

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Potensi spiritual manusia dalam konteks upgrading transformasi rohani dan rekonstruksi pemahaman mendalam, berdasarkan ajaran Islam, adalah suatu proses yang memerlukan penggabungan antara upaya pribadi dan pemahaman yang mendalam terhadap ajaran agama. Dalam Islam, potensi spiritual manusia dipandang sebagai panggilan untuk terus meningkatkan hubungan dengan Allah dan memperbaiki diri secara moral dan spiritual.

Bicara tentang potensi spiritual manusia samahalnya dengan bicaratentang hakikat manusia. Dimana manusia diciptakan di muka bumi mengemban dua tugas, yaitu sebagai „Abid (hamba) dan Khalifah fi al-Ardh (pemimpin di dunia). Sebagai hamba manusia punya tugas untuk mengabdikan hidupnya kepada sang pencipta. Wujud dari pengabdian tersebut di sebut dengan ibadah, baik ibadah yang bersifat ukhrowi maupun duniawi. Sedangkan manusia sebagai pemimpin punya makna bahwa manusia mempunyai tugas untuk memimpin, minimal memimpin dirinya sendiri dalam mengontrol hawa nafsu. (Adhim, 2018)

Setiap manusia lahir di dunia diciptakan dengan potensi spiritual yang sangat luar biasa, dengan potensi spiritual tersebutlah seseorang dapat menjadi manusia yang bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Namun, untuk mempunyai potensi spiritual seorang harus menggali lebih dalam lagi potensi yang terdapat dalam dirinya,hal ini dilakukan dengan berbagai cara salah satunya yaitu dengan mendekati diri kepada Tuhan serta belajar mengenai kajian islam mengenai hubungan manusia dengan Tuhan .

Menurut Aini, I. N. (2023) kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang pada kemampuan dan nilai diri mereka sendiri. Ini adalah fondasi yang penting dalam menjalani kehidupan sehari-hari karena mempengaruhi cara kita berinteraksi dengan dunia di sekitar kita. Ajhuri, K. F. (2019) mengatakan orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung

lebih positif, berani menghadapi tantangan, dan mampu mengatasi rintangan dengan lebih baik. Kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang muncul begitu saja, itu adalah hasil dari pengalaman, pendidikan, dan pemahaman diri yang mendalam.

I'anutul. (2019) mengatakan oleh karena itu, penting untuk menyeimbangkan kepercayaan diri dengan kesadaran diri dan kerendahan hati. Mengembangkan kepercayaan diri adalah proses yang berkelanjutan. Ini melibatkan refleksi diri, penerimaan diri, dan pengembangan keterampilan serta pengetahuan yang relevan. Melalui proses ini, seseorang dapat membangun rasa percaya diri yang sehat dan realistis, yang akan membantu mereka mencapai potensi penuh dalam berbagai aspek kehidupan. Ajhuri, K.F. (2019) mengatakan kepercayaan diri bukan hanya tentang merasa baik tentang diri sendiri, tetapi juga tentang memiliki keyakinan bahwa kita mampu menghadapi tantangan dan mencapai tujuan yang kita tetapkan.

Muhasabah adalah konsep dalam Islam yang merujuk pada praktik introspeksi atau evaluasi diri. Kata "muhasabah" berasal dari bahasa Arab yang berarti "menghitung" atau "memeriksa". Ajhuri, K. F. (2019) mengatakan dalam konteks spiritual dan moral, muhasabah mengacu pada tindakan seseorang untuk merenungkan dan menilai perbuatan, pikiran, dan niatnya, serta sejauh mana mereka sesuai dengan ajaran dan nilai-nilai Islam mencapai tujuan yang kita tetapkan.

Muhasabah dilakukan untuk meningkatkan kesadaran diri dan memperbaiki diri secara berkelanjutan. Praktik ini mendorong individu untuk mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka, mengidentifikasi kesalahan atau kekurangan, dan berusaha untuk melakukan perbaikan. Melalui muhasabah, seseorang dapat memperkuat hubungannya dengan Allah, meningkatkan keaktifitas zikir yang secara tidak langsung membuat kecerdasan seseorang

Dengan beribadah kepada Allah swt seseorang akan mampu bersikap lebih baik dan bijaksana. Dengan kata lain, seseorang yang senantiasa berzikir maka ia memiliki kesehatan mental yang baik sehingga mampu mengoptimalkan kemampuannya dan hidup lebih bermakna. Sebagaimana

pondok pesantren Al- Aman yang menjadikan kegiatan zikir sebagai strategi peningkatan kecerdasan spiritual santralitas ibadah, dan mencapai kedamaian batin.(JASMINE, 2019)

Muhasabah juga memainkan peran penting dalam pengembangan karakter. Dengan secara rutin mengevaluasi diri, seseorang dapat menjadi lebih jujur, rendah hati, dan bertanggung jawab. Ini membantu dalam menghindari kesalahan yang sama di masa depan dan mendorong kemajuan pribadi serta spiritual. Dalam kehidupan sehari-hari, muhasabah dapat diaplikasikan dengan meluangkan waktu untuk refleksi diri, baik melalui doa, dzikir, atau mendengarkan kajian islam, untuk meningkatkan kesadaran diri dan meingkatkan keimanan.

Nilai spiritual bisa diperoleh dari hubungan dengan Tuhan, ajaran agama yang diyakini, makna kehidupan yang diperoleh, ibadah atau ritual yang dilakukan, dan kebaikan yang dilakukan untuk hidup. spiritual sangat dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Karena spiritual bisa digunakan untuk membendung perilaku kita yang kurang baik untuk menjadi lebih baik. Kecerdasan spiritual ialah kecerdasan jiwa yang membantu seseorang untuk mengembangkan dirinya secara utuh melalui penciptaan kemungkinan untuk menerapkan nilai nilai positif.

Muhasabah, yang berarti introspeksi diri atau refleksi mendalam, menawarkan pendekatan yang efektif dalam membant mengenali dan mengatasi kelemahan serta ketidakpercayaan diri terhadap diri terhadap Tuhan. Dengan melakukan muhasabah, dapat lebih memahami perasaan, tindakan, dan pikiran serta bisa lebih dekat dengan Tuhan.

Dalam kehidupan pasang surut merupakan suatu hal yang sangat manusiawi dan semua manusia mengalaminya. Yang membedakan adalah terletak pada bagaimana masing-masing individu tersebut dalam menyikapi masalah yang dihadapinya. Salah satu alasan peneliti mengangkat judul ini karena sangat tertarik hal yang berkaitan dengan spiritual. Dalam spritual mengajarkan kemampuan manusia untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah makna kehidupan, nilai-nilai, dan keutuhan diri. karena terkadang

seseorang tidak sadar akan kesalahan yang ia perbuat. Introspeksi dalam hal ini disebut muhasabah.

Muhasabah adalah introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Yakni menghitung –hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat. Menjelang pergantian tahunan, ada baiknya kita mengevaluasi diri masing – masing sejauh mana telah melaksanakan perintah Allah dan Rosul-Nya. Sekiranya sudah melaksanakan, maka hendaknya ditingkatkan. Tetapi seandainya belum melaksanakan perintah serta meninggalkan larangan Allah dan Rosul-Nya, maka harus sadar (yaqdhah), kemudian bertaubat kepada Allah. (SYUKUR, 2017)

Peran Muhasabah di Pondok Pesantren Al-Husna dilakukan dengan cara dengan dzikir-dzikir, seperti membaca dzikir sholawat nabi 3 kali membaca yasin dan surah al-waqiah setelah sholat ‘asar dengan tujuan diberikan ketenangan hati dan bisa lebih dekat dan yakin adanya Tuhan serta untuk meningkatkan kesadaran diri merenungkan kesalahan yang telah diperbuat selanjutnya, sholat malam diantaranya sholat tahajud, sholat taubah dan sholat hajat. yang bertujuan untuk memberikan keyakinan kepada Allah swt . Dalam wawancara yang dilakukan kepada santri Pondok Pesantren Al-Husna mereka meyakini berintrospeksi itu memeberikan pengaruh yang baik terhadap kecerdasan spiritual.

Muhasabah diri diidentikkan dengan menilai diri sendiri, mengevaluasi, atau introspeksi diri dengan mengacu kepada al-Quran dan hadis Nabi sebagai dasar penilaian, bukan berdasarkan keinginan diri sendiri. Muhasabah adalah salah satu cara untuk memperbaiki hati, melatih, menyucikan, dan membersihkannya.³ Setiap orang muslim dituntun untuk senantiasa melakukan muhasabah berdasarkan firman Allah dalam surah al-Hasyr ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah

diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.

Ayat ini ditujukan khusus kepada orang beriman, mengandung dua perintah, perintah untuk bertakwa dan perintah untuk memikirkan diri sendiri (muhasabah al-nafs) tentang perbuatan yang dilakukan untuk kehidupan selanjutnya dan sisanya untuk kemahatahuan. (kemahatahuan)) Allah untuk pekerjaan semua manusia. Keshalehan adalah keadaan hati, yang melalui bayangannya diekspresikan melalui ucapan, meskipun ekspresinya tidak mencapai esensinya. Keadaan ini dapat membuat hati terjaga, aktif, mampu merasakan dan mengenal Allah dalam setiap keadaan, keadaan ini juga tercermin dalam memenuhi perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.

Menurut kitab Tafsir Ibnu Katsir, beliau menafsirkan potongan ayat tersebut sebagai perintah untuk selalu bertakwa kepada Allah. Dalam hal ini mencakup pelaksanaan semua perintah dan meninggalkan semua larangan Allah. Sedangkan menurut kitab Tafsir Al-Misbah, dalam tafsir tersebut menafsirkan kalimat “hai orang-orang yang beriman bertakwalah kepada Allah”. Yaitu hindarilah siksa yang dapat Allah jatuhkan baik dalam kehidupan dunia maupun kehidupan akhirat, dengan cara melaksanakan perintah Allah dengan sekuat kemampuan serta menjauhi larangan Allah.

Dari ayat diatas dijelaskan perintah Allah swt untuk beriman dan bertakwa kepada Allah swt dengan menjauhi perbuatan yang dilarang dan melakukan perbuatan yang diperintahkan. Dengan introspeksi diri sendiri atas apa yang telah dilakukan sehingga bisa memperbaiki kesalahan yang pernah dilakukan. Sehingga lebih bisa mendekatkan diri kepada Allah swt.

Dari latar belakang diatas, peneliti juga mengkaji masalah tersebut lebih dalam dengan menggunakan terapi muhasabah agar dapat mengembangkan kecerdasan spiritual, Sehingga penelitian ini, peneliti mengambil judul “ *Terapi muhasabah dalam mengembangkan kecerdasan spiritual*”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah tersebut maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana mekanisme penerapan terapi muhasabah dalam pengembangan kecerdasan spiritual santri di Pondok Pesantren Al-Husna, terutama dalam konteks keseharian santri?
2. Bagaimana dampak terapi muhasabah terhadap pengembangan kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Al-Husna dilihat dari aspek pemahaman nilai spiritual, perubahan perilaku, dan kemampuan introspeksi diri?

1.3 Tujuan Penelitian

Adanya penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui bagaimana mekanisme penerapan terapi muhasabah dalam pengembangan kecerdasan spiritual santri di Pondok Pesantren Al-Husna, terutama dalam konteks keseharian santri.
2. Mengetahui dampak terapi muhasabah terhadap pengembangan kecerdasan spiritual santri Pondok Pesantren Al-Husna dilihat dari aspek pemahaman nilai spiritual, perubahan perilaku, dan kemampuan introspeksi diri.

1.4 Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini peneliti berharap akan munculnya dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya, antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis
 - a. Menambah keilmuan bagi peneliti yang lain dalam hal Muhasabah untuk meningkatkan kesadaran dalam diri seseorang.
 - b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam khususnya bagi mahasiswa UIN Sayid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Manfaat Praktis
 - a. Mahasiswa

Dengan penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk mahasiswa agar mereka bisa mendapat referensi tentang penerapan terapi Muhasabah untuk meningkatkan kecerdasan spiritual.
 - b. Dosen

Untuk para dosen, penelitian ini bisa dijadikan landasan dalam bahan ajar sehingga tidak hanya mementingkan kajian teoritik saja melainkan juga memperhatikan aspek lain yaitu terkait bermuhasabah untuk meningkatkan rasa empati.

c. Pembaca

Bagi siapapun yang membaca semoga bisa menerapkan terapi ini ketika ada permasalahan yang sama, dan bermanfaat untuk kedepannya