

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengalaman Ketenangan Jiwa melalui Tari Sufi: Studi Fenomenologi di Komunitas Central Of Sufism Research And Therapy (CSRT) Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung” ini ditulis oleh Ilma Afida Amalia, NIM 126303211008, dengan pembimbing Dr. Bani, M.Pd. I

Kata Kunci: Pengalaman, Ketenangan jiwa, tari sufi

Mahasiswa sering terjebak pada tuntutan prestasi dan ekspektasi sosial, sehingga mengabaikan kebutuhan spiritual. Kondisi ini dapat memicu munculnya stres, kecemasan, dan gangguan ketenangan jiwa. Kurangnya perhatian pada aspek spiritual membuat mereka sulit menemukan kedamaian, sehingga dibutuhkan solusi untuk menjaga keseimbangan antara pencapaian duniawi dan kebutuhan spiritual yaitu melalui Tari Sufi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap makna ketenangan jiwa menurut perspektif pelaku tari sufi serta mendalami pengalaman ketenangan jiwa yang mereka rasakan melalui praktik tari sufi. Fokus penelitian ini adalah pelaku tari sufi di Komunitas *Central Sufism Of research and Therapy (CSRT)* Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman ketenangan jiwa yang subjektif pada pelaku tari sufi. Data dikumpulkan melalui observasi langsung selama kegiatan berlangsung, wawancara mendalam dengan pelaku tari sufi, serta dokumentasi berupa rekaman, foto, dan catatan kegiatan di kelas tari sufi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaku tari sufi di komunitas *Central Sufism of Research and Therapy (CSRT)* Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung mengalami pengalaman ketenangan jiwa dan beberapa perubahan positif setelah mengikuti tari sufi yaitu penurunan tingkat stres, peningkatan rasa syukur, serta kemampuan untuk menerima takdir dan melepaskan keterikatan pada masalah duniawi. Temuan ini sejalan dengan teori ketenangan jiwa menurut Al-Ghazali, yang menyatakan bahwa ketenangan jiwa dapat dicapai melalui pembersihan hati, keikhlasan, dan kedekatan dengan Allah. Oleh karena itu, tari sufi efektif sebagai media terapi spiritual yang dapat membantu menumbuhkan ketenangan jiwa.

ABSTRACT

Thesis with the title "Experience of Inner Peace through Sufi Dance: A Phenomenological Study in the Community of Central of Sufism Research and Therapy (CSRT) Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung State Islamic University" was the title of the study. This was written by Ilma Afida Amalia, NIM 126303211008, under the supervision of Dr. Bani, M.Pd.I.

Keywords: Experience, Inner peace, Sufi dance

Students are often caught up in the demands of achievement and social expectations, neglecting their spiritual needs. This condition can lead to stress, anxiety, and impaired peace of mind. The lack of attention to spiritual aspects makes it difficult for them to find peace, so a solution is needed to maintain a balance between worldly achievements and spiritual needs, namely through Sufi dance.

This research explained the experience of inner peace aimed at uncovering the meaning of inner peace from the perspective of Sufi dance practitioners and delved into the inner peace they felt through the practice of Sufi dance. The focus of this research was the practitioners of Sufi dance in the Central Sufism of Research and Therapy (CSRT) community at the State Islamic University Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

This research used qualitative research methods with a phenomenological approach, which aimed to deeply understand the subjective experience of inner peace in Sufi dance practitioners. Data were collected through direct observation during the activities, in-depth interviews with the practitioners of Sufi dance, and documentation in the form of recordings, photos, and notes from the Sufi dance class activities.

The research results showed that the practitioners of Sufi dance in the Central Sufism of Research and Therapy (CSRT) community at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung experienced a sense of inner peace and several positive changes after participating in Sufi dance that is a decrease in stress levels, an increase in gratitude, and the ability to accept fate and let go of attachment to worldly problems. This finding was in line with Al-Ghazali's theory of inner peace, which stated that inner peace could be achieved through the purification of the heart, sincerity, and closeness to God. This finding was in line with Al-Ghazali's theory of inner peace, which stated that inner peace could be achieved through the purification of the heart, sincerity, and closeness to God.

الملخص

دراسة فينومينولوجية في مجتمع مركز بحوث التصوف: تجربة الصفاء من خلال الرقص الصوفي "أطروحة بعنوان كتبها إلما أفيدا أماليا، "والعلاج الصوفي التابع لجامعة سيد علي رحمة الله تولونغاغونغ الإسلامية الحكومية دراسة فينومينولوجية في مجتمع مركز بحوث التصوف: تجربة الصفاء من خلال الرقص الصوفي"أطروحة بعنوان كتبها إلما أفيدا أماليا، "والعلاج الصوفي التابع لجامعة سيد علي رحمة الله تولونغاغونغ الإسلامية الحكومية سية السيامي المعهد الوطني للإدارة ١٠٨ ١١٠ ٣٢ ٢٣٠ ١٢٦٣ مع المشرف الدكتور باني، ماخستير في العلوم

السكينة، الرقص الصوفي، الرقص الصوفي: الكلمات المفتاحية التجريبية

غالبًا ما ينشغل الطلاب بمتطلبات الإنجاز والتوقعات الاجتماعية، مهملين احتياجاتهم الروحية. يمكن أن تؤدي هذه الحالة إلى التوتر والقلق وضعف راحة البال. فعدم الاهتمام بالجوانب الروحية يجعل من الصعب عليهم إيجاد السلامة، لذلك لا بد من حل للحفاظ على التوازن بين الإنجازات الدنيوية والاحتياجات الروحية، وهو الرقص الصوفي.

يهدف هذا البحث إلى شرح تجربة السكينة النفسية التي تهدف إلى الكشف عن معنى السكينة النفسية وفق منظور مؤدي الرقص الصوفي، واستكشاف تجربة السكينة النفسية التي يشعرون بها من خلال ممارسات الرقص ويركز هذا البحث على مؤدي الرقص الصوفي في مجتمع التصوف المركزي للبحوث والعلاج التابع. الصوفي لجامعة سيد علي رحمة الله تولونغاغونغ الإسلامية الحكومية.

وتستخدم هذه الدراسة أساليب البحث الكيفي ذات المنهج الفينومينولوجي الذي يهدف إلى فهم عميق وقد جُمعت البيانات من خلال الملاحظة المباشرة. للتجربة الذاتية لراحة البال لدى مؤدي الرقص الصوفي أثناء النشاط، والمقابلات المتعمقة مع مؤدي الرقص الصوفي، والتوثيق في شكل تسجيلات وصور وملاحظات الصوفي الرقص حول الأنشطة في دروس

أظهرت النتائج أن المؤدين للرقص الصوفي في مجتمع التصوف المركزي للبحوث والعلاج في جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية في تولونغاغونغ قد اختبروا تجربة راحة البال والعديد من التغيرات الإيجابية بعد المشاركة في الرقص الصوفي، وهي انخفاض مستويات التوتر، وزيادة الامتنان، والقدرة على قبول القدر تتماشى هذه النتيجة مع نظرية راحة البال وفقًا للغزالي، والتي تنص. والتخلص من التعلق بالمشاكل الدنيوية لذلك، فإن الرقص الصوفي. على أن راحة البال تتحقق من خلال تطهير القلب والإخلاص والتقرب إلى الله البال راحة فعال كوسيلة للعلاج الروحي الذي يمكن أن يساعد في تعزيز