 165 017**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**MODUL *TAZKIYATUN NAFSI* UNTUK SANTRI  
PONDOK PESANTREN**

**PUBLIKASI ILMIAH**

oleh:

**ERIE KHUTBAWANTI**  
T 100 165 017

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing :

Pembimbing I



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., Psikolog

Pembimbing II



Dra. Partini, M.Si., Psikolog

**HALAMAN PENGESAHAN**

**MODUL *TAZKIYATUN NAFSI* UNTUK SANTRI  
PONDOK PESANTREN**

Oleh:

**ERIE KHUTBAWANTI**

**T 100 165 017**

**Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji  
Sekolah Pasca Sarjana  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada Hari Rabu, 22 Desember 2020  
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat**

**Dewan Penguji:**

1. Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si.Psikolog  
(Ketua Dewan Penguji)

(*Lisnawati*)

2. Dr. Nanik Prihartanti., M.Si., Psikolog  
(Anggota I Dewan Penguji)

(*Nanik*)

3. Dra. Partini, M.Si., Psikolog  
(Anggota II Dewan Penguji)

(*Partini*)

**Dekan,**



**Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psikolog**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 22 Desember 2020

Penulis



**ERIE KHUTBAWANTI**  
T100165017

## MODUL TAZKIYATUN NAFSI UNTUK SANTRI PONDOK PESANTREN

### Abstrak

*Tazkiyatun nafsi* merupakan pendekatan *cognitif behavior* yang dirancang untuk membantu siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif, serta dapat menjadi acuan dalam mengubah pikiran, perasaan dan perilaku belajar siswa melalui latihan dan pembiasaan. Tujuan *Tazkiyatun Nafsi* yaitu untuk membantu merubah perilaku yang didasarkan pada asumsi yang sama bahwa individu merupakan orang yang paling mengetahui cara atau bentuk perilaku apa yang harus ditampilkannya dalam memecahkan masalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model tentang *Tazkiyatun nafsi* yang relevan untuk santri Pondok Pesantren. Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah 1) Apa tujuan dan sasaran modul *Tazkiyatun nafsi*?; 2) Materi apa saja yang harus dicakup dalam modul yang teruji oleh para pakar di bidang yang relevan?; 3) Bagaimana susunan materi dan metode penyampaiannya?; 4) Bagaimana rancangan prosedur pelaksanaannya?. Sasaran modul penelitian ini adalah untuk para santri pondok pesantren. Hasil dari penelitian ini adalah Modul *Tazkiyatun Nafsi*. Produk dikemas dalam bentuk modul yang nantinya dapat diberikan kepada santri digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan santri. Ada 4 strategi yang tercantum dalam modul, nantinya akan dilakukan dalam modul *tazkiyatun nafsi* diantaranya adalah : 1) Strategi pertama adalah, pemantauan diri (self monitoring); 2) Strategi yang kedua adalah *Stimulus control*; 3) Strategi ketiga adalah *Self reward*; 4) Strategi yang keempat adalah *Self as model* . Program *Tazkiyatun nafsi* ini terdiri dari: niat, sholat sunat dhuha, sholat wajib 5 waktu, sholat sunat rawatib dan *qiyamul lail* serta pemaknaan puasa. Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa *tazkiyatun nafsi* dapat memberikan manfaat positif terhadap santri. Program tersebut disarankan menimbang bahwa latar belakang subjek adalah santri pondok pesantren, yang sebenarnya program tersebut secara tidak langsung sudah terjadi dalam pondok perantren tetapi pelaksanaannya belum dapat berjalan secara maksimal. Jika dilaksanakan secara maksimal maka dapat membantu penanganan permasalahan siswa. Dengan adanya program tersebut diharapkan selain dapat membantu santri dalam menyelesaikan permasalahannya, santri juga diharapkan dapat meningkatkan ketaatan keagamanya.

Kata Kunci : Tazkiyatun Nafsi

### Abstract

*Tazkiyatun nafsi* is a *behavioral cognitive* approach designed to help students control and change their behavior in a more effective direction and can be a reference in changing students' thoughts, feelings, and learning behavior through practice and habituation. The goal of *Tazkiyatun Nafsi* is to help change behavior based on the same assumption that the individual is the person who knows best about how or what form of behavior he should display in solving problems. This research aims to develop a model of *Tazkiyatun nafsi* relevant to students Boarding Schools. The research questions in this research are 1) What are the objectives and objectives of the *Tazkiyatun nafsi* module ? 2) What material

should be covered in the module tested by experts in the relevant field ?; 3) What are the arrangement of the material and the method of delivery ?; 4) How is the implementation procedure designed? The target of this research module is Islamic boarding school students. The result of this research is the *Tazkiyatun Nafsi* Module. Products are packaged in the form of modules which can later be given to the students to be used to help solve the problems of the students. There are 4 strategies listed in the module, which will be carried out in the *tazkiyatun nafsi* module including, 1) The first strategy is, self-monitoring; 2) The second strategy is *Stimulus control*; 3) The third strategy is the *Self-reward*; 4) The fourth strategy is *Self as a model*. The *Tazkiyatun nafsi* program consists of intention, dhuha circumcison prayer, mandatory 5 daily prayers, rawatib, and *qiyamul lail* circumcison prayers, and the meaning of fasting. Based on the results of the analysis, it can be concluded that *tazkiyatun nafsi* can provide positive benefits to students. The program is suggested considering that the background of the subject is the boarding school students, which the program indirectly has occurred in the Islamic boarding school but its implementation has not been able to run optimally. If implemented optimally, it can help to handle the problems of students. With this program, it is hoped that besides being able to help students up in solving their problems, students are also expected to increase their religious obedience

Keywords: Tazkiyatun Nafsi

## 1. PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, pada masa ini remaja akan mengalami proses dimana remaja tersebut mencari identitas diri dan mulai mengenali bagaimana dirinya. Pada masa remaja rentan terhadap konflik karena biasanya terjadi berbagai perubahan-perubahan fisik maupun psikisnya. Pada perubahan fisik remaja ditandai dengan bertambahnya tinggi, berat badan, terjadi pertumbuhan tulang dan otot, serta terjadi kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Sedangkan pada perubahan psikisnya, remaja menganggap bahwa dirinya merasa mampu memenuhi tanggung jawab seperti orang dewasa. Ketika fungsi dari fisik maupun psikisnya belum mencapai kematangan layaknya orang dewasa, maka akan terjadi tuntutan sosial yang dihadapi oleh remaja yang akan menyebabkan kegagalan, sehingga akan menimbulkan perasaan frustrasi, serta konflik tersendiri pada diri remaja (Hurlock, 2004). Konflik yang berkepanjangan yang dapat menyebabkan remaja memunculkan perasaan frustrasi apabila remaja tersebut belum mampu menyelesaikan berbagai tekanan yang dialaminya. Kemudian dari reaksi dan

ekspresi yang muncul dari perasaan frustrasi yang dialaminya, membuat seorang remaja berperilaku yang tidak sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di dalam masyarakat, dari hal tersebut memunculkan kejadian-kejadian yang tidak diinginkan seperti terjadinya perkelahian, saling menggunakan kekerasan, melakukan kekejaman, serta berperilaku agresif yang lainnya (Koeswara, 1988).

Menurut Erickson salah satu ciri khas pada perkembangan masa remaja adalah kenakalan remaja, dalam teorinya ia menyatakan bahwa remaja berada pada masa “identity vs role confusion” yang pada masa ini mereka memiliki tugas perkembangan untuk menemukan identitas dirinya. Mereka yang tidak mampu menemukan identitas dirinya akan mengalami krisis identitas yang mengakibatkan mengarah pada kenakalan remaja (Papalia & Feldman, 2008). Kenakalan remaja dapat diartikan sebagai perilaku-perilaku yang menyimpang dari peraturan orangtua, sekolah atau norma-norma masyarakat, agama hingga hukum, yang apabila penyimpangan tersebut dilakukan oleh orang dewasa disebut sebagai kejahatan (Sarwono, 2010). Kenakalan remaja terjadi pada laki-laki maupun perempuan, akan tetapi remaja laki-laki lebih banyak terlibat kenakalan remaja dibanding remaja perempuan (Rebellion, Manasse, Agnew, Gundy, & Cohn, 2015). Berdasarkan data BPS terdapat 200 remaja yang terlibat tindak pidana dengan persentase 93,5% laki-laki dan 6,5% perempuan (BPS, 2010).

Kenakalan remaja tidak hanya terjadi pada remaja umum, akan tetapi juga remaja pondok pesantren. Hal ini didukung oleh beberapa berita kenakalan remaja yang melibatkan remaja pondok pesantren pada tahun 2016 dan 2017, di antaranya pada halaman sindonews diberitakan seorang santri tewas akibat dikeroyok oleh 12 temannya di Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang (Bagus, 2016). Berdasarkan detik news (dalam Sudjarwo, 2016) terdapat santri yang meninggal dunia akibat dikeroyok oleh 16 temannya karena dituduh mencuri uang dan hardisk. Kemudian, pada CNN diberitakan terdapat dua santri pondok moderen yang berkelahi hingga salah satu meninggal dunia (Sinuko, 2017). Selain berita, adanya kenakalan remaja

pondok pesantren juga didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya, seperti pada penelitian Rohyati (2019) diketahui bentuk kenakalan remaja pondok pesantren meliputi berpacaran, merokok, ketinggalan dalam melaksanakan sholat berjama'ah, mengambil barang milik santri lain tanpa izin (ghosob), keluar pondok pesantren tanpa izin, membuang sampah sembarangan, membuat keributan atau kegaduhan di dalam pondok pesantren, selalu menghindar dan membuat alasan tidak mengikuti ngaji sorogan, tidak melaksanakan kegiatan piket, mencuri, memanggil nama dengan jangkar (bukan nama asli), berpakaian yang tidak sopan, membawa hp, memakai gelang atau kalung bagi santri putra, berkelahi atau bermusuhan, dan kabur.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada bulan November 2019 di salah satu pondok pesantren di kabupaten Sragen terdapat fenomena perilaku remaja seperti perilaku memberontak, baik dengan guru di sekolah maupun dengan pengasuh pondok, pelanggaran aturan norma baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan pondok, ditambah lagi dengan banyaknya kasus adu fisik yang ada di sekolah dengan teman sebayanya, mencuri dan berpacaran. Selain observasi tersebut juga diperoleh data hasil dari wawancara. Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan kepada pondok pesantren dalam hal ini adalah pengasuh pondok memberikan keterangan yaitu lebih banyaknya anak-anak laki-laki yang sering melakukan pelanggaran kepondokan baik soal ibadah maupun tentang peraturan pondok yang lainnya. Beberapa pelanggaran pondok yang sering dilakukan anak-anak berupa anak tidak sholat berjamaah 20%, melakukan *bully* didalam lingkungan pondok 30%, berkelahi 15%, pencurian 20, berpacaran 10% dan yang 5% adalah seperti membawa HP dan merokok. Selain itu berdasarkan hasil wawancara dengan 5 santri juga diketahui kenakalan yang sering dilakukan meliputi membolos sekolah maupun kegiatan pesantren, membawa handphone, merokok, berkelahi, mencuri, keluar pondok tanpa ijin dan pulang malam.

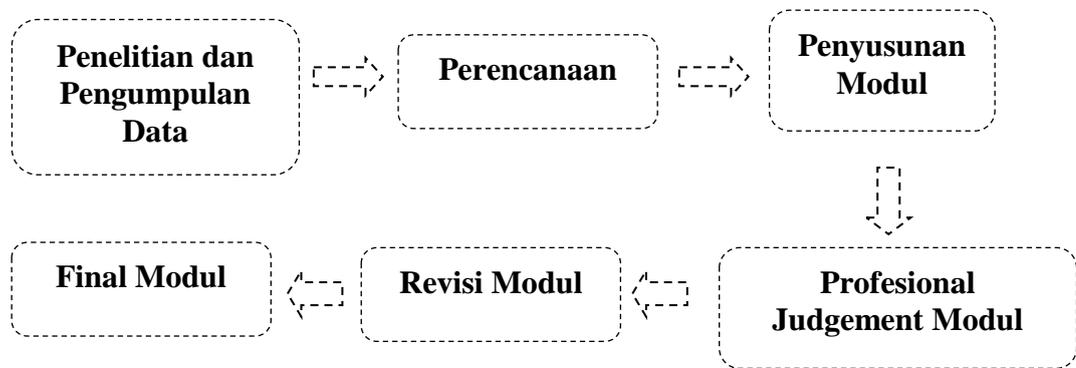
Dalam hal ini peneliti mengajukan sebuah program yang nantinya diharapkan dapat membantu proses terapi untuk mengatasi perubahan perilaku

santri yaitu dengan membuat modul untuk dapat digunakan dalam kegiatan program *tazkiyatun nafs*. Dalam modul *Tazkiyatun nafs* itu di dalamnya terdapat beberapa teknik yang dapat diterapkan salah terdapat teknik *cognitive behavior therapy*, yaitu suatu teknik terapi perubahan perilaku yang berdasarkan pada asumsi yang sama bahwa individu merupakan orang yang paling mengetahui cara atau bentuk perilaku apa yang harus ditampilkannya dalam memecahkan masalah (Miltenberger, 2001). Dalam modul tersebut peneliti memadukan *cognitive behavior* dengan teknik *Tazkiyatun nafs*. Tujuan dari modul *tazkiyatun nafs* ini adalah untuk membantu santri dalam menyelesaikan masalah, modul ini terdapat teknik yang menekankan pada perubahan tingkah laku subyek yang dianggap merugikan orang lain. Dalam modul tersebut melibatkan pemantauan diri, *reinforcement* yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. Al Ghazali dalam (Juliawati, dkk, 2019) mengatakan dalam *Tazkiyatun An-Nafs* akhlak merupakan pikiran dan hati yang mendalam untuk membantu membentuk emosi positif dan melepaskan yang negatif. Menurut Agustin (2018) teknik *Tazkiyatun nafs* sebagai acuan dalam mengubah pikiran, perasaan dan perilaku belajar siswa melalui latihan dan pembiasaan. Melibatkan proses belajar dan pembiasaan untuk mengatur diri dalam mengubah perilaku belajar yang tidak diinginkan dengan mengintegrasikan nilai-nilai *tazkiyatun nafs*. Ghazali (2001) menjelaskan *tazkiyatun nafs* merupakan pendekatan *cognitif behavior* yang dirancang untuk membantu siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif.

## **2. METODE**

### **2.1 Langkah-langkah Pembuatan Modul**

Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian penyusunan modul ini mengacu pada beberapa tahapan yaitu diantaranya :



Gambar 1. Langkah-langkah Pembuatan Modul

Penelitian dan pengumpulan data yang meliputi pengukuran kebutuhan, Perencanaan (planning), yaitu menyusun rencana penelitian yang meliputi kemampuan-kemampuan yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian rumusan tujuan yang hendak dicapai dengan penelitian tersebut, Penyusunan modul , pelaksanaan *Profesional Judgement* modul kepada praktisi, melaksanakan revisi modul jika dalam pelaksanaan *ekspert Judgement* ada evaluasi yg diberikan oleh praktisi.

## 2.2 Metode Penyusunan Modul

Dalam proses membuat modul, peneliti akan menggunakan beberapa metode yang digunakan diantaranya yaitu : menggunakan wawancara, observasi dan aspek-aspek yang terkandung dalam *tazkiyatun nafsi* untuk dijadikan acuan dalam pembuatan modul.

- 1) Wawancara
- 2) Observasi
- 3) Aspek-aspek dalam *Tazkiyatun Nafsi*

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tersebut menghasilkan produk Modul *Tazkiyatun Nafsi*. Produk dikemas dalam bentuk modul yang nantinya dapat diberikan kepada santri digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan santri. P. Scott Richards dan Allen E. Bergin (dalam Agustin, 2018) dari American Psychological Association (APA) menawarkan sebuah strategi psikoterapi yang bernama psikoterapi teistik, yang jug menyerap dan mengintegrasikan psikoterapi

utama, seperti psikodinamik, interpersonal, perilaku, kognitif, dan humanistik. Ada 4 strategi yang tercantum dalam modul, nantinya akan dilakukan dalam modul *tazkiyatun nafsi* diantaranya adalah : 1) Strategi pertama adalah, pemantauan diri (self monitoring) adalah siswa mengamati diri sendiri, mencatat sendiri tingkah laku yang diubah (pikiran, perasaan dan tindakan. 2) Strategi yang kedua adalah *Stimulus control* yaitu merancang sebelumnya kegiatan/program untuk menambah atau mengurangi tingkah laku, dalam hal ini siswa memerlukan perencanaan kondisi lingkungan untuk itu siswa dapat merancang kondisi lingkungannya dengan membuat *schedule* shalat (fardhu dan sunnat) dan belajarnya. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan melatih untuk dapat fokus serta konsisten. 3) Strategi ketiga adalah *Self reward* yaitu mengatur perilaku dengan memberikan hadiah pada diri sendiri, setelah tercapainya tujuan yang diinginkan. 4) Strategi yang keempat adalah *Self as model* yaitu siswa menjadikan diri sendiri sebagai model, melihat diri sendiri dalam menampilkan tujuan perilaku yang dirubah. Dengan menjadikan diri sendiri sebagai model, siswa membutuhkan niat yang kuat dan konsisten.

Menurut Averill, sebagaimana dikutip oleh Ghufron (2010) Kontrol Perilaku (Behavior control) merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Program *Tazkiyatun nafsi* ini didalam modul tertuliskan terdiri dari: niat, shalat sunat dhuha, shalat wajib 5 waktu, shalat sunat rawatib dan qiyamul lail serta pemaknaan puasa. Dalam Al Qur'an Allah SWT menjelaskan bahwa: "demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)nya, maka Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaan, sungguh beruntung orang yang menyucikan (jiwa itu), dan sungguh rugi orang yang mengotorinya" (Q.S Asy-Syams: 7-10). Berdasarkan surat tersebut jelas bahwa setiap individu diberikan pilihan dan keterbukaan untuk memilih jalan takwa atau kejahatan, jalan takwa adalah mereka yang mampu mengelola kemampuan kognitif, emosi dan perilakunya, berusaha untuk memelihara kondisi emosi

dalam ranah kebaikan dan positif, dan juga tidak tertutup kemungkinan untuk jalan kejahatan yaitu emosi negatif.

#### **4. PENUTUP**

Program *tazkiyatun nafsi* merupakan program yang diajukan peneliti untuk membantu permasalahan dipondok pesantren. Program tersebut disarankan menimbang bahwa latar belakang subjek adalah santri pondok pesantren, yang sebenarnya program tersebut secara tidak langsung sudah terjadi dalam pondok pesantren tetapi pelaksanaannya belum dapat berjalan secara maksimal. Jika dilaksanakan secara maksimal maka dapat membantu penanganan permasalahan siswa. Dengan adanya program tersebut diharapkan selain dapat membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya, siswa juga diharapkan dapat meningkatkan ketaatan keagamanya.

Program *Tazkiyatun nafsi* ini terdiri dari: niat, sholat sunat dhuha, sholat wajib 5 waktu, sholat sunat rawatib dan *qiyamul lail* serta pemaknaan puasa. Aspek psikologis yang terkandung setiap program *Tazkiyatun nafsi* diantaranya adalah Niat, niat mereferensikan sesuatu yang ingin dicapai, karena itu setiap muslim harus senantiasa memperbaiki niat dalam ibadahnya, yaitu ikhlas untuk Allah semata. Niat merupakan penggerak individu untuk melakukan sesuatu, dengan mendapatkan materi niat ini diharapkan dapat merubah sikap dan motif siswa untuk menjadi lebih terarah. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan dapat melatih untuk dapat fokus. Adanya panduan/modul mengenai *tazkiyatun nafsi* diharapkan dapat memaksimalkan program *tazkiyatun nafsi* agar berjalan efektif dan dapat berguna untuk membantu anak-anak yang mengalami masalah.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustin, L. (2018). Intervensi Psikologi Islam Model konseling kelompok dengan Teknik Self ManagemenTazkiyatun Nafsi. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol.02(No.01), 75-86
- D. Juliawati D, d. (2019). Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk membantu

- mengurangi emosi negatif klien. *Counsellia*, Vol.09(No.01), 65-78.
- Ghozali, A. (2001). *Ihya'ulumuddin*. Semarang: CV As Syifa.
- Ghufron, M. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Hurlock, E. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Khoir, A. M. (2019). Kontrol Diri dengan Tingkat Agresifitas Remaja yang memiliki Orang Tua TNI atau POLRI. *ejournal UMM*, Vol. 7(No.2), 202-213.
- Miltenberger. (2001). *Behavior Modification (Principles and Procedures)*.
- Papalia. (2008). *Human Development (10 Edition)*. New York: McGraw Hill.
- Sarwono. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Bulan Bintang.