

BAB I PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Ummul khoir termasuk pondok pesantren salaf yang berada di Plosokandang Tulungagung ,menerapkan sistem sistem salafi dalam pembelajaran selain sistem pembelajaran disini menerapkan pembiasaan amalan Banila .Kebanyakan santrinya merupakan mahasiswa Uinsatu ,disini saya mengambil 3 santri dari 30 santri 3 santri tersebut termasuk santri yang baru masuk di pondok pesantrenyang sepenuhnya belum mengetahui tentang pondok pesantren salaf.

Ada beberapa pondok pesantren di tulungagung, Berikut ini adalah daftar pesantren di Tulungagung, baik salafiyah, ashriyah, atau kombinasi: Pondok Pesantren Affandi Wates Kroyo Besuki tulungagungPondok Pesantren Al Aziizi Tanggul Welahan Besuki Tulungagung, Pondok Pesantren Darussyafa'ah Besuki Tulungagung, Pondok Pesantren Jawahirul Hkmah Dsn. Tumpuk Besole Besuki Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Mujahidin Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Al-Ibrohim Sebalor bandung tulungagung Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Darunnajah Bakalan Suruhan kidul Bandung tulungagung ,Pondok Pesantren Al-Ulum Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Baitul Mubarak Dusun Nglujon Suruhan Kidul Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Ulum Jetis Ngunggahan Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Tarbiyatul Qur'an "Al-Hida Dusun Klumpit Rt.01 Rw.01 Bandung Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Islami Salafi Nurul Dho Pakel Tulungagung ,Pondok Pesantren Al-Falah Sukoanyar Pakel Tulungagung , Pondok Pesantren Jati Salam Talun Gombang Pakel Pakel Tulungagung ,Pondok Pesantren Shobirul Iman Pagutan Tamban Pakel Tulungagung ,Pondok Pesantren Thoriqoh Muktabaroh Naqsab Pakel Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Mubarakah Ngentrong Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren

Al-Hidayah Campur Canggrang Rt.02 Rw.03 Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Darus Sholihin Soko Limo Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Darussalam Bandil Gedangan Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Daruttaibin Jl. Sukomakmur No. 80 Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Madinul Ulum Campur Darat Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Ummul Akhyar Campur Darat Tulungagung ,Pondok Pesantren Abul Faidl Demuk Pucang Laban Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Maarif Jabon Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Huda Betak Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Ulum Jigang RT.3 RW. 3 Pakisaji Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Darussalam Tanjung Rt.01 Rw.02 Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Mahir Ar Riyadl Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Panca Hidayah Tunggangri Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Raudlatul Muhsinin Kalidawir Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Falah Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Falah Abdurrohim Rejotangan TulungagungPondok Pesantren Al Hidayah Aryojeding Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Al-Amin Sumber Agung Rt.01 Rw.01 Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Ath Toyyib Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Baitul Amin Troboyo Tengong Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadiin Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Hidayatul Mutaallimin Sokorejo Wetan Rejotangan Tulungagung Pondok Pesantren Hidayatul Qur'an Sukorejo Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Kholidul Asyhar Mentaraman Sumber Agung Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Sabilul Mutaqin Jl. Landung Kel. Tanen Rejotangan Tulungagung ,Pondok Pesantren Al-Hidayah Gilang Ngunut Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Hikam Ngunut Tulungagung ,Pondok Pesantren HM. Sunan Pandanaran Jl. Demuk Gg. Roda Ngunut Tulungagung , Pondok Pesantren Hidayatul

Mubtadiin SgJ Jl. Raya I Gg. PDAM Ngunut Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Falah Trenceng Trenceng Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Munasir Wonorejo Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Falah Bendil Jati Kulon Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Nurul Ulum Bendil Jati Kulon Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Putri Al Husna Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Tarbiyatul Mubtadiin Sabi Dopleng Sumber Gembol Tulungagung ,Pondok Pesantren Daarut Taqwaa Jl. Mastrip No. 17 Boyolangu Tulungagung ,Pondok Pesantren Ma'hadul Ilmi Wal Amal Moyoketen Boyolangu Tulungagung ,Pondok Pesantren Sabilul Huda Beji Boyolangu Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Fattah Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Bahrul Ulum Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Hikmah Jauhari Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Miftahul Ma'rifah Jalan Raya Dusun Jarakan Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Miftahul Ulum Glonggong Rt. 01/01 Notorejo Gondang TulungagungPondok Pesantren Rohmatul Ummah Sidem Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Sabilul Huda Sumber Notorejo Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Salafiah Syafiiyah Wonokromo Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'i Kedung Gundel Gondang Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Hikmah Melathen Jln Lawu 05 Kauman Tulungagung ,Pondok Pesantren An Nuur Desa Bolorejo Kauman Tulungagung ,Pondok Pesantren Miftahul Huda Mojosari Kauman Tulungagung ,Pondok Pesantren Roudlotuth tholabah Mojosari Kauman TulungagungPondok Pesantren Al Falah Jl.Botoran Barat 699 RT 50 TulungagungPondok Pesantren Al Istighotsah Panggung Rejo TulungagungPondok Pesantren Assafi'inah Jl. Botoran Gang VII No. 3 TulungagungPondok Pesantren Panggung Putra Jl. Pangeran Diponegoro No. 28 Tulungagung ,Pondok Pesantren Panggung Putri Tulungagung , , Pondok Pesantren

Al Fattah Putri Mangunsari Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Ath-Thohiriyah Jl. Menara Mangunsari Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Badrus Salam Tawang Sari Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Darul Hikmah Tawang Sari Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadien Simo Kedungwaru Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Putra Menara Al Fattah Mangunsari Kedungwaru TulungagungPondok Pesantren Putra Putri Al Asror Ringinpitu Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Putri Ath-Thohiriyah Jl. Menara Mangunsari Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren TQ. Badrussalam Tawang Sari Gg. III Kedungwaru Tulungagung ,Pondok Pesantren Al Qur'an Al Musthofa Kemiri PulerejoNgantru TulungagungPondok Pesantren Hidayatus Sholihin Ngantru Tulungagung ,Pondok Pesantren Hidayatus Sholihin Pakis Rejo Ngantru Tulungagung ,Pondok Pesantren Lubabul Falah Kalipakis Pucung Ngantru Tulungagung

Pondok Pesantren Irsadul Mubtadiin Karangrejo Tulungagung ,Pondok Pesantren Manbaul Hikam Karangrejo Tulungagung ,Pondok Pesantren Miftahul Ulum Tamanan Sukowiyono Karangrejo Tulungagung ,Pondok Pesantren Sabilillah Karangrejo Tulungagung ,Pondok Pesantren Darussalam Bulu tanggul welahan Sendang Tulungagung ,Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al Islam, Rt/Rw 02/01 Dsn Sedayu Desa Suwaru Kec Bandung Tulungagung.

Peneliti memilih Ponpes Ummul Khoir sebagai tempat penelitian karena dikalangan pondok ini berbeda dengan pondok lainnya , dan hal itu juga amalan ini harus di lakukan pada jam 12 karena pada jam 12 termasuk waktu yang paling mustajab.

Sebagai terapi yang aman dan efektif bagi mereka yang menderita gangguan pada jiwanya adalah dengan zikir, karena zikir hati dan jiwa akan membuat mereka merasa lebih tenang.¹ Finkelor mengemukakan bahwa semakin maju masyarakat, semakin kompleks masalah hidup yang ia jalani. Hal tersebut membuat semakin sukar orang mencapai ketenangan hidup. Semua orang akan mencari ketenangan hidup, sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan dan kecemasan.² Keadaan yang demikian akan memaksa seseorang untuk mencari ketenangan jiwa. Ketika seseorang memiliki ketenangan jiwa yang baik dia akan selalu merasa bahagia karena ketenangan jiwa merupakan sumber kebahagiaan.

Seorang muslim diwajibkan untuk terus-menerus mengingat Allah SWT dalam hati, melalui ucapan, dan melalui tindakan seluruh tubuhnya. Dalam perspektif Islam, zikir dianggap sebagai obat yang mampu menyembuhkan kekeringan hati yang menjadi akar dari berbagai perilaku manusia. Hal ini ditegaskan dalam ayat al-Qur'an ketika Allah berfirman sebagai berikut.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.” (QS. Al-Ra’d: 28)³

Menurut al-Ghazali, dalam konteks bahasa, zikir berarti mengingat. Namun, dalam terminologi khusus, zikir merujuk pada usaha yang sungguh-sungguh untuk mengarahkan pikiran, gagasan, dan perhatian manusia kepada Tuhan dan kehidupan

¹ Anggraini, & Subandi, “Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir Untuk Menurunkan Stres Pada Penderita Hipertensi Esensial” *Jurnal Intervensi Psikologi*: Vol. 2 No.14, hlm. 55-64

² Dorothy C. Finkelor, *Bagaimana Emosi Berperan Dalam Hidup Anda, Kebencian, Kecintaan Dan Ketakutan Kita*, (Yogyakarta: Zenit Publister, 2004), hlm. 3-4.

³ Soenarjo, dkk, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Departemen Agama RI, Jakarta, 2004) hlm.

akhirat. Para ulama sepakat bahwa zikir adalah penyebutan Nama-Nama Allah yang indah, yang ditetapkan oleh ajaran Islam, seperti bacaan Tasbih, tahmid, takbir, tahlil.⁴

Islam memiliki berbagai solusi untuk mengatasi masalah kejiwaan berdasarkan al-Qur'an dan as-Sunnah. Salah satu pengobatan yang disebutkan dalam al-Qur'an adalah zikir untuk mengobati gangguan jiwa. Dengan melakukan zikir secara khidmat menciptakan kedamaian dalam jiwa seorang dzakiran yang ia harapkan untuk membawa kebahagiaan dan ketenangan. Zikir ini dapat membantu mengatasi rasa sedih, stres, frustrasi, keputusasaan, kekhawatiran, dan ketakutan yang mungkin ada dalam dirinya.⁵

Strategi untuk meningkatkan ketenangan jiwa adalah dengan meningkatkan ketentraman dan keyakinan. Salah satu caranya adalah berzikir. Berdasarkan penelitian yang banyak dilakukan oleh penelitian sebelumnya pelatihan zikir dapat berperan sebagai metode psikoterapi, Melakukan zikir secara konsisten dapat membantu menjaga ketenangan dan kedamaian jiwa seseorang, sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh pengaruh negatif dari lingkungan dan budaya global. Menurut beberapa penelitian mengatakan bahwa latihan zikir memiliki kemampuan untuk mengurangi efek negatif dan memunculkan emosi positif.⁶

Bagi individu yang merasa rentan secara emosional, zikir yang berkelanjutan dapat memberikan kekuatan yang lebih besar melalui pengingatannya akan kebesaran Allah. Setiap individu memiliki kebutuhan spiritual yang perlu dipenuhi dalam

⁴ Kajiro Nakamura, Ghazali and Prayer, *Alih bahasa Uzair Fauzan, Metode Zikir dan Doa al-*

Ghazali, (Bandung: Arasyi Mizan, 2005), hlm. 79

⁵ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikologi Islam*, (Jakarta:Malang Press, 2008), hlm. 332

⁶ Abu Wardah, *Wasiat Dzikir dan Rasulullah SAW*,. (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2000), hlm. 167.

kehidupan mereka.⁷ Menurut Al-Ghazali, ketenangan jiwa merupakan sumber dari sifat-sifat yang dapat menciptakan kebahagiaan. Beberapa sifat tersebut termasuk rasa syukur, kesabaran, ketakutan akan dosa atau hukuman, cinta kepada Allah, harapan akan pahala, serta ridha terhadap takdir yang ditetapkan oleh Allah dan mempertimbangkan segala perbuatan yang dilakukan.

Al-Ghazali juga berpendapat bahwa jiwa adalah sesuatu yang halus yang dapat diketahui dan dirasakan oleh individu. Ketika jiwa tersebut digambarkan sebagai raja yang bertindak adil, semua kemampuan dalam tubuh manusia juga berperilaku dengan adil. Maka dari itu, penting bagi remaja untuk meningkatkan ketenangan jiwa mereka. Pada tahap perkembangan mereka, remaja membutuhkan keadaan hati yang tenang agar dapat menghadapi masalah dan menemukan jati diri. Remaja dalam kondisi seperti ini mengalami dampak negatif yang beragam seperti: rendahnya harga diri, dengan lingkungan, tempramental, kekecewaan yang berkelanjutan.⁸

Oleh karena itu ketenangan jiwa remaja ini dapat menanggapi situasi mereka secara lebih positif dengan menyandarkan kepada Allah akan segala sesuatunya. Untuk mendapat ketenangan jiwa itu dengan cara yang dianjurkan adalah dengan mengingat Allah melalui zikir dan doa. Seorang mursyid adalah pembimbingnya dan beberapa jamaah yang dibimbingnya. Karena banyak masalah yang muncul dalam hidup ini yang membuat kehidupan tidak tenteram, maka dengan zikir kita dapat menemukan ketenangan jiwa yang akan membantu kita menghadapi berbagai tantangan hidup dengan lebih baik. Mereka juga akan selalu merasa bersyukur atas semua yang telah mereka miliki, sabar ketika menghadapi semua cobaan dan ujian yang diberikan oleh Allah dan selalu merasa Allah berada di sampingnya. Sholeh menjelaskan bahwa

⁷ Subandi, *Psikologi Zikir: Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009), hlm. 88

⁸ Imam al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin* Terj. Ismail Yakub, (Jakarta: Tirta Mas, 1984), hlm.

ajaran Islam menganjurkan agar manusia selalu berzikir kepada Allah, karena dengan zikir hati akan menjadi tenang dan damai (*Taṭmainnul qulūb*). Dengan metode berzikir atau bermeditasi, segala persoalan-persoalan duniawi disandarkan kepada Allah dzat yang mengatasi segalanya. Begitu sempurnanya ajaran Islam, tak satupun persoalan yang terlewatkan dalam kitab al-Qur'an, sehingga urusan jiwa atau ruh, *qalb*, terapi hati serta berbagai aspek-aspek kehidupan semua tersusun dalam kesatuan yang kompleks.⁹

Zikir memiliki pengaruh yang signifikan dalam kehidupan manusia, Ini disebabkan oleh fakta bahwa zikir memenuhi kebutuhan psikologis manusia akan ketenangan dan kebahagiaan. Selain itu, zikir juga memiliki kemampuan untuk membersihkan jiwa, menyembuhkan dan mencegah penyakit jiwa dan hati.

Mengamalkan zikir dengan penuh khusyuk, ikhlas, dan ridho kepada Allah SWT, kita membentuk kebiasaan bagi hati kita untuk senantiasa dekat dengan-Nya. Dengan mengingat Allah SWT, manusia menjadi lebih sadar akan kehadiran-Nya. As-Sakandari mengungkapkan bahwa zikir adalah sarana untuk melepaskan diri dari kelalaian dengan mengarahkan hati kita selalu kepada Allah.¹⁰ Sesungguhnya orang yang berzikir senantiasa dalam perlindungan Allah dan mendapatkan pertolongan-Nya seperti dalam firman berikut.

أَفَذَرُكُمْ ۖ وَذَامُّكُمْ أَوْ رُدُّكُمْ ۚ وَإِن يَأْتِ الْكُفْرَآءَ لَنُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَفْضَلِ مِمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya: “Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku.” (QS Al-Baqarah: 152)¹¹

⁹ Moh. Sholeh, *Tahajud Manfaat Praktis Ditinjau Dari Ilmu Kedokteran Terapi Religius*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 27.

¹⁰ M. Sholihin, Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung:Pustaka Setai, 2014), hlm. 92

¹¹ Soenarjo, *Al-Qur'an dan Terjemahan ...* hlm. 237

Ayat ini mengandung pesan untuk selalu mengingat Allah, baik melalui lisan, hati, maupun fisik. Caranya, dengan: Melafalkan pujian, Mengingat kekuasaan dan kebijaksanaan, dan Menaati perintah-Nya. Allah menjanjikan bahwa jika kita mengingat-Nya, maka Dia pun akan mengingat kita dengan melimpahkan pahala, pertolongan, dan kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Zikir juga merupakan cara untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT agar batin mendapatkan ketenangan dan kedamaian hidup di dunia dan akhirat. Zikir juga sebagai teknik untuk mengembangkan potensi iman yang memberi nilai positif dalam kehidupan. Sehingga zikir yang dilakukan dengan konsentrasi penuh penghayatan akan tertanam jiwa yang damai dan tenang, maka dengan demikian

Dākirīn akan merasakan kedamaian pada jiwanya untuk senantiasa sadar akan perilaku yang sesuai dengan ajaran-ajaran Islam yang dibawa oleh Nabi SAW dan mengharapkan ridhoNya untuk senantiasa hidup di jalan kebenaran.

Salah satu bentuk kegiatan berdzikir adalah melalui amalan ba'da nisfu lail atau yang lebih populer disebut Ba'nila. Amalan ini adalah kegiatan rutin yang diadakan setiap pukul dua belas malam berupa pembacaan al-Qur'an secara berkelompok yang setiap kelompok terdiri dari lima sampai 6 orang, kegiatan ini digagas oleh pengasuh Pondok Pesantren Mbah Dul, KH. Abdul Kholiq. Kegiatan ini pertama kali diselenggarakan pada bulan Juli 2020. Menurut beliau ini adalah gerakan nderes al-Qur'an. Beliau adalah alumni Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta. Gerakan yang digagasnya ini rupanya sangat terinspirasi dari pribadi KH. Munawwir yang selalu nderes dan intiqomah mengkhataamkan al- Qur'an.

Prosesi pelaksanaan amalan Ba'nila di Pondok Pesantren Mbah Dul dimulai dengan kegiatan awal, kegiatan inti dan penutup. kegiatan awal pertama para santri

duduk melingkar di dalam bersama kelompoknya masing-masing. berikutnya Pembacaan nazham Nadzamn Asmaul Husna Mbah Ali Maksum Krapyak (Nadzam Nailul Muna) secara bersama-sama, Pembacaan tawasul oleh KH. Abdul Kholiq. Membaca surat al-Fatihah bersama-sama.

Kegiatan inti meliputi pembacaan al-Qur'an oleh salah satu anggota kelompok sebanyak satu ruku' kemudian bergantian dengan anggota kelompok lainnya. Jika ada salah satu kelompok telah selesai membaca sebanyak setengah juz, maka harus menunggu kelompok lainnya dengan membaca dzikir. Membaca sholawat sebanyak tujuh kali yang diarahkan oleh KH. Abdul Kholiq. Membaca potongan ayat Q.S. al-Anbiya: 87 sebanyak tujuh kali, dan dilanjutkan do'a yang dipimpin KH. Abdul Kholiq. Terakhir bersalam-salaman dengan diiringi dengan sholawat. Berangkat dari permasalahan tersebut, maka peneliti untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Implementasi Amalan Ba'nila sebagai Metode Ketenangan Jiwa di Pondok Pesantren Putri Ummul Khoir".

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi santri pra pelaksanaan amalan ba'nila dalam mewujudkan ketenangan jiwa pada santri PPUK?
2. Bagaimana pengalaman para santri PPUK waktu melaksanakan amalan ba'nila?
3. Bagaimana keberadaan santri PPUK setelah melaksanakan amalan ba'nila?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan kondisi santri pra pelaksanaan amalan ba'nila dalam mewujudkan ketenangan jiwa pada santri PPUK.

2. Untuk mendeskripsikan pengalaman para santri PPUK waktu melaksanakan amalan ba'nila.
3. Untuk mendeskripsikan keberadaan santri PPUK setelah melaksanakan amalan ba'nila.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memiliki kegunaan bagi semua pihak yang terkait, utamanya bagi pihak-pihak berikut ini:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam dunia pendidikan terutama pesantren yaitu mampu menambah khazanah keilmuan dan referensi terutama dalam membentuk pemahaman keagamaan santri. Oleh karenanya dengan implementasi kegiatan ini dapat digunakan dalam langkah-langkah untuk membentuk kephahaman santri yang dapat dilakukan dengan berbagai macam cara yang tentu sesuai dengan aturan atau dasar yang berlaku dalam agama Islam.

2. Secara Operasional

Kegunaan operasional, diharapkan hasil penelitian ini mampu bermanfaat sebagai masukan dalam mengambil kebijakan bagi:

- a. Pihak pondok pesantren

Pondok pesantren bisa menggunakan hasil penelitian ini sebagai masukan mengenai implementasi kegiatan ba'nila, baik melalui desain-desain kegiatan yang dapat berguna bagi kelancaran dan hasil yang maksimal dari kegiatan itu sendiri. Pondok pesantren yang lain juga dapat menggunakan hasil penelitian sebagai perbandingan dengan kegiatan yang ada di masing-masing pondok pesantren.

b. Pengurus pondok pesantren

Pengurus pondok pesantren diharapkan bisa menggunakan hasil penelitian ini untuk lebih mengembangkan serta lebih kreatif dalam proses kegiatan Ba'nila ini. Sehingga hambatan atau kekurangan yang masih ada dapat diperbaiki dan bisa mencapai tujuan yang dikehendaki oleh pengasuh pondok pesantren.

c. Bagi santri

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan semangat dan ketekunan para santri dalam mengikuti kegiatan yang ada di pondok pesantren. Tidak sebatas disitu saja, santri bisa mengambil nilai-nilai yang selama ini mereka anggap remeh. Sehingga para santri bisa menjadi yang lebih baik lagi.

d. Peneliti selanjutnya

Peneliti mendatang diharapkan bisa menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan masukan dan referensi dalam penggalian data mendatang terkait dengan pemahaman keagamaan santri.

E. Penegasan Penelitian

Guna menghindari kesalahpahaman dalam pembahasan penelitian ini, maka peneliti menegaskan beberapa istilah antara lain:

1. Penegasan Konseptual

a. Implementasi

Implementasi dapat diartikan sebagai penerapan atau operasional suatu aktivitas untuk mencapai suatu tujuan atau sasaran.

b. Ba'nila

Ba'nila merupakan singkatan dari ba'da nisfu lail.

c. Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa dapat diartikan sebuah kesehatan mental dengan mempunyai sebuah ciri seperti kemampuan untuk bekerja dengan efisien, mempunyai sebuah impian hidup yang jelas dan batinnya selalu tenang dalam menghadapi berbagai macam permasalahan kehidupan.

2. Penegasan Operasional

Secara operasional yang dimaksud dengan Implementasi Amalan Ba'nila Sebagai Metode Ketenangan Jiwa Di Pondok Pesantren Putri Ummul Khoir ialah penerapan kegiatan Ba'nila dengan melihat dari bagaimana bentuk kegiatan, proses kegiatan serta implikasi dari kegiatan ba'nila sebagai metode ketenangan jiwa di Pondok Pesantren Putri Ummul Khoir.

F. Sistematika Pembahasan

Bab I Pendahuluan; Pada bab ini penulis paparkan tentang konteks penelitian, penegasan istilah, fokus penelitian, tujuan penelitian, dan kegunaan penelitian, serta sistematika pembahasan sebagai langkah awal penulisan.

Bab II Kajian Pustaka; Pada bab ini penulis membahas tentang tinjauan pustaka atau buku buku yang berisi teori teori besar (*grand theory*) yang dijadikan landasan atau pembahasan pada bab selanjutnya dan hasil dari penelitian terdahulu.

Bab III Metode Penelitian; Bab ini memaparkan tentang metode penelitian yang digunakan meliputi: Pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, kehadiran

peneliti, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan data, tahap-tahap penelitian.

Bab IV Laporan Hasil Penelitian; Bab ini membahas mengenai latar belakang obyek penelitian dan penyajian hasil-hasil penelitian. Selain itu juga akan dibahas mengenai analisis dan pembahasan hasil penelitian.

BAB V Pembahasan; Bab ini memaparkan beberapa sub bab yaitu mengenai Implementasi Kegiatan Ba'nila Sebagai Metode Ketenangan Jiwa di Pondok Pesantren Putri Ummul Khoir.

BAB VI Penutup yang berisi Kesimpulan dan Saran; Kesimpulan dan saran, penulis paparkan tentang kesimpulan dari hasil penelitian serta beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi seluruh lapisan Pondok Pesantren Putri Ummul Khoir, masyarakat, bangsa dan negara.