

ABSTRAK

Skripsi Dengan Judul “Regulasi Emosi Pengamal Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah Di Desa Bendo Gondang Tulungagung” Ini Ditulis Oleh Firyal Afifatul Faridah NIM. 17303153003, Pembimbing Mirna Wahyu Agustina, M.Psi.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, *Tareqat Qadiriyyah wa Naqsabandiyah*

Penelitian ini di latar belakang oleh banyaknya kasus percekocokan yang terjadi di sekitar kita, hingga memungkinkan banyak terjadinya kasus kriminal karena seseorang cenderung sulit untuk mengontrol emosinya. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana regulasi emosi Pengamal *Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* yang ada di Desa Bendo Gondang Tulungagung. (1) Bagaimana proses regulasi emosi pada jamaah tareqat *Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* di desa Bendo Gondang Tulungagung? (2) Bagaimana aplikasi amalan dalam tareqat terhadap proses regulasi emosi pada jamaah tareqat di Desa Bendo Gondang Tulungagung.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui Bagaimana Proses Regulasi emosi pada jamaah tareqat *Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* di desa Bendo Gondang Tulungagung (2) Untuk mengetahui Bagaimana aplikasi amalan dalam tareqat terhadap proses regulasi emosi pada jamaah tareqat di Desa Bendo Gondang Tulungagung

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode pengumpulan data yang di gunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan 4 orang subyek jamaah tareqat *Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* di desa Bendo Gondang Tulungagung.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa (1) Para Pengamal *Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* di desa Bendo Gondang Tulungagung memiliki proses regulasi emosi yang dominan muncul yaitu *Attention deployment* (mengalihkan perhatian), dan *Cognitive change* (perubahan cara pikir) yang mengacu pada proses subyek dalam menghadapi masalah atau tekanan yang ada di sekitarnya. Para pengamal cenderung memilih untuk berpaling atau mengabaikan hal-hal yang membuat emosi, para pengamal juga memiliki pikiran positif yaitu masalah apapun yang terjadi, disitu pasti ada solusinya. (2) Pengaplikasian amalan dalam tareqat terhadap proses regulasi emosi pengamal Tareqat *Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah* di desa Bendo Gondang Tulungagung yaitu para pengamal mengaplikasikan amalan yang ada dalam tareqat sebagai salah satu cara untuk mengelola emosi pada diri mereka. Amalan

dalam tareqat yang sering di aplikasikan dalam upaya untuk mengelola emosi yaitu dzikir dan istigfar, Ketika mereka dalam keadaan emosi yang di lakukan selain berdzikir dan beristigfar yaitu selalu ingat janjinya terhadap guru/ mursyid, serta ingat dengan apa yang di sampaikan oleh guru/mursyid karena itu sudah tertanam di dalam diri para pengamal, jadi secara spontan ketika dalam keadaan emosi atau marah mereka akan mengingat janji pada guru atau mursyid .

ABSTRACT

The thesis entitled "The Emotions Regulation of Practicing Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah at Bendo Village Gondang Tulungagung" Written by Firyal Afifatul Faridah Register Number 17303153003, Advisor: Mirna Wahyu Agustina, M.Psi.

Keywords: Emotions Regulation, Tareqat Qadiriyyah wa Naqsabandiyah

This research is based on the background of the many cases of disputes that occur around us, allowing many criminal cases to occur because someone tends to be difficult to control his emotions, making it possible to have fights until cases of violence to criminal cases. So that the researchers were interested in conducting this research to find out how emotional regulation Practicing Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah in Bendo Village Gondang Tulungagung. (1) What is the process of regulation of emotion in the congregation tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah at Bendo Village Gondang Tulungagung? (2) How is the application of practice in the tareqat to the process of regulation of emotions in the congregation of tareqat at Bendo Village Gondang Tulungagung?

The objectives of this research are (1) To find out how the emotional regulation process in the congregation tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah at Bendo Village Gondang Tulungagung. (2) To find out how the application practice in the process of regulation of emotion in the tareqat congregation at Bendo Village Gondang Tulungagung.

This research uses a type of qualitative research with a phenomenological approach. Data collection methods used are interviews, observation, and documentation. This research used a *purposive sampling technique* using 4 subjects to the tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah congregation at Bendo Village Gondang Tulungagung.

The results showed that (1) the practicing Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah at Bendo Village Gondang Tulungagung had a process of regulating emotion that was dominant, namely Attention Deployment, and Cognitive Change that referred to the subject's process in dealing with problems or pressure around it. Practitioners tend to choose to turn away or ignore things that make emotion, the practicing also have positive thoughts that is the problem whatever happens, there must be a solution. (2) Oversight of application an tareqat practice in the process of emotion regulation pengamal Tareqat Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah at Bendo Village Gondang Tulungagung namely the practicing apply existing practices in tareqat as one way to manage emotions in them. Practice in tareqat that is often applied in an effort to manage emotions, namely *dzikr* and *istigfar*, when they are in an emotional state that they do besides performing *dzikr* and *istigfar* namely always remembering their promises to the teacher / *murshid*, and remember what the teacher said because embedded in

practicing, so spontaneously when in an emotional state or angry they will remember the promise to the teacher or *murshid*.

الملخص

البحث العلمي تحت العنوان "التنظيم العاطفي للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية بالقرية بيندو غوندانج تولونج أجونج" كتبته فريال عفيفة الفريدة، رقم دفتر القيد: 17303153003، سنة 2019 م، للسالكين في الإسلامية الحكومية تولونج أجونج، تحت إشراف: مرنا وحي أجستينا، الماجستير.

الكلمة الأساسية: التنظيم العاطفي، طريقة القادرية والنقشبندية

خلفية هذا البحث هي العديد من حالات النزاعات التي تحدث حولنا، مما يسمح بحدوث العديد من حالات الجريمة، لأن شخص ما يميل أن يكون من الصعب السيطرة على العواطفه، حتى أن هناك شجارا في حالات العنف والقضايا الجنائية. لذلك تهتم الباحثة بإجراء هذا البحث لاكتشاف كيفية تنظيم الانفعال للسالكين في القادرية والنقشبندية في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج. (1) كيف عملية تنظيم العواطف للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج؟ (2) كيف تطبيق العملية للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية على تنظيم العاطفي في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج؟.

أما أهداف هذا البحث هما (1) لمعرفة عملية تنظيم العواطف للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج. (2) لمعرفة تطبيق العملية للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية على تنظيم العاطفي في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج.

هذا البحث العلمي هو البحث الكيفي بمنهج الظاهرة. طرق جمع البيانات المستخدمة يعني المقابلات والمراقبة والوثائق. هذا البحث يستخدم العينات الهادفة (*Purposive Sampling*) باستخدام 4 مواضيع للسالكين في طريقة القادرية والنقشبندية في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج.

نتائج البحث تشير على (1) السالكين في طريقة القادرية والنقشبندية في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج يملك أن تظهر العواطف المهيمنة هما نشر الاهتمام (*Attention*) (*Deployment*) وتغيير المعرفي (*Cognitive Change*) وهو ما يشير إلي عملية التعامل مع المشكلة أو الضغط من حولها. يميل السالكين إلي اختبار الابتعاد أو تجاهل الأشياء التي تثير

المشاعر، ويمتلك للسالكين أفكارا إيجابية أي لكل مشكلة هناك الحل. (2) تطبيق العملية في طريقة القادرية والنقشبندية على تنظيم العاطفي في القرية بيندو غوندانج تولونج أجونج هي تطبيق للسالكين في طريقة كوسيلة لإدارة العواطف في حد ذاتها. والسالكين في طريقة التي غالبا ما يتم تطبيقها في محاولة لإدارة العواطف، أي الذكر والاستغفار. عندما يكون في حالة عاطفية التي يتم القيام بها الي جانب استغفار وتحديدًا تذكر دائما وعودهم للمعلم أو المرشد والذكر على ما ينقله المرشد تم تضمينة في ممارسة الحدوث بشكل تلقائي عندما في حالة العاطفية أو الغاضبة.