

**Salat Tahajud Sebagai Terapi Kejiwaan
(Telaah Sufistik Atas Pemikiran Mohammad Sholeh)**

Tesis

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Magister
Akhlak Tasawuf**

**Oleh :
Norhilaliah
NIM. 1502511436**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI
PASCASARJANA
BANJARMASIN
Tahun 2018**

**SALAT TAHAJUD SEBAGAI TERAPI KEJIWAAN
(TELAAH SUFISTIK ATAS PEMIKIRAN MOHAMMAD SHOLEH)**

DIPERSEMBAHKAN DAN DISUSUN OLEH

**NORHILALIAH
NIM. 1502511436**

Telaah Diajukan pada Dewan Penguji

Pada : Hari Rabu, Tanggal 11 Juli 2018

Dewan Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. Saifuddin Ahmad Husin, MA (Ketua)	1.
2. Prof. Dr. H. Asmaran, AS, MA (Anggota)	2.
3. Dr. Ahmad Suriadi, MA (Anggota)	3.
4. Dr. Irfan Noor, M.Hum (Anggota)	4.

Mengetahui,
Direktur

Prof. Dr. Syaifuddin Sabda, M.Ag
NIP.19580621 19803 1001

Kata Pengantar

Syukur alhamdulillah, akhirnya tesis ini dapat juga dirampungkan sebagaimana adanya, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak, khususnya :

1. Direktur Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin yang telah menerima dan menyetujui tesis ini untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis Pascasarjana UIN Antasari
2. Bapak Prof. Dr. H. Asmaran AS, MA selaku pembimbing I dan Bapak Dr. Irfan Noor, M.Hum selaku pembimbing II yang memberikan arahan dan koreksi terhadap tesis ini
3. Bapak Rektor UIN Antasari yang memberikan kesempatan dan arahan dalam masa studi penulis pada Pascasarjan UIN Antasari
4. Seluruh dosen yang telah banyak memberikan arahan dan ilmunya kepada penulis
5. Suami dan anak-anak tercinta penulis yang memberikan motivasi dalam masa-masa studi penulis
6. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan nama di sini yang telah banyak memberikan bantuan sehingga terselesaikan tesis ini

Penulis menyadari tesis masih banyak kelemahan dan kekurangan sehingga masih perlu saran-dari semua pihak yang membacanya.

Banjarmasin, 12 Agustus 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN TESIS.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN TESIS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TRANSLITERASI	vii
ABSTRAK	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Dan Signifikansi Penelitian	5
D. Telaah Pustaka	6
E. Kerangka Berpikir / Teori	8
F. Metodologi Dan Kerangka Kerja Penelitian	15
G. Sistematika Penulisan	18
BAB II BIOGRAFI MOHAMMAD SHOLEH DAN SHALAT TAHAJUD.....	20
A. Biografi Dan Pendidikannya	20
B. Pemikiran Dan Aktivasnya	23
C. Shalat Tahajud Dan Terapi Kejiwaan	33
BAB III DESKRIPSI HASIL PENELITIAN.....	44
A. Shalat Proses Terapi Kejiwaan	44
B. Hukum Shalat Tahajud	65
C. Hikmah Tahajud	60
D. Tahajud Terapi Bagi Kesehatan Tubuh	68
E. Tahajud Terapi Kejiwaan	76
BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN	101
A. Implimentasi Terapi Kejiwaan Tahajud	101
B. Nilai Sufistik-Kejiwaan Tahajud	140
BAB V PENUTUP	147
A. Kesimpulan	147
B. Saran-Saran	147
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

Transliterasi Arab-Latin

Penulisan transliterasi Arab-Latin pedoman transliterasi berdasarkan keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 tahun 1987 dan No. 0543 b/U/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut:

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Bā'	B	-
ت	Tā'	T	-
ث	Šā'	Š	S (dengan titik di atas)
ج	Jīm	J	-
ح	ā'(H	(H	H (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	Kh	-
د	Dāl	D	-
ذ	Žāl	Ž	Z (dengan titik di atas)
ر	Rā'	R	-
ز	Zai	Z	-
س	Sīn	S	-
ش	Syīn	Sy	-
ص	ād(S	(S	S (dengan titik di bawah)
ض	ād(D	(D	D (dengan titik di bawah)
ط	ā'(T	(T	T (dengan titik di bawah)
ظ	ā'(Z	(Z	Z (dengan titik di bawah)
ع	'Ain	'	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	-
ف	Fā'	F	-
ق	Qāf	Q	-
ك	Kāf	K	-
ل	Lām	L	-
م	Mīm	M	-
ن	Nūn	N	-
و	Wāwu	W	-
ه	Hā'	H	-
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Yā'	Y	Y

B. Vokal

Vokal bahasa Arab seperti bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan fokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab lambangnya berupa tanda atau harakat yang transliterasinya dapat diuraikan sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama	Contoh	Ditulis
َ---	<i>ah(Fath</i>	a	a		
ِ---	<i>Kasrah</i>	i	i	مُنِيرَ	<i>Munira</i>
ُ---	<i>ammah(D</i>	u	u		

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap Bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama	Contoh	Ditulis
َـيَ---	<i>ah dan ya(Fath</i>	ai	a dan i	كَيْفَ	<i>Kaifa</i>
ِ---	<i>Kasrah</i>	i	i	هَوْلَ	<i>Haula</i>

C. Maddah (vokal panjang)

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya sebagai berikut:

ah +(Fath Alif, ditulis ā	Contoh سَالٌ ditulis <i>Sāla</i>
َah + Alif maksūr ditulis ā(fath	Contoh يَسْعَىٰ ditulis <i>Yas'ā</i>
ِKasrah + Yā' mati ditulis ī	Contoh مَجِيدٌ ditulis <i>Majīd</i>
ammah + Wau(D mati ditulis ū	Contoh يَقُولُ ditulis <i>Yaqūlu</i>

D.ah))Ta' Marbūt

1. Bila dimatikan, ditulis h:

هبة	Ditulis <i>hibah</i>
جزية	Ditulis <i>jizyah</i>

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain, ditulis t:

نعمة الله	Ditulis <i>ni 'matullāh</i>
-----------	-----------------------------

E. Syaddah (Tasydīd)

Untuk konsonan rangkap karena syaddah ditulis rangkap:

عَدَّة	Ditulis <i>'iddah</i>
--------	-----------------------

F. Kata Sandang Alif + Lām

1. Bila diikuti huruf *qamariyah* atau *syamsiyah* dituliskan al-

الرجل	Ditulis <i>al-rajulu</i>
الشمس	Ditulis <i>al-Syams</i>

G. Hamzah

Hamzah yang terletak di akhir atau di tengah kalimat ditulis apostrof.

Sedangkan hamzah yang terletak di awal kalimat ditulis alif. Contoh:

شيئ	Ditulis <i>syai 'un</i>
تأخذ	Ditulis <i>ta 'khuẓu</i>
أمرت	Ditulis <i>umirtu</i>

H. Huruf Besar

Huruf besar dalam tulisan Latin digunakan sesuai dengan ejaan yang diperbaharui (EYD).

I. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat dapat ditulis menurut bunyi atau pengucapan atau penulisannya.

أهل السنة	Ditulis <i>ahlussunnah</i> atau <i>ahl al-sunnah</i>
-----------	--

J. Pengecualian

Sistem transliterasi ini tidak penulis lakukan pada:

- Kata Arab yang sudah lazim dalam bahasa Indonesia, seperti: al-Qur'an
- Judul dan nama pengarang yang sudah dilatinkan, seperti Yusuf Qardawi
- Nama pengarang Indonesia yang menggunakan bahasa Arab, seperti Munir
- Nama penerbit Indonesia yang menggunakan kata Arab, misalnya al-bayan

ABSTRAK

Norhilaliah, Shalat Tahajud Sebagai Terapi Kejiwaan Telaah Sufistik Atas Pemikiran Mohammad Sholeh, di bawah bimbingan 1 : Prof. Dr. Asmaran, MA dan II : Dr. Irfan Noor, M. Hum pada Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin Tahun 2018.

Kata Kunci : Tahajud, Terapi, Kejiwaan, Sufistik,

Menurut Mohammad Sholeh bahwa shalat tahajud mempunyai manfaat sangat besar bagi psikologis manusia, sebagaimana dijelaskan oleh Said Sabiq bahwa terdapat empat manfaat besar dari shalat tahajud, yakni mendekatkan diri kepada Allah SWT, menghapuskan berbagai keburukan, mencegah dari perbuatan dosa dan mengusir penyakit dari tubuh. Shalat tahajud yang dilakukan di penghujung malam yang sunyi bisa mendatangkan ketenangan. Sementara ketenangan itu sendiri memberikan dampak peningkatan ketahanan tubuh (*imunologik*), mengurangi resiko terkena penyakit jantung dan meningkatkan usia harapan hidup. Shalat tahajud mengandung aspek meditasi dan relaksasi sehingga dapat digunakan sebagai mekanisme penyembuhan (*Coping mechanism*) penyakit kejiwaan. Jika terapi shalat tahajud ini dilaksanakan secara rutin dengan keikhlasan bisa menghindarkan stres karena bisa menjaga adaptasi terhadap ritme pertumbuhan sel yang baik dan stabil. Shalat tahajud yang dilakukan dengan khusyuk, ikhlas, berkesinambungan, dan penuh pengharapan akan ridha Allah SWT. di tengah malam yang tenang dengan bacaan doa yang diresapi dengan didasari rasa keimanan yang dalam dapat menumbuhkan motivasi yang positif dapat menghilangkan stres yang mengganggu kesehatan jiwa manusia.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut : Bagaimana prosedur shalat tahajud sebagai terapi kejiwaan menurut Mohammad Sholeh ? Bagaimana aktualisasi shalat tahajud sebagai terapi kejiwaan dalam pendekatan psikologi sufistik ?

Studi dalam penelitian tesis ini dengan fokus bagaimana shalat tahajud sebagai terapi kejiwaan dengan pendekatan psikologi sufistik terhadap emosi kejiwaan berupa stres yang berakibat disharmoni proses perkembangan tubuh dan kejiwaan sehingga mengakibatkan penyakit kejiwaan (*psikosomatik*), berdasarkan pemikiran tokoh terapis yaitu Mohammad Sholeh melalui resit perpustakaan (*Library Research*). Dalam kerangka konsep pemikiran tentang shalat tahajud sebagai terapi kejiwaan menurut Mohammad Sholeh yang berbasiskan ayat-ayat al Quran. Fokus kepada emosional kejiwaan dan teknis serta gejala-gejala yang kejiwaan yang muncul pada dasar tidak terpisahkan.

Hasil temuan dari penelitian ini ternyata prosedur shalat tahajud bila dilaksanakan dengan tepat sesuai al Quran dan Sunah Nabi Saw dan tulus ikhlas mengharap ridha Allah semata, maka memberikan dampak yang positif terhadap kejiwaan manusia dalam menghadapi realitas kehidupan ini.