

**PERAN KECERDASAN SPIRITUAL TERHADAP
KESEHATAN MENTAL SANTRI YANG SEDANG
MENJALANI RIYADHOH PUASA MUTIH
41 HARI DIPONDOK PESANTREN
RAUDHATUL MUJAWWIDIN**

SKRIPSI



**BIMO ARIO WICAKSONO
NIM: 2019021**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA
JAKARTA
2024**

**PERAN KECERDASAN SPIRITUAL TERHADAP
KESEHATAN MENTAL SANTRI YANG SEDANG
MENJALANI RIYADHOH PUASA MUTIH
41 HARI DI PONDOK PESANTREN
RAUDHATUL MUJAWWIDIN**

Skripsi Ini Diajukan Untuk Salah Satu Syarat Mendapatkan Gelar
Sarjana Strata Satu (S1) Dalam Bidang Keilmuan Psikologi (S,Psi)

SKRIPSI



Disusun Oleh:

**BIMO ARIO WICAKSONO
NIM: 2019021**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA
JAKARTA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Putih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” yang disusun oleh BIMO ARIO WICAKSONO dengan Nomor Induk Mahasiswa: 2019021 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan ke sidang munaqasyah.

Jakarta, 19 Agustus 2024
Dosen Pembimbing,



Maryam Alatas, M.Psi., Psikolog

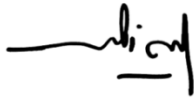
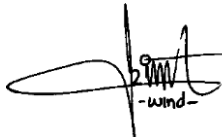
LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Peran Kecerdasan Spritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” yang disusun oleh BIMO ARIO WICAKSONO dengan Nomor Induk Mahasiswa: 2019021 telah diujikan dalam sidang munaqasyah pada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia Jakarta pada hari Kamis, 05 September 2024 dan direvisi sesuai saran tim penguji. Maka skripsi tersebut telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Jakarta, 7 November 2024
Dekan Fakultas Ilmu Sosial

The image shows the official logo of Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (UNUSIA) Faculty of Social Sciences (Fakultas Ilmu Sosial). The logo is a green circular emblem with a geometric pattern. To the right of the logo is a handwritten signature in black ink.

Naeni Amanulloh, M.Si

No	Nama Penguji	Paraf
1.	Ketua Sidang Munaqosah: Winda Maharani, M.Psi., Psikolog	
2.	Penguji 1: Windy Rainata, M.Psi., Psikolog	
3.	Penguji 2: Siti Mutia Anindita, M.Psi., Psikolog	
4.	Dosen Pembimbing Skripsi: Maryam Alatas M.Psi., Psikolog	

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

NIM : 2019021

Tempat/Tgl. Lahir : Tegal, Jawa Tengah/17 November 2001

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” merupakan hasil karya tulis asli penulis, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya atau atas petunjuk dari dosen pembimbing. Jika dikemudian hari pernyataan penulis tidak terbukti benar, maka sepenuhnya akan menjadi tanggung penulis dan bersedia gelar akademiknya dibatalkan sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Jambi, 15 Agustus 2024

A rectangular stamp with a blue background. On the left, there is a red and white 1000 Rupiah Indonesian postage stamp. To the right of the stamp, there is a handwritten signature in black ink that reads 'Bimo Ario Wicaksono'.

Bimo Ario Wicaksono

NIM: 2019021

LEMBAR PERSEMBAHAN

Tiada lembar paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Alhamdulillahirobbil'alamin dengan mengucapkan rasa Syukur kepada ALLAH SWT, dan berkat dorongan, dukungan dan doa-doa orang terkasih, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai bukti semangat, usaha serta rasa cinta penulis kepada orang-orang yang berharga dalam hidup penulis.

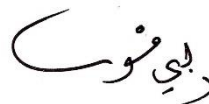
Saya ucapkan rasa Syukur dan terima kasih kepada:

1. Allah SWT. karena hanya atas izin dan karuniaNya maka skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga pada Allah SWT. Penguasa alam yang meridhoi dan mengabulkan segala doa.
2. Kepada yang teristimewa dua orang hebat dalam hidup penulis, Bapak Asep Saepudin dan Ibu Khuzaimah selaku orang tua yang senantiasa merawat, melindungi dengan tulus, penuh keikhlasan serta selalu mendukung, mendoakan penulis sampai tahap ini. Beliau tidak pernah merasakan bangku perkuliahan tetapi keduaNya membuat penulis bisa mendapatkan gelar Sarjana pertama dalam keluarga.
3. Kepada Abang ku Saudara ku Edi Purwanto. Abang yang senantiasa memberikan semangat kepada penulis.
4. Kepada Pengasuh Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin: Nyai Hj. Dewi Chafsoh, Nyai Hj. Al-Barokah, Kiai Ansor Wijaya Al-Badawi Al-Hafidz yang memberikan doa restu nya serta memberikan izin fasilitas sehingga skripsi ini bisa selesai.

5. Kepada Ibu Maryam Alatas M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing, penguji dan pengajar, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik.
6. Seluruh Dosen terkhusus Dosen Prodi Psikologi Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, Jakarta.
7. Kepada Kiai dan Guru saya di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin yang mana berkat ilmu-nya bisa membawa penulis sampai di posisi ini.
8. Seluruh pihak yang membantu, mendukung penulis dalam menyusun skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan dan amal semua pihak yang telah membantu. Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.

Jambi, Agustus 2024



Bimo Ario Wicaksono

Nim: 2019021

MOTTO

“Dan aku menyerahkan segala urusan ku kepada ALLAH”

(-Qs Al-Ghafir: 44)

“Jika Tidak Punya Jabatan Kamu Harus Punya Uang, Kalau
Tidak Punya Uang, Maka Kamu Harus Pintar”

-Bambang Pacul-

Belajarlal Sampai Kapanpun Itu Karena Masih Banyak Ribuan
Kesalahan Yang Belum Engkau Coba

-Bimo Ario Wicaksono-

ABSTRAK

BIMO ARIO WICAKSONO. Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial. Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (UNUSIA) Jakarta. Pembimbing: Maryam Alatas, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa mutih selama 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, Serta untuk mengetahui bagaimana pengalaman santri mengenai dampak dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental selama menjalani proses riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis Fenomenologi digunakan untuk menggali pengalaman mendalam para partisipan. Tiga partisipan kunci dan tiga partisipan pendukung dipilih secara *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual memainkan peran penting dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mental santri selama menjalani riyadhoh. Partisipan kunci mengungkapkan bahwa praktik puasa mutih membantu mereka mencapai ketenangan batin, peningkatan kesadaran diri, dan kedekatan dengan Tuhan. Selain itu, dukungan dari lingkungan di Pesantren dan rutinitas ibadah harian turut berkontribusi pada stabilitas emosi dan pengembangan diri yang lebih baik. Partisipan pendukung juga menegaskan pentingnya kecerdasan spiritual dalam menghadapi tantangan mental dan fisik selama periode riyadhoh. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kecerdasan spiritual memiliki dampak positif signifikan terhadap kesehatan mental santri yang menjalani riyadhoh puasa mutih.

Kata kunci: Kecerdasan Spiritual, Kesehatan Mental, Riyadhoh, Puasa Mutih

ABSTRACT

BIMO ARIO WICAKSONO. *The Role of Spiritual Intelligence on the Mental Health of Santri Who Are Undergoing Riyadhoh 41 Days of Mutih Fasting at the Raudhatul Mujawwidin Islamic Boarding School. Thesis. Psychology Study Program, Faculty of Social Sciences. Indonesian Nahdlatul Ulama University (UNUSIA) Jakarta.*

Supervisor: Maryam Alatas, M.Psi., Psychologist

This research aims to examine the role of spiritual intelligence on the mental health of students who are undergoing riyadhoh fasting for 41 days at the Raudhatul Mujawwidin Islamic Boarding School, as well as to find out what the students' experiences are regarding the impact of spiritual intelligence on mental health during the process of riyadhoh fasting 41 days at Raudhatul Mujawwidin Islamic Boarding School. This research uses a qualitative approach with the phenomenological analysis method used to explore the participants' in-depth experiences. Three key participants and three supporting participants were selected using purposive sampling. Data was collected through in-depth interviews and participant observation. The research results show that spiritual intelligence plays an important role in maintaining and improving the mental health of students during riyadhoh. Key participants revealed that the practice of fasting helped them achieve inner peace, increased self-awareness, and closeness to God. Apart from that, support from the environment at the Islamic boarding school and daily worship routines also contribute to emotional stability and better self-development. Supporting participants also emphasized the importance of spiritual intelligence in facing mental and physical challenges during the riyadhoh period. This research concludes that spiritual intelligence has a significant positive impact on the mental health of students who undergo riyadhoh fasting.

Keywords: *Spiritual Intelligence, Mental Health, Riyadhoh, Mutih Fasting*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, Puji syukur yang sangat luar biasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-nya, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul **“Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadho Puasa Putih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin”** sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.

Dalam menyelesaikan penelitian ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan beserta dukungan, baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Yth:

1. Dr. H. Juri Ardiantoro, M.Si selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
2. Naeni Amanullah, M.Si selaku Dekan Fakultas Sosial Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
3. Winda Maharani, M.Si., Psikolog selaku Kaprodi Psikologi Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
4. Maryam Alatas, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terimakasih atas segala sabar dan keikhlasannya dalam membimbing serta memotivasi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

5. Seluruh jajaran Dosen Psikologi Universitas Nahdlatul Ulama.
6. Kepada kedua orang tua penulis, yang selalu memberikan support penuh-Nya
7. Seluruh ustadz, kiai, muasis khususnya di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin yang selalu mendoakan serta mengiringi langkah saya.
8. Seluruh yang mendukung terselesaikannya skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
MOTTO.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penulisan.....	11
D. Manfaat Penulisan	11
E. Sistematika	
Penulisan.....	9
BAB II KAJIAN TEORI PENULISAN	10
A. Kajian Teori	10
1. Kecerdasan Spritual (Spiritual Intelligence).....	10
2. Kesehatan Mental	15
3. Riyadhoh atau Tirakat.....	20
4. Puasa Mutih	25

B. Kerangka Berpikir	27
C. Tinjauan Pustaka.....	29
BAB III METODOLOGI PENULISAN.....	28
A. Metode Penulisan	28
B. Lokasi dan Waktu Penulisan.....	30
C. Deskripsi Posisi Penulis.....	31
D. Informan Penulisan.....	31
E. Teknik Pengumpulan Data	33
F. Kisi-kisi Instrumen Penulisan.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	42
H. Validasi Data (Validitas dan Reliabilitas Data).....	45
I. Etika Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian.....	43
1. Deskripsi Informan	43
2. Hasil Deskripsi Temuan.....	45
B. Pembahasan	100
BAB V PENUTUP.....	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator dan Instrumen kecerdasan spiritual.....	11
Tabel 2.2 Indikator kesehatan mental.....	16
Tabel 2.3 Penelitian relevan	30
Tabel 3.1 Indikator pertanyaan wawancara	34
Tabel 3.2 Panduan wawancara kecerdasan spiritual	34
Tabel 3.3 Pertanyaan wawancara kesehatan mental	35
Tabel 3.4 Panduan observasi penelitian.....	38
Tabel 3.5 Indikator pertanyaan wawancara	39
Tabel 3.6 Indikator dan pertanyaan kecerdasan spiritual.....	40
Tabel 3.7 Indikator kesehatan mental	41
Tabel 3.8 Panduan observasi penelitian	42
Tabel 4.1 Data informan penelitian	43
Tabel 4.2 Data informan pendukung	44
Tabel 4.3 Triangulasi data	104

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	166
Lampiran 2	168
Lampiran 3	170
Lampiran 4	172
Lampiran 5	174
Lampiran 6	176
Lampiran 7 Surat Izin Tempat Riset	178
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	179

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu proses pembelajaran dengan tujuan untuk mengembangkan bakat pada diri anak, baik sifat pribadian, kecerdasan, spiritual dan keagamaan (Suriadi, dkk., 2021), berdasarkan pendapat tersebut, dapat diartikan bahwa pendidikan ialah suatu proses dimana seorang anak mencari minat dan bakat, yang sesuai dengan kemampuan didalam dirinya yang diperdalam melalui Pendidikan, sehingga dapat menciptakan suatu karakter yang diinginkan. Hasan, dkk., (2021), Mendefinisikan pendidikan secara luas sebagai, semua pengalaman yang bersifat belajar sepanjang hidup atau berlangsung pada seluruh lingkungan.

Pendidikan dalam pengertian yang sederhana adalah usaha manusia untuk membina kepribadianya, sesuai dengan norma-norma yang ada didalam masyarakat, budaya dan lingkungannya. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu proses seseorang mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya, agar seseorang menjadi terarah dengan tujuan yang ingin dicapai, serta dapat meningkatkan kemampuan yang ada dalam dirinya, guna menjadi seseorang yang diinginkan sesuai karakter nya. Salah satu lembaga pendidikan yang sangat diminati, khususnya oleh umat muslim di Indonesia, yakni Pondok Pesantren (Agustina., dkk, 2020).

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang paling tua di Indonesia. Pesantren merupakan wadah para santri mencari dan memperdalam ilmu agama. Kata Pondok berasal dari *funduq* (bahasa Arab) yang artinya ruang tidur, asrama, atau ruang sederhana, Pondok Pesantren memang sebagai tempat untuk menuntut ilmu dengan interior yang sederhana, biasanya para pelajar/santri berasal jauh dari tempat asalnya. Kata Pesantren berasal dari kata santri yang diimbuhi awalan pe- dan akhiran-an yang berarti menunjukkan tempat, maka artinya adalah tempat para santri (Wahyudin, 2016).

Pondok Pesantren merupakan salah satu jenis pendidikan Agama Islam yang tersebar di masyarakat sekitar. Hal ini ditandai dengan sistem yang kompleks dimana para pemuka agama mengawasi pendidikan umat awam melalui sistem madrasah atau sekolah yang dipimpin oleh beberapa orang Kyai yang memiliki karismatik serta pengajar Ustadz/Ustadzah yang mempunyai bidang keilmuan di bidang-nya masing-masing (Kariyanto dan Qomar, 2019).

Berdasarkan Peraturan Pasal 20, Pasal 21, Pasal 28 C, Pasal 28 E, Pasal 29, dan Pasal 31 Nomor 18 Tahun 2019. Pesantren merupakan organisasi masyarakat yang berbasis masyarakat umum dan di asuh serta di ajar oleh para ulama, masyarakat awam, organisasi Islam, yang menjunjung tinggi keutuhan dan rasa takut kepada Allah SWT. Pendidikan Pesantren adalah pendidikan yang diselenggarakan oleh Pesantren dan berada dilingkungan Pesantren, dengan

mengembangkan kurikulum sesuai dengan kekhasan Pesantren, dengan berbasis kitab kuning atau dirasah islamiah dengan pola pendidikan muallimin.

Pondok Pesantren ialah lembaga pendidikan baik formal dan non formal islam, untuk menuntut ilmu agama serta formal yang di dalamnya terdapat asrama atau tempat untuk di tinggali, yang dihuni oleh para santri dan dipimpin oleh seorang Kyai (Asfarina dan Hafnidar, 2021). Kemudian pada perkembangannya, setiap Pesantren mempunyai ciri khas atau karakteristik sendiri-sendiri, salah satunya yang mempunyai ciri khas serta karakteristik yang unik adalah Pondok Pesantren Rauhdatul Mujawwidin.

KH. M. Burhan Jamil MY, merupakan pendiri Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, Beliau adalah penduduk asli Desa kecil di Desa Penganten-Klambu, Purwodadi Grobogan Jawa Tengah. Selain itu, beliau merupakan alumni Madrasah Diniyah NU Kudus yang di didik di bawah bimbingan KH. Ahmad Sya'roni Achmadi, dan mempunyai i'tiqad yang diperlukan untuk mengajarkan agama di lingkungan transmigrasi. Pada tahun pertama tahun 1995, Kyai. M. Burhan Jamil MY, hanya mempunyai dua santri yang tinggal di gubug rumah sederhana namun, sebagian besar penduduk setempat tertarik untuk mendorong anak-anak mereka belajar agama. Inilah yang kemudian menjadi landasan Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ) .

Pada tahun 1996 M. Seiring berjalannya waktu, M berganti nama menjadi Yayasan Pendidikan Ilmu Al-Qur'an (YPIQ) Raudhatul Mujawwidin pada tahun 1998 dan menjadi sebuah sekolah. Selanjutnya pada tahun 2000 M. Kyai Burhan Jamil. MY dengan gigih memajukan praktik pendidikan yang lebih ekspansif di daerah dalam kaitannya dengan pengasuhan anak Bangsa. Setelah itu, mereka menerapkan sistem Pondok Pesantren dalam pengajarannya. Para santri itu datang dari beragam dan berbagai kabupaten di Provinsi Jambi. Apalagi datang dari berbagai daerah lain seperti Bengkulu, Medan, Sumatera Selatan, Sumatera Barat, Riau, bahkan mungkin Jawa Tengah dan Jawa Timur.

Saat ini jumlah santri di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin berjumlah sekitar $\sim$ 2000 orang. Beberapa orang tua serta para alim ulama telah menyekolahkan anaknya ke Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin untuk memberikan bimbingan, inspirasi, dan dukungan terkait tujuan pendidikan sekolah, agar anak tumbuh menjadi anak yang berakhlak baik, bertanggung jawab, dan pembelajar yang penuh hormat. Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, menjadi Lembaga Koordinat Pembelajaran Al-Qur'an Metode Qiro'ati untuk wilayah Provinsi Jambi, telah mendorong terhadap pendirian Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ), dan hingga saat ini, lebih dari 36 lembaga TPQ sekaligus membina terhadap calon guru pengajaran Al-Qur'an di beberapa kabupaten/kota di Wilayah Provinsi Jambi, bahkan Sumatera Selatan dan Sumatera Barat.

Pesantren memiliki tradisi bagi para santrinya, yang sedang dalam proses mencari ilmu. Terdapat dua usaha yang bisa dilakukan oleh para Santri, yaitu melalui usaha lahiriyah dengan belajar sungguh-sungguh dan dengan usaha batiniiyah yaitu dengan melakukan riyadhah/tirakat (Khakim, 2020). Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, adalah salah satu Pondok yang masih melestarikan tradisi riyadhah/tirakat. Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin memiliki tradisi riyadhah/tirakat puasa 41 hari putih tanpa makan yang manis atau asin (hambar) serta tidak memakan makanan protein hewani seperti daging sapi, kerbau, kambing, dan pilihan dari menu untuk berbuka adalah nasi putih, singkong rebus, jagung serta hanya minum air putih yang dimana diikut sertakan menghatamkan Al-Quran Bilghoib selama 1 kali khatam dalam satu hari, dilakukan selama puasa 41 hari.

Riyadhah/tirakat yaitu latihan. Maksudnya adalah latihan yang bersifat rohaniah untuk menyucikan jiwa dengan melawan hawa napsu yang tidak sesuai dengan ajaran-ajaran agama. Proses yang dilakukan yaitu dengan melakukan pembersihan atau pengosongan jiwa dari segala sesuatu selain Allah, kemudian mengamalkan dengan dzikir, ibadah, beramal saleh dan berakhlak mulia. Pekerjaan yang termasuk kedalam amalan riyadhah adalah dengan mengurangi makan, mengurangi tidur menggantikan dengan salat malam, menjaga ucapan, dan berkhawat yaitu menjauhi pergaulan dengan

orang banyak, melainkan digantikan dengan ibadah, agar bisa terhindar dari perbuatan dosa (Adnan, 2017).

Tirakat/Riyadhah merupakan penugasan yang disesuaikan dengan beberapa ciri yang dimiliki santri. Riyadhah/tirakat yang diberikan oleh guru kepada muridnya untuk meningkatkan karakter baik serta positif. Disimpulkan riyadhoh/tirakat merupakan latihan dan pengamalan suatu kegiatan yang bersifat keagamaan guna meningkatkan ketaqwaan serta membersihkan jiwa/rohani seseorang yang sedang menjalani riyadhoh/tirakat yang dijalannya. Riyadhoh atau tirakat juga merupakan bagian dari peningkatan spiritual khususnya di kalangan umat islam.

Umat islam di dunia meyakini bahwa setiap manusia telah diberi fitrah/suci. Fitrah/suci tersebut dapat berupa kesucian bayi yang baru lahir dan dibekali dengan kecerdasan, yaitu salah satunya *spiritual quotient* (SQ) atau kecerdasan spiritual (Fikra, 2022). Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk mengambil hikmah atau makna dari setiap persoalan-persoalan yang di limpahkan kepada manusia. Kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan yang lain (Isti'anah, 2017).

Kecerdasan spiritual terbagi menjadi beberapa aspek, yaitu mampu bersikap netral atau fleksibel, tingkat kesadaran yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa takut, kualitas hidup yang difahami oleh visi dan nilai

untuk tidak menyebabkan kerugian yang tidak semestinya, memiliki sifat ingin bertanya, serta memiliki kepribadian menjadi mandiri. Jadi, kecerdasan spiritual berfungsi sebagai nilai moralitas, yang dapat membantu kearah yang lebih positif, menjadi karakter pribadi yang baik, dan mendorong untuk berperilaku positif serta dapat mengasah permasalahan dengan berlandaskan nilai-nilai spiritual, atau keagamaan yang mampu diyakini oleh setiap individu masing-masing (Zohor dan Marshall (dalam Sembiring, dkk., 2015).

Salah satu tempat yang cocok untuk mengasah atau kecerdasan spiritual adalah Pondok Pesantren. Kecerdasan spiritual atau di singkat (SQ) dapat diasah melalui riyahoh/tirakat puasa hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Fiddari dan Turmuddi, (2020) menunjukan bahwa tirakat puasa bilaruh dapat meningkatkan kecerdasan spiritual, Kecerdasan spiritual sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental karena kesehatan mental dapat dipengaruhi 2 faktor yaitu faktor internal yang terdapat pada diri seseorang dan faktor eksternal yang terdapat pada lingkungan sekitar dan budaya.

Tokoh psikologi, Carl Gustav Jung menemukan, pasien yang sakit secara psikologis dapat sembuh karena, telah mengenal agama dan menyembah Tuhannya (Azania & Naan, 2021). Dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi baik nya kesehatan mental, serta peran untuk menjaga Kesehatan mental karena

mempunyai pengaruh yang kuat bagi Kesehatan mental seorang penghafal Al-Qur'an

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tia, dkk., (2017), menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual memberikan peran positif terhadap kesehatan mental. Selanjutnya hasil penulisan yang dilakukan oleh Azania dan Naan (2021), juga menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memberikan peran terhadap kesehatan mental. Pentingnya mengasah mental seorang santri diawal Pondok Pesantren guna menghadapi dunia luar, tetapi tidak lupa untuk meningkatkan kecerdasan spiritualnya, karena sikap serta perilakunya akan menentukan nasib nya yang akan datang, karena nasib seseorang tergantung pada perilaku keseharian yang mana lambat laun akan membentuk suatu kebiasaan yang kemudian menjadi karakter diri dari seseorang, guna menjadi penerus yang memiliki intelektual, spiritual dan akhlak budi pekerti yang baik dimasa depan.

Kesehatan mental merupakan salah satu ilmu yang masuk ke dalam ilmu kejiwaan, yang sudah dikenal sejak abad-19. Kesehatan mental sebagai suatu kajian ilmu jiwa walaupun dalam bentuk kesederhanaan (Fakhriyani, 2019). Kesehatan mental menurut ahli kesehatan Merriam Webster merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana seseorang tersebut dapat memanfaatkan kemampuan mengendalikan kognisi dan emosi berfungsi dalam komunitasnya, dan dapat memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari. Jadi kesimpulan kesehatan mental merupakan

keadaan yang sedang mempengaruhi seseorang secara kognisi, afeksi serta tindakan (Rozali, dkk., (2021).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan penulis ketika berada di Madrasah Aliyah, Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, pada tanggal 28 Oktober 2023, observasi serta wawancara terhadap Guru, penanggung jawab Al-Quran, serta santri yang sedang menjalani riyadhoh/tirakat, di program Tahfidz Qur'an Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, mendapatkan keterangan serta temuan yakni, santri yang berperilaku berbeda dari pada umumnya, seperti merasakan rasa takut, perubahan aktivitas sehari-hari, perubahan mood positif ke negatif ceria menjadi pemurung, suka berkumpul menjadi suka menyendiri serta kegagalan dalam menjalani tirakat yang dilakukan oleh santri. Keterangan di atas merupakan salah satu efek dari riyadhoh/tirakat puasa putih 41 hari, yang dijalankan santri di Pondok Pesantren khusus nya di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Pada penulisan ini penulis, fokusnya adalah memahami peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental pada santri yang sedang menjalani proses riyadhoh/tirakat di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, serta bagaimana pengalaman santri mengenai dampak dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mereka selama menjalani proses riyadhoh puasa putih. Kecerdasan spiritual disimpulkan sebagai kemampuan santri untuk mencari tujuan hidup, dan mengembangkan hubungan yang lebih didalam dirinya, seperti

hubungan dengan Tuhan dan alam semesta. Santri yang sedang menghafal Al-Qur'an di pilih karena aktivitas menghafal ini, perlu melibatkan emosional dan spiritual yang tinggi, sehingga dapat berpotensi mempengaruhi kesehatan mental para penghafal Al-Qur'an.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengangkat judul **“Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin”** dengan demikian, penulisan ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang bagaimana peran kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kecerdasan mental pada santri yang sedang menjalani riyadhoh, serta memberikan sejauh mana kontribusi kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental penghafal Al-Quran, serta bagaimana pengalaman santri dalam proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin dapat mempengaruhi kesehatan mental para santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

B. Rumusan Masalah

Dalam penulisan ini, penulisan mengambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh

Puasa Mutih 41 Hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin?

2. Bagaimana Persepsi Pengalaman Santri Mengenai Dampak Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Mereka Selama Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin?

C. Tujuan Penulisan

1. Untuk mengetahui peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.
2. Untuk mengetahui pengalaman santri mengenai dampak kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental selama menjalani *riyadhoh* puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Penulisan ini diharapkan menjadi rujukan untuk menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan mengenai peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

2. Manfaat Praktis

Bagi penghafal Al-Quran, santri, guru, orang tua, teman dan orang terdekat. Penulisan ini diharapkan dapat memberikan pengaruh, kontribusi atau masukan bagi guru,

penghafal Al-Quran, santri, yang sedang menjalani riyadhoh. Bagaimana pentingnya kesehatan mental pada orang yang sedang menjalani riyadhoh.

E. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan pada skripsi ini adalah sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan

Pada Bab 1 ini meliputi: Kontek masalah, Identitas masalah, Deskripsi Masalah, Rumusan masalah, Tujuan penelitian, Manfaat penelitian, dan sistematika penulisan yang mana tercakup pada bab 1

BAB II: Kajian Teori

Bab ini merupakan serangkaian dari pengertian uraian serta pemahaman teori-teori yang digunakan untuk di jadikan kerangka berpikir dan tujuan dari penelitian

BAB III: Metodologi Penelitian

Bab ini menjelaskan tentang metode yang digunakan dalam penelitian, yang meliputi metode penelitian, waktu dan lokasi penelitian, deskripsi posisi peneliti, informan penelitian, teknik pengumpulan data, kisi-kisi instrumen penelitian, teknik analisis data dan validitas reliabilitas data.

BAB IV: Hasil Penelitian

Bab ini menyajikan temuan-temuan penelitian, pembahasan sesuai dengan konsep dasar penelitian serta solusi atas kesulitan-kesulitan yang muncul selama perumusan masalah

BAB V: Kesimpulan Dan Saran

Bab ini mencakup kesimpulan serta saran berdasarkan temuan penelitian tersebut.

BAB II

KAJIAN TEORI PENULISAN

A. Kajian Teori

1. Kecerdasan Spritual (*Spiritual Intelligence*)

a. Pengertian Kecerdasan Spiritual (*Spiritual Intelligence*)

Kecerdasan spiritual menurut Ratnasari, dkk., (2022), adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu menempatkan prilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, serta menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain. Sedangkan kecerdasan spiritual menurut Ahmad dan Ambotang (2020), mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kemampuan untuk mengenali aspek kerohanian dalam diri seseorang. Kecerdasan spiritual ialah kemampuan individu untuk membersihkan jiwa dari pengaruh negatif (Wajar dan Hamzah, 2020).

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas mengenai kecerdasan spiritual (*spiritual intelligence*) menurut para ahli, disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan atau kegiatan di dalam jiwa manusia untuk membantu, menghadapi, mengembangkan, serta memecahkan persoalan melalui penciptaan untuk menerapkan nilai-nilai positif di kehidupan serta keutuhan diri untuk menempatkan

perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya.

b. Indikator Kecerdasan Spiritual (*Spiritual Intelligence*)

Adapun indikator dari kecerdasan spiritual menurut Handayani (2019), adalah sebagai berikut:

Tabel 2.1 Indikator dan Instrumen Kecerdasan Spiritual

Indikator	Instrumen
Merasakan kehadiran Allah	a. Keyakinan adanya Allah b. Shalat wajib c. Merasa diawasi Allah
Selalu berdzikir dan berdoa kepada Allah	a. Rajin berdoa b. Kebiasaan membaca Al-Qur'an c. Mendapatkan pertolongan Allah
Cenderung kepada kebaikan	a. Bergaul sesuai etika b. Toleransi antar sesama
Sabar	a. Mudah memaafkan kesalahan b. Suka membantu orang lain

c. Memperlakukan
orang dengan baik

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa indikator dari kecerdasan spiritual ada empat yang dapat dikembangkan dilingkup penghafal Al-Quran.

c. Manfaat Kecerdasan Spiritual

Menurut Umam dan Saputro (2019), adapun manfaat kecerdasan spiritual ditinjau dari dua sisi, yaitu:

1. Kecerdasan spiritual mengambil metode *vertical*, jadi hati kita menjalin hubungan atas kehadiran ALLAH SWT, dengan cara kecerdasan spiritual, yakni dengan mempraktikan perbaikan diri atau dengan berzikir berdoa supaya menjadi lebih tenang
2. Kecerdasan spiritual mengambil metode *horizontal*, dimana kecerdasan spiritual mendidik hati kita didalam budi pekerti yang baik, ditengah arus demoralisasi perilaku manusia akhir-akhir ini, seperti sikap destruktif dan masifikasi kekerasan secara kolektif, kecerdassan spiritual tidak saja efektif untuk mengobati perilaku manusia yang destruktif seperti itu, tetapi juga menjadi petunjuk (*guidance*) manusia untukmenapaki hidup secara baik dan sopan.

Manfaat kecerdasan spiritual ini dapat diartikan sebagai berikut:

- a) Menjadi lebih mandiri
- b) Memiliki motivasi kerja yang kuat
- d) Memiliki banyak tanggung jawab.
- c) Perasaan bersyukur dan tidak egois
- e) Memiliki disiplin yang baik
- f) memiliki sifat integritas

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwasanya ada banyak manfaat yang diberikan dari adanya kecerdasan spiritual. Berhasil atau tidaknya proses tersebut dapat dilihat bagaimana kecerdasan spiritual yang dikembangkan terhadap kesehatan mental, sehingga dapat mempengaruhi proses riyadhoh/tirakat yang sedang dijalankan.

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual

Menurut Syanaz, dkk., (2023), menjelaskan bahwa perkembangan kecerdasan spiritual dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor internal yang disebut juga pembawaan berkaitan dengan keragaman sidik jari manusia yang sudah ada sejak lahir. Namun setiap manusia mempunyai jenis fitrah yang berbeda-beda karena ada orang yang berperilaku ramah dan ada pula

yang cenderung terhadap bimbingan. Faktor bawaan juga dipengaruhi oleh bekal yang diserap ke dalam tubuh. Bekal ini mempengaruhi perkembangan kecerdasan bayi serta kesehatan bayi secara keseluruhan, baik secara mental maupun fisik. Disisi lain, potensi kecerdasan yang sudah diketahui sejak masa kanak-kanak juga ada kaitannya dengan penggunaan yang berasal dari otak.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal disebut juga dengan faktor eksternal yang mempunyai hubungan erat dengan masyarakat, sekolah, dan lingkungan sekitar. Anggota keluarga mempunyai peranan penting dalam tumbuh kembang bayi. Dalam posisi ini, anggota keluarga menjadi sumber dukungan terpenting dan paling tidak penting bagi pertumbuhan anak. Melalui kegiatan pendidikan, lingkungan sekolah berfungsi sebagai sarana pembinaan pertumbuhan spiritual. Salah satu faktor yang kurang penting adalah lingkungan masyarakat. Banyaknya karakteristik lingkungan tempat tinggalnya juga berkontribusi terhadap kemunduran spiritual anak.

Oleh karena itu, dalam proses perkembangan spiritual bayi, setiap faktor yang dipertimbangkan dengan baik mempunyai dampak terhadap perkembangan kapasitas spiritual anak, dan yang paling signifikan adalah hubungan antara orang tua dan anak. Jika masyarakat tidak mampu menemukan tempat tinggal yang bebas dari hal-hal yang mengkompromikan prinsip moral, maka harus ada bimbingan yang jujur dari orang lain.

2. Kesehatan Mental

a. Pengertian Kesehatan Mental

Menurut Daradjat (1991), kesehatan mental mengacu pada keadaan hubungan harmonis antara fungsi tubuh dan anggotanya, serta kemampuan mengenali dan menafsirkan secara positif kemampuan dan kekurangan diri. Menurut M. Buchori, kesehatan mental merupakan sebuah ilmu tentang prinsip serta peraturan dan prosedur untuk kesehatan rohani manusia, orang yang kesehatan mentalnya bagus adalah orang yang rohani atau didalam hatinya selalu merasa tenang, aman, tentram (Ernawati dan Rosdialena, 2019).

Kesehatan mental menurut seorang ahli kesehatan yakni Merriam Webster, kesehatan mental adalah suatu keadaan emosional serta psikologis yang sehat, yang dimana setiap seseorang dapat memanfaatkan kondisi serta kemampuan kognisi serta emosi yang baik

didalam komunitasnya (Rozali, dkk., 2022). Sedangkan menurut Undang-Undang no 23 tahun 1992 pasal 1 ayat 1 tentang kesehatan dikatakan bahwa: kesehatan mental adalah keadaan Sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang dimana dimungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Berdasarkan definisi tersebut, individu dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh atau holistik. Kesatuan yang holistik tersebut terdiri dari unsur tubuh (*organobiologis*), jiwa atau mental (psikis), (Lubis, dkk., 2019).

Jadi dapat diartikan kesehatan mental adalah kondisi seseorang dimana keadaanya bisa berfungsi dan berkembang secara baik, dalam keadaan situasi serta kondisi yang baik, dalam kondisi yang sesuai dengan keinginan maupun tidak sesuai dengan keinginan. Untuk setiap santri diperlukan berusaha untuk membangun kondisi mental yang baik dalam menghadapi kondisi kehidupan yang menuntut kekuatan mental khusus nya bagi penghafal Al-Quran, yang sedang menjalani riyadhoh yang dimana sedang menjalani kondisi yang tidak seperti biasanya.

b. Indikator Kesehatan Mental

Menurut Arcius (Dalam Utsman Najati, 2008), indikator kesehatan mental antara lain:

Tabel 2.2 Indikator Kesehatan mental.

No	Indikator Kesehatan mental
----	----------------------------

-
1. Menerima keadaan diri
 2. Menumbuhkan interaksi sosial yang baik
 3. Mampu menyelesaikan pekerjaan dengan sukses dan merasa puas dengan karyanya
 4. Mampu menghadapi kehidupan dan mampu mencari sisi positif dari kehidupan tersebut
 5. Merasa berkecukupan
 6. Berani bertanggung jawab
 7. Memiliki ketegaran dan kestabilan diri
 8. Mampu memenuhi kebutuhan secara cukup
 9. Berperan serta dalam kegiatan sosial
 10. Memiliki pedoman hidup
-

c. Ciri-ciri Kesehatan Mental

Adapun ciri-ciri kesehatan mental menurut Fakhriyani, (2017), adalah sebagai berikut:

1) Terhindar dari gangguan jiwa

Ada 2 kondisi kejiwaan yang terganggu yang berbeda satu sama lain, yaitu gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit jiwa (*psikose*). Adapun perbedaan dari kedua kondisi tersebut yaitu, *neurose* masih mengetahui dan merasakan kesukarannya, sementara *psikose* tidak, individu

dengan *psikose* tidak mengetahui masalah/kesulitan yang tengah dihadapinya.

2) Mampu menyesuaikan diri

Penyesuaian diri, juga dikenal sebagai pengaturan diri, adalah proses mengidentifikasi dan memuaskan kebutuhan seseorang sehingga mampu menghadapi stres, konflik, frustrasi, dan masalah lainnya dengan cara alternatif.

3) Mampu memanfaatkan potensi secara maksimal

Hal penting lainnya yang merupakan indikasi sehat secara mental adalah secara aktif individu mampu memanfaatkan kelebihanya, yaitu dengan cara mengeksplor potensi semaksimal mungkin.

4) Mampu mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Prinsip ini berlaku pada semua kegiatan individu yang bertujuan untuk mencapai gotong royong. Individu dengan pikiran yang sehat mendorong tindakan atau tanggapan positif dalam menanggapi situasi guna memenuhi kebutuhannya. Respon positif ini sama-sama bermanfaat baik bagi responden maupun orang lain.

Dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri Kesehatan mental perilaku/berperilaku yang baik di kehidupan sehari-hari, serta dapat menunjukkan hal hal positif baik di diri sendiri maupun di lingkungan sekitar.

d. Faktor-faktor Kesehatan Mental

Menurut Putri, dkk., (2015), kesehatan mental dibagi menjadi tiga kategori penyebab yakni sebagai berikut:

1) Faktor Somatogenik

Faktor ini meliputi beberapa faktor internal, seperti neuroanatomi, neurofisiologi, neurokimia, Tingkat kematangan dan perkembangan organik, serta faktor prenatal dan perinatal.

2) Faktor Psikogenik

Faktor tersebut meliputi interaksi normal antara orang tua dan anak, seperti tidak mengasihani diri sendiri, persaingan antar saudara, empati, pengertian, hubungan dengan keluarga, rekan kerja, permainan rekan kerja, dan masyarakat, serta kegagalan yang mengakibatkan depresi, kecemasan, kesuraman atau pucat, ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dan bertindak sebagai reaksi terhadap lingkungan sekitar, dan ambang regresi/perkembangan emosional.

3) Faktor Sosiogenik.

Adapun didalamnya terdapat kestabilan keluarga, pola mengasuh anak, keluarga dengan ekspresi emosi tinggi atau rendah, Tingkat pendapatan atau ekonomi, tempat tinggal, masalah kelompok minoritas yang berprasangka, fasilitas

kesehatan, Pendidikan, serta kesejahteraan yang tidak memadai, pengaruh rasial dan keagamaan, dan nilai-nilai yang dijadikan pedoman.

Dari ketiga faktor di atas, dapat disimpulkan bahwa penyebab gangguan kesehatan jiwa seperti gangguan kejiwaan tidak terbatas pada satu faktor saja. Hal ini dikarenakan sifat manusia yang sedemikian rupa sehingga sistem saraf tubuh manusia merupakan satu jenis jaringan manusia, sehingga besar kemungkinan penyebab gangguan kesehatan jiwa merupakan gabungan dari empat kategori, dan satu kategori menjadi penyebab utamanya. Oleh karena itu, proses penilaian terhadap siswa perlu dilakukan secara menyeluruh dan tepat.

3. Riyadhoh atau Tirakat

a. Pengertian *Riyadhoh*

Istilah tirakat atau Riyadhoh khususnya dikalangan Pondok pemaknaan, yang dimana kata pertama berasal dari Bahasa Arab yaitu *thoriqoh* yang artinya jalan yang di lalui, pemaknaan kedua yakni berasal dari Bahasa Arab taroka, yatruku, tarkan yang bermakna meninggalkan sesuatu. Pemaknaan dari kedua istilah ini dapat menjadikan makna tirakat sebagai jalan menuju pemurnian hati serta meninggalkan perkara perkara yang negatif dan buruk,

istilah di Pesantren lebih sering juga di sebut dengan riyadhoh (Triana, dkk., 2023).

Dalam terminology tasawuf, Riyadhoh dapat diartikan dengan pelatihan-pelatihan kejiwaan dengan melalui tahapan dan proses membiasakan diri tidak melakukan perbuatan buruk, kotor, serta melanggar aturan aturan agama. Serta dapat diartikan sebagai proses kejiwaan dengan melatih diri untuk membiasakan sifat sifat yang buruk. (Khakim, 2020).

Kegiatan yang termasuk amalan-amalam riyadhoh salah satunya adalah membaca Al-Qur'an, berpuasa, bangun malam melakukan sholat sunnah, serta untuk seorang hafidz adalah melakkan riyadhoh menghatamkan Al-Quran berulang kali dalam waktu tertentu, dengan berpuasa serta memakan makanan yang terkenal hambar seperti memakan nasi, singkong, atau jagung selama waktu yang telah di tentukan, hal ini diharapkan seorang penghafal Al-Quran mampu memberikan peranan yang penting, guna menjaga serta memantapkan hafalannya serta bentuk pengadlan serta pendekatan diri terhadap Allah SWT. (Rosyidah, dkk., 2023).

Salah satu Pondok Pesantren yang menggunakan proses riyadhoh/tirakat puasa putih ini adalah Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, Rimbo Bujang, Kabupaten Tebo, Provinsi Jambi yang dimana proses nya wajib dilaksanakan bagi setiap penghafal Al-Quran

yang sedang menghatamkan 30 juz, serta untuk mendapatkan syahadah sanad keilmuan Al-Quran.

b. Jenis Jenis Riyadhoh atau Tirakat

Menurut Sunarno, dkk., (2022), secara umum ada 4 bentuk riyadhoh yang dijalankan, yaitu:

1. Umum Riyadhoh Ikhwan TQN

Ini adalah amalan yang biasa dilakukan Ikhwan TQN, yang meliputi dzikir Jahar, dzikir Khofi, Khataman, Manakban, dan Shalawat Bani Hasyim.

2. Khusus Riyadhoh Ikhwan TQN

Riyadhoh ini tertulis dalam kitab Islam. Terdiri dari tiga bagian: bagian wajib, bagian rawatib, dan bagian lain yang diselesaikan dalam sehari yang biasanya lebih dari 100 rakaat. Setiap aktivitas riyadhoh dalam rangkaian ini disajikan pada Pukul 02 dengan bangun malam dan mandi wajib.

3. Khusus Riyadhoh Khusus

Riyadhoh ini terdiri dari pelajaran-pelajaran yang dipelajari oleh perempuan atau yang disampaikan kepada mereka oleh guru-guru mereka. Riyadhoh jenis ini dimaksudkan untuk mengajar Rohani dan Jasmani. Keadaan riyadhoh saat ini adalah sebagai berikut:

- 1) Mandi di malam hari
- 2) Mandi kamanusaan

- 3) Mandi kamaleakat
 - 4) Puasa sunnah senin kamis
 - 5) Berpuasa Kafaro
 - 6) Puasa qonaat
 - 7) Nyampeu
 - 8) Niis
 - 9) Melean/begadang
 - 10) Tolak bala
 - 11) Dawaamul zakat
 - 12) Dawaamul shodaqoh
 - 13) Saefi
4. Riyadhoh berupa penugasan

Riyadhoh ini adalah riyadhoh yang disesuaikan dengan keunikan murid. Riyadhoh jenis ini diberikan guru kepada murid dengan mempertimbangkan keunikan murid dan untuk melatih murid meningkat dalam karakter baik tertentu sehingga terjadi kurangnya kesempatan untuk menampilkan karakter buruk. Riyadhoh berupa penugasan ini antara lain

Riyadhoh semacam ini adalah yang disesuaikan dengan kebutuhan Riyadhoh jenis ini diberikan kepada santri oleh gurunya dengan tujuan untuk memantapkan budi pekertinya dan mendidiknya untuk meningkatkan kemampuannya dalam budi pekerti yang sesuai, yang pada akhirnya mengakibatkan sedikit keterlambatan dalam

berkembangnya budi pekerti yang buruk. Riyadhoh merupakan salah satu pengugasan lainnya.

- 1) Mengajar
- 2) Melakukan dakwah
- 3) Melakukan penerbitan
- 4) Membuat Buku Panduan
- 5) Membantu Abah/Pengabdian
- 6) Menerima tamu, menjamu tamu, melayani kebutuhan tamu
- 7) Membina Panti Remaja Inabah
- 8) Membina Inabah Bina Lanjut
- 9) Mengawasi biji tumbuh dan berbuah
- 10) Meminta maaf kepada setiap orang yang ditemui
- 11) Memberi ceramah kepada orang-orang yang sudah tersesat tentang tema Ibu
- 12) Meminta ijin dari guru yang anti tarikat untuk mendapatkan ijin belajar tarikat
- 13) Berdakwah di tempat yang anti tarikat.

c. Manfaat Riyadhoh

Menurut Fadli, dkk., (2021), Adapun manfaat dari riyadhoh adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk memperkuat jiwa
- 2) Melatih emosional
- 3) Meningkatkan kecerdasan
- 4) Mampu membangkitkan jiwa spiritual manusia
- 5) Dapat mengendalikan hawa nafsu manusia

- 6) Memurnikan, mensucikan serta menguatkan jiwa
- 7) Memperkuat keyakinan manusia terhadap sang pencipta

d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Riyadhoh

Menurut Koesmeiran, dkk., (2022), menjelaskan ada faktor yang mempengaruhi dari proses riyadhoh yaitu: Faktor internal yang mempengaruhi dari proses riyadhoh yaitu karena adanya rasa malas. Adanya rasa malas sangat mempengaruhi seseorang dalam meningkatkan sikap spiritual dan membentuk akhlak mahmudah dalam diri. Sikap malas merupakan penyakit mental.

Faktor internal selanjutnya yaitu niat dan tekad. Niat dan tekad juga sangat berpengaruh, karena niat atau tekad yang kuat merupakan hal yang sangat penting dalam mewujudkan dan mendorong seseorang untuk melaksanakan atau melakukan hal yang ingin dicapai olehnya. Faktor internal selanjutnya yaitu kurangnya pemahaman dan kesadaran dari diri santri untuk melaksanakan kegiatan ini dengan baik. Karena sikap adalah pandangan atau kecenderungan mental dan sikap adalah kecenderungan yang relatif menetap untuk bereaksi dengan cara baik atau buruk terhadap orang atau barang tertentu.

4. Puasa Mutih

a. Pengertian Puasa Mutih

Tradisi berpuasa adalah salah satu tirakat atau riyadhoh yang dilakukan oleh para santri penghafal Al-Qur'an. Banyak jenis puasa yang dilakukan oleh para santri terkhusus santri yang menghafalkan Al-Qur'an yaitu puasa mutih. Puasa mutih menurut Idris (2020), adalah puasa yang dimana melarang *shaim* (orang yang sedang melakukan puasa) untuk mengkonsumsi makanan yang bernyawa. Ariyanti (2019), menjelaskan bahwa puasa mutih yaitu, mutih berasal dari Bahasa Jawa yang berarti memutihkan.

Mutih adalah seseorang yang sedang menjalani puasa dengan hanya mengonsumsi nasi putih dan air putih tanpa ada rasa apapun, meski hanya garam atau gula. Puasa ini dilakukan selama 24 jam (sehari penuh) sehingga pelaku hanya makan dan minum sekali dalam sehari. Pelaksanaanya dapat dilakukan dengan jumlah hari ganjil dan bisa mencapai 40 hari. Penamaan mutih berasal dari jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi selama menjalani tirakat.

b. Manfaat Puasa Mutih

Puasa mutih adalah puasa sunnah yang jalankan bagi beberapa orang untuk menuju atau mengharapkan sesuatu yang dituju, dikarenakan puasa adalah tradisi orang-orang yang sedang menahan hawa nafsu baik perilaku perbuatan maupun Tingkat keserian dan ada beberapa jenis puasa sunnah salah satunya adalah puasa mutih dan puasa mutih juga ada beberapa jenisnya

salah satu dari jenis riyadhoh puasa mutih adalah puasa mutih 41 hari, puasa ini banyak digunakan oleh calon Hafidz/Hafidhoh di Pondok Pesantren di Indonesia salah satu metode ini yang menggunakan adalah Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

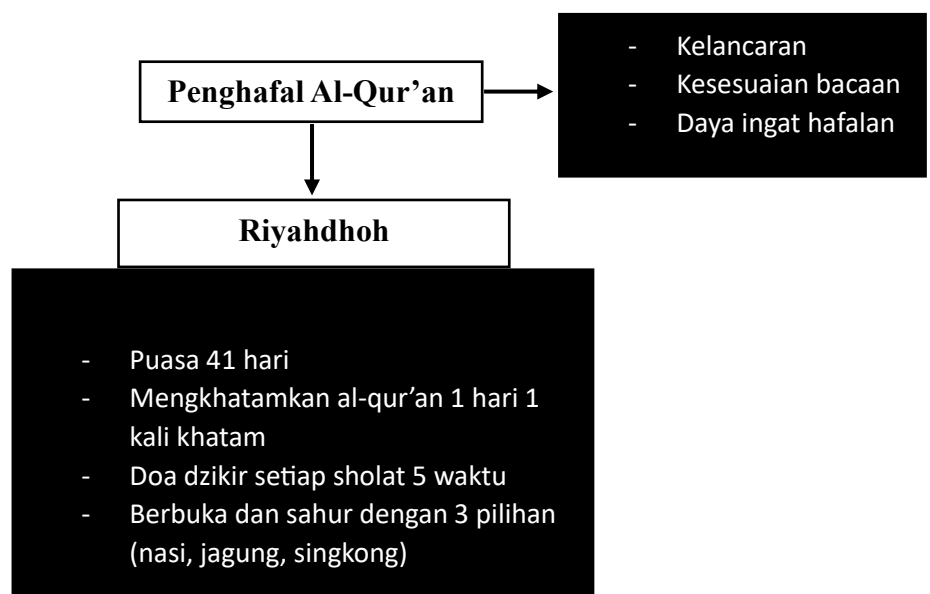
Menurut penanggung jawab Al-Quran Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin Kiai Ansor Wijaya Al-Badawi Al-Hafidz tradisi ini adalah salah satu tujuan riyadhoh puasa mutih 41 hari adalah untuk memperkuat hafalan santri calon Hafidz/Hafidhoh serta untuk menyambungkan sanad keguruan dari gurunya yakni: KH. Marzuqi Bin Kiai Khoirudin Malang, dari gurunya Syaikh Muhammad Arwani Al-Qudsi, dari gurunya; Syaikh Muhammad Munawwir Krapyak yang menjadi guru besar bacaan Al-Qur'an di Indonesia.

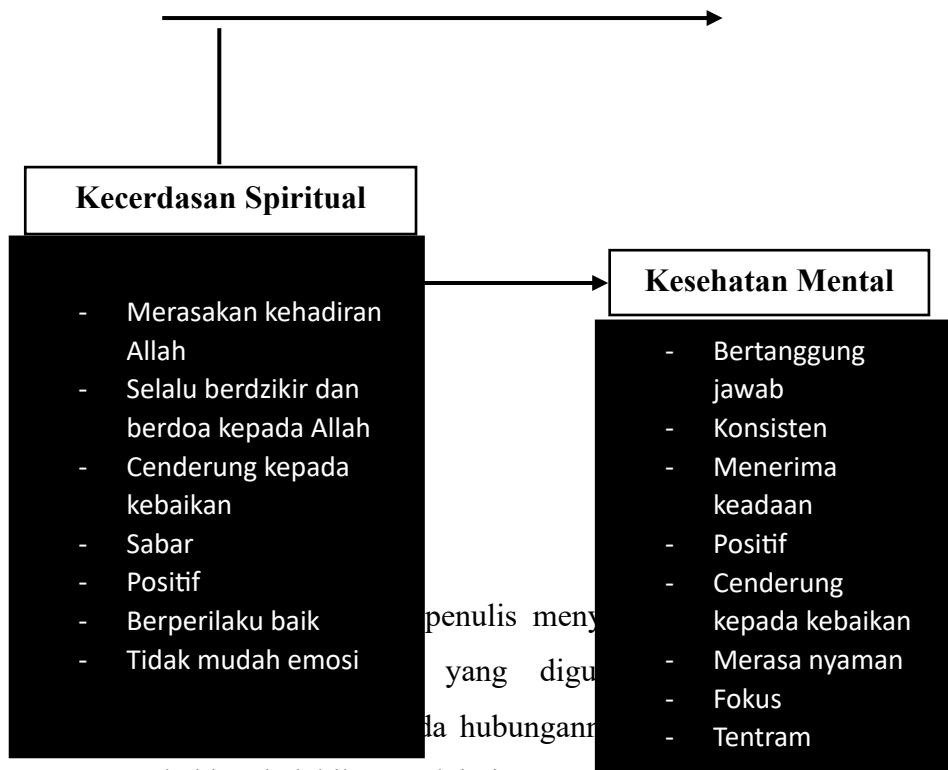
B. Kerangka Berpikir

Bagi seorang santri yang sedang menjalani proses belajar atau menimba ilmu agama, serta kewajiban menjalani seperti sholat mengaji kitab, Al-Quran di Pondok Pesantren khususnya bagi santri penghafal Al-Quran pastilah banyak rintangan, godaan, hambatan dan perubahan psikologis santri yang diterjang bagi seorang santri calon Hafidz/Hafidhoh dan tidak sebentar dikarenakan menghafal Al-Quran 30 juz bukanlah hal yang mudah khususnya bagi penghafal Al-Quran di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin ada beberapa perbedaan khusus nya bagi penghafal Al-Quran dikarenakan di

Pondok Pesantren bagi penghafal yang sudah mampu menghatamkan Al-Quran.

Ada kewajiban sebagai calon Hafidz/Hafihoh yakni menjalani tirakat/riyadhoh puasa mutih selama 41 hari dengan menghatamkan Al-Quran 1 kali khatam per harinya, dan puasa santri hanya makan makanan dengan ketentuan: jagung, nasi putih atau singkong dan serta minum hanya air putih. Bagaimana proses serta respon santri yang sedang menjalani proses tirakat ini khusus nya didalam kecerdasan spiritual nya, apakah kecerdasan spiritual santri dapat membantu dalam proses santri menjalani tirakat nya dikarenakan proses tirakat ini lebih dari 1 bulan dan juga setelah penulis melakukan observasi, ada beberapa anak yang gagal dalam menjalani proses tirakat puasa mutih ini serta mengalami kondisi yang berbeda seperti perubahan mood, perilaku serta kehidupannya. Adapun konsep pembentukan kesehatan mental dan kecerdasan spiritual agar terciptanya proses riyadhoh yang baik dapat digambarkan sebagai berikut:





atau bahkan kelebihan. Selain itu, penulis menggunakan jurnal dan beberapa buku sebagai bahan referensi terkait teori yang akan mereka gunakan. Sebagai contoh penulisan sebelumnya, perhatikan hal berikut:

1. Jurnal penulisan yang dilakukan oleh Isti'anah dkk., (2017), "Peran Kecerdasan Spiritual dan Nilai Personal Terhadap Kesehatan Mental"
2. Jurnal penulisan yang dilakukan oleh Nurfajrin, dkk., (2023), dengan judul "Upaya Penanganan Stres Melalui Kecerdasan Spiritual Pada Mahasiswa".

3. Jurnal penulisan skripsi yang dilakukan oleh Aswandi (2017), dengan judul “Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak”.
4. Jurnal penulisan skripsi yang dilakukan oleh Egatri (2019), dengan judul “Pengaruh Aktivitas Menghafal Al-qur’an Terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Di Pondok Pesantren Hidayatul Qur’an Desa Banjar Rejo Kecamatan Batanghari Kabupaten Lampung Timur”.
5. Jurnal penulisan yang dilakukan oleh Irawan (2019), dengan judul “Peranan Kecerdasan Spiritual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa”.

Tabel 2.3 Penelitian Relevan

No	Judul	Persamaan	Hasil
1.	Peran Kecerdasan Spiritual Dan Nilai Personal Terhadap Kesehatan Mental.	Bertujuan untuk mengetahui perananan kecerdasan spiritual terhadap Kesehatan mental.	Hasil perhitungan menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kesehatan mental sebanyak 7.9%.
2.	Upaya Penanganan Stress Melalui Kecerdasan	Bertujuan untuk mengetahui bahwa Kecerdasan spiritual	Hasil penulisan menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual sangat

	Spiritual Pada Mahasiswa	membantu mengatasi stress pada mahasiswa	penting untuk membantuu siswa mengatasi stress.
3.	Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak	Bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan Tingkat stres mahasiswa keperawatan tanjung pura Pontianak	Hasil pada penulisan ini menunjukkan bahwa adahubungan yang signifikan anantara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan Universitas Tanjung pura Pontianak.
4.	Pengaruh Aktivitas Menghafal Al-Quran Terhadap Kecerdasan Spiritual Santri	Bertujuan untuk ada pengaruh aktivitas menghafal Al-Quran dengan kecerdasan spiritual santri	Hasil penulisan menunjukkan bahwa ada pengaruh aktivitas menghafal Al-qur'an dengan

Di Pondok	di Pondok	Kecerdasan
Pesantren	Pesantren	Spiritual Santri
Hidayatul	Hidayatul	Pondok Pesantren
Qur'an Desa	Qur'an desa	Hidayatul Qur'an
Banjar Rejo	banjar rejo	tahun 2019
Kecamatan	kecamatan	
Batang Hari	batang hari	
Kabupaten	kabupaten	
Lampung	lampung timur	
Timur		
5. Peranan	Bertujuan untuk	Hasil dari
kecerdasan	mengetahui	penulisan ini
spiritual dalam	peran	yaitu kecerdasan
meningkatkan	kecerdasan	spiritual terbukti
motivasi belajar	spiritual	mampu
	terhadap	mengatasi
	keterpurukan	keterpurukan
	mental	mental yang
		mengakibatkan
		lemahnya
		motivasi,
		membangun
		hubungan yang
		positif termasuk
		menumbuhkan
		sikap

kepercayaan
dalam diri yang
kuat serta mampu
menjernihkan
jiwa dan sifat
keraguan,
waswas dan rasa
khawatir.

BAB III

METODOLOGI PENULISAN

A. Metode Penulisan

Faktor yang dianalisis adalah penggunaan observasi yang mendalam, maka skripsi penulisan disini menggunakan metodologi dengan penulisan berdasarkan metodologi kualitatif. Metode kualitatif ini merupakan salah satu pendekatan yang digunakan dalam penelitian untuk mengkaji fokus tertentu pada keadaan suatu objek tertentu agar mudah dipahami, dan hasil penerapan metode ini lebih cenderung menunjukkan hasil generalisasi (Sugiono, 2021). Sedangkan metode penalaran pendekatan yang digunakan adalah metode penalaran pendekatan berbasis fenomenologi. Penelitian fenomenologi adalah suatu penelitian ilmiah yang mengkaji dan menyelidiki suatu peristiwa yang dialami oleh seorang individu, sekelompok individu, atau sekelompok makhluk yang hidup. Suatu kejadian menarik terjadi dan menjadi bagian dari pengalaman hidup subjek penelitian. (Nasir, Dkk., 2023). Sebaliknya, menurut Husserl (1998), peneliti yang mempelajari fenomenologi mencari unsur-unsur yang perlu dan cukup, serta struktur dan mekanisme yang tidak disengaja yang menentukan sejauh mana suatu fenomena terjadi. Jadi penelitian fenomenologi dapat diartikan penelitian yang dialami seseorang baik secara sadar maupun tidak sadar baik, baik individu, berkelompok, untuk dijadikan penelitian, pengalaman terdiri dari hal-hal yang dianggap eksternal dan hal-hal yang ada dalam ingatan, gambar, dan karya seni setiap individu.

Menurut Rukin (2019), Penulisan Kualitatif merupakan penulisan yang bersifat deskriptif serta cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif. Penekanan proses dilakukan agar fokus riset sesuai dengan fakta yang ada di lapangan serta landasan teorinya juga bermamfaat untuk memberikan gambaran umum untuk latar belakang penulisan sebagai bahan pembahasan hasil penulisan.

Menurut Spradley 1980 dalam Adlini, dkk., (2022) penulisan kualitatif dilakukan dengan sebelas langkah:

1. Menentukan situasi sosial
2. Melakukan observasi partisipasi
3. Membuat catatan lapangan
4. Melakukan observasi deskriptif
5. Melakukan analisis kawasan
6. Melakukan observasi terfokus
7. Melakukan analisis taksonomi
8. Melakukan observasi terseleksi
9. Melakukan analisis komponensial
10. Mendata temuan-temuan budaya
11. Menulis laporan penulisan kualitatif.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan menggunakan sampel orang-orang yang hidup dalam

lingkungan otentik (alamiah) dengan tujuan menyelidiki dan memahami suatu fenomena: apa yang terjadi, mengapa hal itu terjadi, dan bagaimana hal itu terjadi. Metode penelitian kualitatif didasarkan pada konsep *going explore*, yang memerlukan studi mendalam, berorientasi kasus atau banyak studi kasus atau kasus tunggal (Chariri, 2009: 9). Sebagaimana dikemukakan Denzin & Lincoln dalam Adlini dkk., 2022, penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah untuk menggambarkan secara tepat suatu fenomena yang sedang terjadi dan dilakukan dengan memanfaatkan berbagai metode yang tersedia. Tujuan penelitian kualitatif adalah untuk memahami dan menyajikan secara jelas dan ringkas kegiatan-kegiatan yang dilakukan serta dampak dari tindakan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

B. Lokasi dan Waktu Penulisan

1. Lokasi

Lokasi yang digunakan untuk melakukan penulisan ini adalah di program Tahfidz tepat nya di Madrasah Aliyah Raudhatul Mujawwidin yang berlokasi di PondokPesantren Raudhatul Mujawwidin di Desa Tirta Kencana, Kecamatan Rimbo bujang Kabupaten Tebo Provinsi Jambi.

2. Waktu Penulisan

Waktu penulisan yang dilakukan penulis pada bulan November 2023- September 2024.

C. Deskripsi Posisi Penulis

Dalam penelitian kualitatif, kontribusi penulis sangat menentukan hasil penelitian. Hal ini karena penulis adalah instrumen tulisannya sendiri. Menurut Nasution (1988) dalam Sugiyono (2019) menyatakan bahwa: Dalam penelitian kualitatif tidak ada pilihan lain kecuali menggunakan manusia sebagai instrumen penelitian utama. Kesimpulannya adalah setiap subjek pada akhirnya mengembangkan tipe tubuh kaku. Fokus pada penulisan, proses penulisan, hipotesis yang digunakan, dan mungkin hasil yang diharapkan semua ini tidak mudah dan jelas dipahami sebelumnya. Setiap hal perlu dikembangkan selama proses penulisan.

D. Informan Penulisan

Penulis menggunakan teknik *purposive sampling* dalam menentukan sebuah informan dalam sebuah penulisan. Menurut Sugiyono (2019), *purposive sampling* didefinisikan sebagai Teknik yang digunakan dalam menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dengan berfokus pada sumber data yang dianggap ahli dalam bidang yang sedang diteliti. Pemilihan teknik tersebut dilakukan dengan alasan agar nantinya dapat mempermudah penulis dalam pengambilan data dan pengolahan data.

Jumlah populasi santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin adalah 116 santri, yang terdiri dari 86 santri putri dan 30 santri putra, partisipan nantinya adalah 6 santri putra yang terdiri dari 3 informan kunci: yang dimana informan kunci ini adalah santri putra yang

sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, dan merupakan santri yang telah mengkhataamkan hafalan Al-Quran sebanyak 30 juz, dan 3 santri putra lainnya merupakan informan pendukung yakni: santri putra yang sudah mengkatamkan Al-Quran dan sudah menjalani proses riyadhoh di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin yang dimana menjadi penyimak Al-Quran pada saat informan kunci menjalani proses riyadhoh.

Informan merupakan individu yang dijadikan sumber data dalam melaksanakan penulisan. Adapun informan dalam penulisan ini adalah terdiri dari 3 santri putra informan kunci, dan 3 santri putra informan pendukung. Adapun pengertian dari informan kunci dan pendukung sebagai berikut:

a. Informan Kunci

Informan kunci merupakan narasumber yang dianggap lebih banyak mengetahui berbagai informasi yang nantinya akan dibutuhkan dalam proses penulisan. Kriteria informan kunci adalah:

1. Santri Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin
2. Santri penghafal Al-Quran yang sudah mengkhataamkan hafalan Al-Quran sebanyak 30 juz.
3. Santri yang sedang menjalani riyadhoh/tirakat puasa mutih.
4. Usia 16-18 tahun.

5. Pendidikan Madrasah Aliyah.

b. Informan pendukung

Penulis menggunakan informan pendukung untuk memperkaya serta memperdalam data. Adapun kriteria yang digunakan dalam menentukan informan pendukung adalah:

1. Santri Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin
2. Penyimak Al-Qur'an pada saat prosesi riyadhoh.
3. Santri yang sudah menghatamkan dan menyelesaikan hafalan Quran 30 juz.
4. Santi yang sudah selesai menjalani proses riyadhoh.
5. Usia 16-18 tahun.
6. Pendidikan Madrasah Aliyah.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melaksanakan penulisan ini, penulis menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut:

1. Wawancara

Menurut Sugiyono (2019), wawancara dapat digolongkan menjadi tiga jenis, yaitu wawancara terstruktur penuh, wawancara semi terstruktur, dan wawancara tidak terstruktur. Adapaun penulis menggunakan metode wawancara semi terstruktur, yaitu proses wawancara yang menggunakan panduan wawancara yang berasal dari pengembangan topik dan pengajuan pertanyaan, namun penerapannya lebih fleksibel

dibandingkan dengan metode wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara semacam ini adalah untuk memperjelas permasalahan secara lebih mendalam, dimana pihak-pihak yang terlibat dalam proses wawancara dianggap mempunyai ide dan identitas yang valid. Hasilnya, penulis mampu menyajikan informasi kepada pembaca secara jelas dan ringkas serta mengekstraksi informasi dengan lebih akurat.

Indikator Wawancara

Tabel 3.1 Indikator Pertanyaan Wawancara

No	Indikator
1.	Gambaran pada saat sebelum melakukan riyadhoh puasa mutih.
2.	Gambaran awal pada saat melakukan riyadhoh puasa mutih.
3.	Perubahan yang dialami setelah meningkatkan kecerdasan spiritual.
4.	Dampak yang dialami setelah proses meningkatkan kecerdasan spiritual
5.	Bagaimana peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa mutih.

Tabel Panduan wawancara kecerdasan spiritual.

Tabel 3.2 Pertanyaan Wawancara Kecerdasasn Spiritual

No	Indikator	Pertanyaan
-----------	------------------	-------------------

1.	Merasakan kehadiran Allah	1. Seberapa anda yakin terhadap Allah SWT, serta apakah anda merasa selalu diawasi Allah SWT?
2.	Selalu berdzikir dan berdoa kepada Allah	2. Seberapa sering dan rutin kah anda melakukan dzikir, doa kepada Allah SWT, serta seberapa rajin anda melakukan sholat wajib dan sholat sunnah pada saat sebelum riyadhoh dan pada saat riyadhoh anda jalankan?
3.	Cenderung kepada kebaikan	3. Apa ada kecenderungan kepada hal baik pada saat melaksanakan Riyadhoh?
4.	Sabar	4. Apa yang anda lakukan ketika teman anda melakukan kesalahan terhadap anda baik yang disengaja maupun tidak di sengaja?

Tabel Panduan Wawancara Kesehatan Mental

Tabel 3.3 Pertanyaan Wawancara Kesehatan Mental

No	Indikator	Pertanyaan
-----------	------------------	-------------------

1. Menerima keadaan diri	1. Apakah anda sudah menerima keadaan diri anda pada saat ini?
2. Menumbuhkan interaksi sosial yang baik	2. Bagaimana interaksi sosial anda pada saat ini interaksi ke teman teman santri?
3. Mampu menyelesaikan pekerjaan dengan sukses dan merasa puas dengan karyanya	3. Sudahkan puas pada target anda saat ini?
4. Mampu menghadapi kehidupan dan mampu mencari sisi positif dari kehidupan tersebut	4. Mampukan anda melakukan kegiatan sehari-hari selama kegiatan riyadhoh?
5. Merasa berkecukupan	5. Apakah anda sudah merasakan berkecukupan pada saat ini?
6. Bertanggung jawab	6. Apakah anda memiliki sikap tanggung jawab?

7. Stabil serta tegar	7. Apakah anda sedang dalam keadaan yang stabil pada saat ini?
8. Mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari	8. Apakah anda terpenuhi dalam kebutuhan sehari hari anda pada saat ini?
9. Berperan serta dalam kegiatan sosial	9. Anda aktif dalam kegiatan sosial?
10. Memiliki pedoman hidup	10. Apakah anda memiliki pedoman hidup dalam hidup anda?

2. Observasi

Observasi adalah suatu metode menganalisis dan menganalisis fenomena yang diamati, atau fenomena yang diamati. Sedangkan teknik dokumentasi mengacu pada keseluruhan cerita yang telah terjadi. Wekke, (2019). Dalam penulisan ini, penulis menggunakan teknik observasi terus terang, yaitu suatu observasi yang dilakukan dengan mengirimkan permintaan izin kepada sumber data, dimana akan dilaksanakannya penulisan dan hasil dari observasi akan di publikasikan.

Tabel 3.4 panduan obervasi penelitian.

No	Indikator
1.	Deskripsi tampilan fisik pada saat riyadhoh puasa mutih.
2.	Keaktifan pada saat melakukan kegiatan disaat proses riyadhoh puasa mutih.
3.	Bentuk emosi pada saat dilakukan wawancara serta pada saat kegiatan proses riyadhoh puasa mutih dilakukan.
3.	Lingkungan tempat tinggal.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang telah terjadi dan disimpan dalam bentuk tertentu seperti: foto, video, mikrofon, filmn dan lain-lain. (Wekke, Dkk., 2019). Teknik dokumentasi menjadi teknik pengumpulan data terkahir untuk mendukung dan memperkuat data yang didapatkan selama melakukan penulisan lapangan, serta sebagai bukti dalam penulisan lapangan.

F. Kisi-kisi Instrumen Penulisan

Mutu hasil dari Penelitian Kualitatif dipengaruhi oleh mutu instrument penelitian maupun mutu dari pengambilan data yang diambil, peneliti berfungsi sebagai instrument yang di sebut *human instrument* yang berfokus mencari informan/subjek guna mengumpulkan data, menganalisis,

menafsirkan, dan menyimpulkan mutu instrumen penelitian berhubungan erat dengan tingkat kepercayaan dan kekonsistenan instrumen. Tingkat kepercayaan terhadap peneliti sebagai instrumen terdiri atas pemahaman terhadap metode, luasnya wawasan, kesiapan menghadapi obyek penelitian dari segi ilmu dan logistik. (Wekka., dkk 2019).

Kisi-kisi instrument merupakan alat yang digunakan dengan tujuan menjaga penulisan agar tetap terarah. Adapun kisi-kisi instrument adalah sebagai berikut:

Indikator Wawancara

Tabel 3.5 Indikator Pertanyaan Wawancara

No	Indikator
1.	Gambaran pada saat sebelum melakukan riyadhoh puasa putih
2.	Gambaran awal pada saat melakukan riyadhoh puasa putih
3	Bagaimana peran kecerdasan spiritual terhadap riyadhoh yang dilakukan
4.	Perubahan yang dialami setelah meningkatkan kecerdasan spiritual
5.	Bagaimana peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa putih

Adapun indikator dari kecerdasan spiritual menurut Handayani (2019).

Tabel 3.6 Indikator dan Pertanyaan Kecerdasan Spiritual

No	Indikator	Pertanyaan	Instrumen
1.	Merasakan kehadiran Allah	1.	a. Keyakinan adanya Allah b. Shalat wajib c. Merasa diawasi Allah
2.	Selalu berdzikir dan berdoa kepada Allah	2.	a. Rajin berdoa b. Kebiasaan membaca Al-Qur'an c. Mendapatkan pertolongan Allah
3.	Cenderung kepada kebaikan	3.	a. Bergaul sesuai etika b. Toleransi antarumat beragama
4.	Sabar	4.	a. Mudah memaafkan kesalahan

-
- b. Suka membantu orang lain
 - c. Memperlakukan orang dengan baik
-

Menurut Arcius (Dalam Reza, 2015), indikator kesehatan mental antara lain:

Tabel 3.7 Indikator Kesehatan Mental.

No	Indikator Kesehatan Mental
1.	Menerima keadaan diri
2.	Menumbuhkan interaksi sosial yang baik
3.	Mampu menyelesaikan pekerjaan dengan sukses dan merasa puas dengan karyanya
4.	Mampu menghadapi kehidupan dan mampu mencari sisi positif dari kehidupan tersebut
5.	Merasa berkecukupan
6.	Berani bertanggung jawab
7.	Memiliki ketegaran dan kestabilan diri
8.	Mampu memenuhi kebutuhan biologis dan psikologi secara proporsional
9.	Berperan serta dalam kegiatan sosial
10.	Memiliki pedoman hidup

Tabel Panduan Observasi

Tabel 3.8 Panduan Observasi Penelitian.

No	Indikator
1.	Deskripsi tampilan fisik pada saat riyadhoh puasa mutih.
2.	Keaktifan pada saat melakukan kegiatan disaat proses riyadhoh puasa mutih.
3.	Bentuk emosi pada saat dilakukan wawancara serta pada saat kegiatan proses riyadhoh puasa mutih dilakukan.
3.	Lingkungan tempat tinggal.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu proses yang ditunjukkan untuk mengolah data serta hasil dari suatu penulisan, menurut Sugiono, Analisa data dapat diartikan sebagai proses untuk mencari data serta menyusun data secara sistematis data yang di dapatkan dari hasil wawancara, catatan lapangan atau observasi serta dokumentasi (Hartati, 2017).

Noeng Muhadjir dalam Rijali (2018), mengartikan analisis data sebagai “suatu proses mencari dan mengidentifikasi secara sistematis hasil observasi, survei, dan kegiatan lain untuk meningkatkan pemahaman penulis tentang kasus yang dipelajarinya dan disajikan sebagai contoh bagi orang lain. rakyat.” Sebaliknya, untuk meningkatkan pemahaman tersebut, analisis harus dimulai dengan pencarian makna secara menyeluruh.

Penulis mengungkapkan dengan jelas bahwa seluruh data yang berkaitan dengan peran kecerdasan spiritual untuk meghadapi kesehatan mental bagi penghafal Al-Quran yang sedang menjalani riyadhoh puasa putih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin dengan menggunakan metode analisis data. Adapun menurut Sugiono (2021), menguraikan langkah-langkah dalam menganalisa data sebagai berikut:

1. *Data Collection/ Pengumpulan Data*

Langkah terpenting dalam setiap tugas menulis adalah mengumpulkan fakta. Dalam penelitian kualitatif, data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner terbuka, kuesioner tertutup, dan dokumentasi atau kerangka tertutup (triangulasi). Pengumpulan data dilakukan secara harian, kadang mingguan, sehingga akan banyak data yang dikumpulkan. Langkah pertama dalam proses menulis adalah memberikan pernyataan umum tentang situasi sosial atau objek yang diamati, menyatakan semua yang tampak dan dapat dipahami. Dengan cara ini, penulis akan dihadapkan pada data dalam jumlah besar dan beragam.

2. *Data Reduction (Reduksi Data)*

Jumlah data yang diperoleh dari lapangan cukup banyak sehingga harus dilaporkan secara jelas dan akurat. Seperti disebutkan sebelumnya, semakin banyak penulis yang meluangkan waktu untuk menulis, jumlah data akan bertambah dan menjadi lebih kompleks dan detail. Oleh

karena itu, analisis data perlu segera dimulai melalui reduksi data. Menganalisis data memerlukan identifikasi, evaluasi, dan pemilihan aspek-aspek yang relevan, konsentrasi pada aspek-aspek penting, dan pertimbangan cermat terhadap topik dan implikasinya. Dengan cara ini, data yang lengkap akan memberikan ilustrasi yang lebih jelas dan memudahkan penulis mengumpulkan data tambahan dan menentukan apakah diperlukan. Reduksi data dapat memberi kode-kode pada aspek tertentu dengan menggunakan peralatan elektronik, seperti *computer*, *handphone/smartphone*.

3. Data Display (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penulisan kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dalam hal ini Miles and Huberman (1984) menyatakan “*the most frequent form of display data for qualitative research data in the past has been narrative texts*” yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penulisan kualitatif adalah teks yang bersifat naratif.

4. Conclusion Drawing/Verification

Setelah data diolah, langkah selanjutnya adalah menampilkan data. Dalam penelitian kualitatif, analisis data dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode, antara lain diagram alur label tunggal, bagan, diagram alur lintas kategori, dan lainnya. Dalam hal ini,

Miles dan Huberman (1984) menyatakan bahwa "bentuk tampilan data yang paling umum untuk data penelitian kualitatif di masa lalu adalah teks naratif." Teks naratif paling sering digunakan untuk menganalisis data artikel penelitian kualitatif.

Dengan demikian kesimpulan dalam penulisan kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi tidak mungkin juga, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penulisan kualitatif masih bersifat sementara dan akan dikembangkan setelah penulisan berada dilapangan.

H. Validasi Data (Validitas dan Reliabilitas Data)

Dalam penulisan kualitatif, temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan penulis dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Tetapi perlu diketahui bahwa kebenaran realitas dan menurut penulisan kualitatif tidak bersifat tunggal, tetapi jamak dan tergantung pada konstruksi manusia, dibentuk dalam diri seorang sebagai hasil proses mental tiap individu dengan berbagai latar belakangnya (Sugiyono, 2021).

Penulis menggunakan proses validasi data dengan 2 metode sebagai berikut:

1. Triangulasi Data

Triangulasi dalam analisis kredit ini diartikan sebagai pengumpulan data dari beberapa sumber dengan menggunakan berbagai metode dan rentang waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber serta triangulasi data dan teknik waktu, yaitu sebagai berikut:

a. Triangulasi Sumber

Proses triangulasi sumber untuk menilai kredibilitas data dilakukan dengan cara menelaah data yang telah diperoleh dari beberapa sumber.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi Teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan Teknik yang berbeda.

c. Triangulasi waktu

Seberapa sering kredibilitas data menurun. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara setiap hari di narasumber akan memberikan hasil yang lebih dapat diandalkan, kecuali banyak anomali.

Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.

2. Mengadakan *Member Check*

Verifikasi Anggota Proses entri data yang dilakukan penulis untuk menginput data disebut dengan *member check*. Tujuan dari *member check* adalah untuk memahami

beberapa data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh pemberi data. Jika data yang dikumpulkan diverifikasi oleh pengumpul data, maka data tersebut menjadi lebih kredibel atau dapat dipercaya. Namun apabila data yang dikumpulkan oleh penulis dengan tingkat keakuratan yang berbeda-beda tidak diverifikasi oleh pengumpul data, maka penulis perlu mendiskusikan data tersebut dengan pengumpul data, dan jika datanya berbeda, maka penulis perlu meninjau kembali data tersebut dan sesuaikan dengan apa yang disediakan oleh pengumpul data. Oleh karena itu, tujuan verifikasi anggota adalah untuk memastikan bahwa informasi yang diperoleh dapat digunakan dalam penyusunan laporan sesuai dengan kriteria yang ditentukan untuk data atau informasi.

I. Etika Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan dengan menjunjung tinggi etika penelitian yakni:

- 1) *Infomed consent*: informan akan diberi penjelasan tentang etika penelitian, prosedur penelitian, dan hak-hak informan sebelum mereka bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini
- 2) Kerahasiaan data: data yang diperoleh dari informan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan ini.
- 3) Tidak ada paksaan: informan tidak akan dipaksa untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Informan

Informan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang informan, dengan kriteria santri penghafal Al-Quran yang telah menghafalkan hafalan Al-Quran 30 juz, yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa putih, dengan usia 16-18 tahun dengan Pendidikan MA. Penulis juga melakukan wawancara terhadap 3 orang terdekat dari informan utama yakni informan pendukung, informan pendukung berjumlah 3 orang, yakni penyimak Al-Quran, yang dimana tiga penyimak tersebut adalah santri yang membantu menyimak hafalan Quran dari ketiga informan utama, yang dimana informan pendukung adalah santi yang sudah berhasil menghafalkan serta menyelesaikan riyadhoh puasa putih selama 41 hari di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Berikut identitas beserta waktu dan tempat pelaksanaan dalam penelitian ini.

Data informan yang disebutkan diatas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Data Informan Penelitian.

No	Nama	Lokasi	Waktu	Tanggal
informan				

1.	MD	Ruang	Sesi 1:	Senin,08
	Usia 17	kumpul	21.30 - 21.50	Juli 2024
	tahun	Ustadz	Sesi 2:	Selasa,
	Pendidika		22.00 - 22.20	09 juli
	n MA			2024
2.	AN	Ruang	Sesi 1:	Senin,08
	Usia 16	Kumpul	22.00 - 22.20	Juli 2024
	tahun	Ustadz	Sesi 2:	Selasa,
	Pendidika		22.30 - .23.50	09 juli
	n MA			2024
3.	AA	Ruang	Sesi 1:	Rabu ,10
	Usia 16	Kumpul	22.00 - 22.20	Juli 2024
	tahun	Ustadz	Sesi 2:	Kamis,
	Pendidkan		21.30 – 22.30	11 juli
	MA			2024

Tabel 4.2 Data Informan Pendukung

No	Nama	Lokasi	Waktu	Tanggal
Informan				
1.	MI	Aula	Sesi 1:	Jum'at,
	Usia 17		22.15-	12 Juli
	tahun		22.45	2024
	Pendidikan			

	MA			
2.	RM	Aula	Sesi 1:	Jumat, 12
	Usia 17		21.30	– Juli 2024
	tahun		22.00	
	Pendidikan			
	MA			
3.	ML	Aula	Sesi 1:	Sabtu, 13
	Usia 18		21.30.-	Juli 2024
	tahun		22.00	
	Pendidikan			
	MA			

2. Hasil Deskripsi Temuan

Proses pengambilan data dimulai dari tahap wawancara terhadap informan kunci, dilanjutkan wawancara informan pendukung dengan proses tahapan observasi mendalam dan dokumentasi sebagai penguat, keakuratan data yang diambil saat proses penelitian berlangsung. Adapun hasil temuan pada saat observasi di lapangan melalui tahapan-tahapan wawancara dan observasi adalah sebagai berikut:

a. Wawancara Informan Kunci

1. Informan Kunci Ke-Satu: MD

Informan kunci pertama adalah santri penghafal Al-Quran yang sudah mengkhataamkan hafalan Al-Quran sebanyak 30 juz dan sedang melakukan proses riyadhoh puasa mutih 41 hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, dengan inisial MD beliau berusia 17 tahun dan mengkhataamkan hafalan nya pada tahun ke 4, dari hasil wawancara yang sudah dilakukan diketahui ada hasil temuan dari beberapa indikator yang sudah diajukan oleh penulis kepada MD yakni sebagai berikut:

Pertama, Gambaran pola perilaku dan perasaan pada saat MD sebelum melakukan proses Riyadhoh puasa mutih. Mulanya MD melakukan persiapan untuk riyadhoh selama 1 minggu, akan tetapi dalam waktu satu minggu persiapan yang dilakukan MD, pada saat melakukan persiapan selama satu minggu MD di beri pilihan menu berpuasa ada 3 jenis yakni jagung, singkong serta nasi putih dan MD akhirnya memilih jenis jagung dikarenakan menurut MD jagung adalah makanan yang paling enak dari ketiga jenis menu yang ditawarkan untuk menjalani proses riyadhoh puasa mutih yang akan di jalankan MD, pada saat akan melaksanakan proses riyadhoh puasa

mutih MD merasakan ketakutan rasa was-was yang timbul dikarenakan ketakutan akan kegagalan, dikarenakan waktu proses yang memakan waktu sampai 41 hari, akan tetapi MD memberanikan dan mau mencoba untuk melakukan riyadhoh walaupun dengan rasa ketakutan tersebut, Dan akhirnya MD soan kepada penanggung jawab bahwa ia sudah siap melaksanakan kegiatan riyadhoh yang dimana kegiatan tersebut adalah kegiatan wajib yang dilakuka para santri pada saat sudah menghatamkan hafalan Al-Quran nya sebanya 30 juz dan MD memilih berbuka serta sahur dengan jagung, setelah itu akhirnya MD melakukan Riyadhoh pertamanya pada hari senin, dan pada hasil puasa pertamanya MD merasakan tekanan mental efek dari pertama kali melakukan riyadhoh mutih yang sangat berbeda, MD merasakan kecemasan, rasa takut serta hilangnya semangat dikarenakan adaptasi yang sangat sulit bagi MD pada saat di awal proses riyadhoh. Tetapi subjek MD berusaha mengilangkan kepanikan, rasa takut akan kegagalan serta perilaku berpikir negative yang berkepanjangan dan MD ingin segera bangkit untuk supaya bisa dan berhasil melakuka riyadhoh puasa mutih sampai 41 hari dengan caranya yakni dengan meningkatkan nilai-nilai spitualitas kerohaniannya.

“Awal nya aku takut mas, waktu dikasih persiapan satu minggu, itukan waktu nya gak lama, pikiran ku bisa apa engk gitu, kek takut gagal gitu mas, masalahnya kan kalo gagal itu ngulang nya dari awal gak dari tengah-tengah itu yang buat aku takut mas” (A1/MD1/LM:99).

Ia pun merasakan ketakutan akan tetapi ia memberanikan diri dan akhirnya di soankan untuk melaksanakan kegiatan wajib bagi penghafal Al-Quran yakni melakukan riyadhoh puasa mutih selama 41 hari dengan menghatamkan Al-Quran sehari satu kali khatam dan ia mempersiapkan dirinya selama satu minggu serta memilih makanan jagung dari tiga pilihan menu yang di tawarkan.

“Waktuu itu aku disoanin mas bisri ke cak bad mas, aku kan udah khatam hafalan nya abis itu di soanin, nah satu minggu itu aku di suruh persiapan, dari pilihan makan sahur sama makan buat buka nya terus aku sebelum mutih itu aku disuruh persiapan, tapi tetep kepikiran mas” (A2/MD1/LM:101).

“Aku milih jagung karena menurut aku itu yang paling enak diantara tiga macem pilihan itu mas, ya walaupun itu juga tetep gak ada rassanya mas” (A3/MD1/LM:101).

Gambaran reaksi perasaan dan awal subjek MD setelah riyadhoh puasa putih pertama

“Awalnya aku riyadhoh itu aku lemes banget mas, gak karuan rasanya, gak semangat sama sekali tapi tetep aku lakuin, soalnya mikir orang tua. Aku mau ngapa-ngapain lemes, males ikut kegiatan, males kumpul sama temen-temen, soalnya capek mas” (A4/MD1/LM:102).

“Ya aku ngejalanin ini ikhlas mas, ya walaupun awal-awal itu kaya tertekan, tapi kalo gak gitu kan repot nanti, ya pokok nya aku berusaha nerima keadaan ku saat ini mas” (A5/MD1/LM:103)

Kedua, Gambaran perubahan yang dilakukan pada saat merubah peran kecerdasan spiritual yang dilakukan supaya kesehatan mental MD menjadi lebih baik dari sebelumnya yang dimana MD merasakan rasa takut, was-was akan kegagalan, perubahan mood yang buruk, ketidak semangat dalam mengkatamkan Al-Quran dan mengatasi masalah kepercayaan diri yang hilang yakni dengan meningkatkan nilai-nilai spiritualitasnya MD, MD mendapatkan saran dari teman simaan Quran nya yakni Si MI supaya meningkatkan nilai-nilai spiritual nya, akhirnya MD melakukan perubahan dari lebih rajin melakukan ibadah sholat wajib,

sholat sunnah serta rutin mengamalkan doa dan dzikir setelah sehabis sholat dan ia rutin melakukan amalan-amalan kebaikan untuk membuat nya lebih percaya diri dan mampu mengatasi rasa takut, rasa was-was, ketidak semangat dalam mengkatamkan Quran pada saat proses riyadhoh berjalan, Subjek sudah melihat perbedaan setelah mengamalkan dan meningkatkan nilai spiritualitasnya sehingga membuatnya lebih baik lagi serta percaya diri dalam menjalankan proses riyadhoh yang ia jalankan untuk mendapatkan gelar Hafidz serta mendapatkan sanad Quran dan ijazah khatam Quran 30 juz.

“Ya aku kepikiran kenapa aku bisa gini, akhirnya temen simaan ku si MI itu ngasih satu aku buat kek rajin-rajin sholat kata MI “Seng sregep sembayang mu ki ojo telat-telat marai ruwet, opo maneh koe lagi tirakan ngene kudu diubah ben koe iso berhasil ngene ki wangle gak gampang, waktune iki lo sue lebih sebulan ndang o ngibadah seng sregep koe ki yo ojo lali duno o seng akeh ben di kei gampang karo gusti allah” (A6/MD1/LM:104).

“Ya karena udah gede ya mas jadi nya ya ngikutinlah arahan dari MI aku mas, soalnya ya aku pengen tirakatan ini juga berhasil sama hafalan ku juga jadi lebih bener lagi soalnya kalo di piker-pikir omongan nya MI kan ada bener nya juga mas”

(A7/MD1/LM:105).

“Aku awal-awal itu mencoba memperbaiki sholat mas, aku lebih rajin doa sama dzikir, mencoba ngebangun suasana hati yang enak lah, biar tenang pikirannya gak kemana-mana dan aku bisa fokus riyadhoh, walaupun diawal itu berat”
(A8/MD1/LM:105).

Gambaran bagaimana peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental MD pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih. MD merasakan perubahan banyak dan merasakan hal-hal positif yang dimana belum dialaminya pada saat sebelum melakukan perubahan terhadap kecerdasan spiritual yang MD lakukan, MD merasa lebih nyaman serta lebih tenang serta fokus dalam proses riyadhoh puasa mutih yang MD jalankan. Menurut MD dari pengalamannya menjalani riyadhoh puasa mutih ini serta berkat peningkatan kecerdasan spiritual yang baik mampu membuat dirinya lebih baik daripada sebelumnya.

“Alhamdulillah mas udah ngerasa tenang apalagi udh bisa nyampe hari ke 31 mas, dampak nya aku lebih rajin lebih bisa fokus waktu ndarus aku dauh gk ngerasa tertekan sama riyadhoh nya aku udah ngerasa nyaman mas” (A9/MD1/LM:106).

“Menurut ku sangat punya peran penting mas, soalnya memang saya akui waktu ningkatin spiritual itu banyak efek positif yang dirasain”
(A10/MD1/LM:106)

Penulis bertanya kepada MD perihal kecerdasan spiritual yang dirasakan pada saat merubah pola perilaku serta pola pikir pada saat melakukan riyadhoh yang mana sudah memasuki hari ke 31 hari dan kurang 10 hari lagi untuk menyelesaikan Riyadhoh puasa mutih.

“Aku sangat dan benar-bener yakin mas, aku ngerasa Allah tuh ngebantu aku lewat doa-doa sama dzikir yang aku lakuin mas, dan aku ngerasain dan benar-bener ngecoba memperbaiki ibadah ku waktu riyadhoh ini supaya bisa nyelesaiin mutih ku ini supaya bisa dapet ijazah sama sanad Quran mas”
(A11/MD1/LM:107).

“Alhamdulillah aku soal sholat tepat waktu terus mas, dulu emang berantakan sholatnya, doa sehabis sholat dzikir sehabis sholat sama sholat sunnah pun aku lakuin waktu mutih ini mas”
(A12/MD1/LM:108).

“Waktu riyadhoh aku berusaha gak males, dan aku terrapin sampe sekarang ini ya hasil nya gini aku

jadi lebih rajin, bisa konsisten mas”
(A13/MD1/LM:108).

“Nah inikan keadaan puasa ya, ya soal sabar akku berusaha mas semaksimal mungkin buat sabar dan ngadepin riyadhoooh ini soalnya niat ku sekarang kan udah kek niat banget” (A14/MD1/LM:108).

Dari hasil pertanyaan prihal kecerdasan spiritual MD pun bisa merasakan bahwa kecerdasan spiritual sangat membantu bagi nya untuk menyelesaikan tugas kegiatan dan riyadhoh yang ia lakukan

“Alhamdulillah mas, aku udah semangat, soal rajin juga alhamdulillah banget mas bisa berubah yang dulunya aku itu padahal malesan mas, mana aku juga sekarang rasanya nyaman dan tenang mas”
(A15/MD1/LM:109).

Ketiga, penulis bertanya setelah MD melakukan perubaham dan peningkatan spiritualnya mengenai kesehatan mental nya yang dimana pada awal nya mengalami rasa ketakutan, rasa ingin menyerah, rasa bosan, rasa tidak kepercayaan diri yang muncul. Karena adanya peningkatan tersebut kondisi MD menjadi lebih dan lebih posit. Pertanyaan ini diambil dari indikator-indikator

kesehatan mental.”

“Alhamdulillah mas udah nerima walaupun awal-awal itu aku ngerasa berat” (A16/MD1/LM:110).

“Hubungan ku sama temen-temen alhamdulillah baik mas, sama kebetulan ya sama temen-temen sekarang udah bisa dan mau kumpul-kumpul walaupun cuman malem malem doamh bisanya mas” (A17/MD1/LM:110).

“Untuk kepuasan mungkin nanti kalo aku udah bisa nyelesaiin mutih 41 hari soalnya in ikan sebentar lagi tapi ya soal puas kek belum seratus persen gitu lho mas” (A18/MD1/LM:110).

“Sampai sejauh ini alhamdulillah saya sudah terbiasa dengan proses riyadhoh ini mas” (A19/MD1/LLM:110).

“Ahamdulillah sudah mas, walaupun dalam proses menjalani riyadhoh yang kalo makan dikasih pilihan mas, tetapi aku sudah nyaman dengan keadaan yang sekarang mas” (A20/MD1/LM:111).

“Untuk tanggung jawab alhamdulillah aku bertanggung jawab terhadap apa yang sudah aku mulai, contohnya saya mampu melanjutkan proses riyadhoh yang insya allah samapi selesai mas”

(A21/MD1/LM:111).

“Untuk awal-awal jujur nih mas, aku tidak dengan keadaan yang stabil, karena masih belum bisa Nerima keadaan yang kalo dibilang lumayan sulit, tapi alhamdulillah untuk sekarang aku udah dalam keadaan yang stabil mas” (A22/MD1/LM:111).

“Alhamdulillah untuk kebutuhan sehari-hari terpenuhi mas” (A23/MD1/LM:111).

“Aku akhir-akhir ini merasa senang dengan kegiatan sosial mas dan aktif juga dalam kegiatan sosial mas” (A24/MD1/LM:112).

“Punya mas” (A25/MD1/LM:112).

Keempat, sikap dan respon penyimak Al-Quran MI pada saat MD mengetahui bahwa MD memiliki perubahan sikap dan rasa kepercayaan diri yang menurun pada awal melakukan riyadhoh yang dijalankan, MI menuturkan bahwa MD sering murung dan malas berkumpul dengan teman-teman penghafal Al-Quran lainnya. Karena ada pemikiran pemikiran rasa takut, was-was, ketidakpercayaan diri lalu rasa malas yang dilakukan MD pada awal-awal riyadhoh tersebut, tetapi RM mulai menasehati agar MD mulai berubah dan jangan berpikiran negative karena riyadhoh nyapun belum dijalankan

“Ya dia itu mas, berubah gitu mas padahal kan dia lagi mutih ya seharusnya, dia itu harus fokus, mana sholat nya ndak karuan mas alesan nya kalo ngomong sama aku dia tuh lemes, tapi lemes nya kek orang gak niat piker ku ya kek mungkin gegara mutih waktu awal-awal gitu mas” (A26/MD1/LM:12).

“Ya akhir nya aku omongin lah itu anak MD supaya lebih rajin lagi lawan rasa males ya walaupun emang susah mas, soalnya keadaan nya puasa mana mutih sama khatamin Quran kan” (A27/MD1/LM:12).

“Ya aku bilang kedia mas sholat yang rajin, tingkatin ibadah mu MD biar dirimu bisa fokus bisa tenang gak mikirin yang aneh-aneh seharusnya kamu itu fokus aja ke mutih ini, biar bisa berhasil, mutih ini gak sebentar iho lama waktu nya, lagian kamu udah gede seharusnya berubah lah mana kamu tu ya penghafal Quran, sholat mu itu yang rajib iho, ibadah mu doa biar dimudahkan segala urusan mu riyadhoh mu biar dibantu sama yang di atas” (A28/MD1/LM:13).

“Ya alhamdulillah mas dia waktu di kasih tau ngeiyain gitu, alhamdulillah nya lagi dia mulai rajin mas, eh malah sekarang rajib banget mas, sholat

nya doa dzikir malah aku sering di ingetin sama dia, apalagi khatamin Qurannya alhamdulillah dia lancer mas, dan ini kan dia sebentar lagi mau selesai tirakatakan nya mas” (A29/MD1/LM:113).

Pada saat MI menyimak MD, MD sering kali meminta bantuan untuk memijat kepada MD, dimana MD merasa lemas serta pusing pada saat awal-awal proses riyadhoh yang MD jalankan menurut MI, MD sering mengeluh serta merasa sangat lapar dan pusing tak jarang MD meminta istirahat pada saat di tengah proses penghataman Al-Quran di jalankan dan membuat agak terhambat pada saat proses riyadhoh putih dijalankan.

“Ya tu anak sering ngerasa pusing lemes gitu mass, dia tu sering minta istirahat gitu, mana sering minta pijitin kepala nya kan sering banget waktu awal-awal itu dia minta berhenti dulu gitu, abis itu minta pijitin lagi, nanti berhenti lagi, lanjut lagi git uterus waktu sekitaran satu minggu dia putih, apalagi waktu hari pertama nya ngeluh terus yang ada dia tuh” (A30/MD1/LM:115).

Kesimpulan dari pertanyaan indikator-indikator kecerdasan spiritul dan kecerdasan mental ini adalah bawah ada peran dari kecerdasan spiritual dalam peningkatan kesehatan mental yang dimana dari

adanya peningkatan nilai-nilai spiritual santri MD memiliki nilai kesehatan mental yang baik dari pada sebelumnya yang dimana, MD adalah santri yang memiliki rasa khawatir, rasa takut was-was serta ketidakpercayaan diri namun berkat MD meningkatkan nilai-nilai kecerdasan spiritual MD berhasil memiliki nilai kesehatan mental yang baik dimana pada saat proses meningkatkan nilai kecerdasan spiritual MD merasakan perubahan yakni merasa nyaman, tenang dan merasa lebih percaya diri.

2. Informan Kunci Ke-2: AN

Informan kunci kedua adalah santri penghafal Al-Quran yang sudah mengkhhatamkan hafalan Al-Quran sebanyak 30 juz dan sedang melakukan proses riyadhoh puasa mutih 41 hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, dengan inisial AN beliau berusia 16 tahun dan mengkhhatamkan hafalan nya pada tahun ke 3, dari hasil wawancara yang sudah dilakukan diketahui ada hasil temuan dari beberapa indikator yang sudah diajukan oleh penulis kepada AN yakni sebagai berikut:

“Alhamdullilah mas aku 3 tahhun alhamdulilah udah khatam mas” (B1/AN2/LM:113).

Pada awal AN sebelum melaksanakan

Riyadhoh puasa mutih 41 hari, ia diberikan waktu kurang lebih satu bulan untuk mempersiapkan nya, ia diberi waktu satu bulan karena menunggu teman-teman yang belom selesai menghafalkan dan menghatamkan Al-Quran 30 juz ia berhasil menghatamkan Al-Quran pada tahun ke tiganya, ia mempersiapkan diri dengan cara berpuasa senin kamis secara rutin dalam satu bulan tersebut, ia melakukan kegiatan tersebut supaya adaptasi yang AN lakukan bisa lebih berpengaruh pada awal-awal puasa mutih, hari semakin dekat dengan Mutih yang ia lakukan pada saat ia di soankan pada hari jumat, ia akhirnya mendapatkan hari untuk melakukan tirakatan akan tetapi setelah disoankan ia menjadi khawatir, dan ada rasa takut serta rasa pikiran negative akan kegagalan, dan puncak nya pada saat ia melakkukan riyadhoh pertama

“Ya waktu itu aku alhamdulillah khatam Quran mas, selama 3 tahun “alhamdulillah aku udah hafal 30 juz, kebetulan di soanin kan kek temen-temen kalo dah khatamn kan di soain ke cak bad, tapi waktu itu aku nunggu mutih nya lumayann lama mas sekitar 1 bulanan” (B2/AN2/LM:114).

“Perasaan nya campur aduk kalo waktu sebelum mutih mas, sempet ada rasa Takut, tapi alhamdulillah waktu awal-awal lancer aku mas”

(B3/AN2/LM:115).

“Alhamdulillah mas, mutih nya soal kendala gitu gk banyak banget mungkin kek cuman adaptasi makan nya waktu di awal-awal mutih”
(B4/AN2/LM:115).

“Aku persiapan nya waktu itu aku kan sebelum mutih aku nyoba puasa senin kamis mas, pikiran ku supaya adaptasi nya ndak terlalu susah, soalnya kan ada waktu itu beberapa kaka kelas yang gagal mutih mas, dan alhamdulillah waktu nya satu minggu jadi dimamfaatin kek belajar puasa gitu akhirnya aku puasa senin kamis”
(B5/AN2/LM:115).

Kedua, Gambaran pada saat AN di soankan dan mendapatkan kabar bawah ia akan melakukan proses riyadhoh puasa mutih di hari senin, ia terkejut dan panik dan ia merasakan rasa takut, tidak percaya diri dan dia berpikir negative akan ketidak berhasilan dikarenakan proses riyadhoh yang tidak mudah”

“Waktu hari jumat dapet kabar aku mulai riyadhoh hari senin itu, wah kaget mas, nah disitulah aku ngerasa takut, panik mas takut gagal kek kakak kelas gitu masa kalo gagal ngulang dari awal.

Pokok nya takut dah tapi ya mau gak mau kan harus di lakuin mas tapi alhamdulillah nya itu to mas waktu di awal ya kendala nya dikit alhamdulillah mas” (B6/AN2/LM:115).

Ketiga, Gambaran perasaan dan aktifitas pada saat AN melakukan proses riyadhoh puasa mutih, ia merasa pada awal prose riyadhoh tidak terlalu sulit yang ia bayangkan, dan ia menganggap karena persiapan yang lumayan lama dari pada kawan-kawan yang lain ia merasakan hawa dan rasa lapar dan lemas pada awal-awal melakukan riyadhoh dan termasuk lancar dan hanya mendapatkan sedikit hambatan seperti rasa lemas dan kaget

“Awal tu ya pasti lemes mas, agak kaget sih mas kek nguras tenaga nguras otak banget soalnya khatamin quran di sambu puasa mana puasa nya mutih kan” (B7/AN2/LM:116).

“Ya gimana ya ngomong nya mas, nganu sih lebih kek rasan-rasan di awal walaupun lancar mas waktu di awal itu mutih nya” (B8/AN2/LM:117).

“Ya ngerasa kek duh kok gini banget ya, mana lama ini sampe jujur ya mas, walaupun lancar aku gak percaya diri gk PD aja gitu kek nya ini gak sampe selesai gitu di hari pertama dengan ya lumayan

lancar mas” (B9/AN2/LM:117).

Keempat Gambaran pada saat AN merasa tidak tenang dan ia berpikir bahwa harus memperbaiki diri serta memperbaiki ibadah serta spiritualitas nya supaya bisa mendapatkan perubahan yang kearah positif supaya bisa berhasil melakukan proses riyadhoh sampai selesai

“Ya aku kan kek gak tenang ya, ya akhirnya aku mikir mumpung lagi mutih sekalian lah perbaiki sembayang nya mas, doa dzikirnya gitu mas” (B10/AN2/LM:117).

Kelima Gambaran AN setelah memperbaiki dan meningkatkan nilai spiritual nya ia merasakan efek positif yang di timbulkan dan ia merasakan pengaruh dari efek meningkatkan spiritualitas

“Wah, alhamdulillah mas bener-bener ngaruh kok, aku aja ni ya udah nyaman mas padahal mas, mutih in ikan ya susah kan ngelakuin nya apalagi waktu nya lama tp ya alhamdulillah mas” (B11/AN2/LM:118).

Ketiga, dampak positif yang di dapat informan setelah melalui proses peningkatan kecerdasan spiritual yang dialami pada saat proses menjalani proses riyadhoh puasa mutih yang AN jalankan.

AN mengalami banyak mengalami dampak positif dan hal baik serta perubahan yang baik pada saat meningkatkan kecerdasan spiritual

“Alhamdulillah mas udah ngerasa tenang apalagi udh bisa nyampe hari ke 31 mas, dampak nya aku lebih rajin lebih bisa fokus waktu ndarus aku dauh gk ngerasa tertekan sama riyadhoh nya aku udah ngerasa nyaman mas” (B12/AN2/LM:118).

“Menurut ku sangat punya peran penting mas, soalnya memang saya akui waktu ningkatin spiritual itu banyak efek positif yang dirasain mas” (B13/AN2/LM:119).

Dari pernyataan AN sewaktu menjalani proses riyadhoh dimana AN mendapatkan beberapa kendala dan dimana AN berusaha merubah spiritual nya menjadi lebih baik serta kecerdasan spiritual nya ditingkatkan AN merasakan dampak positif nya serta memiliki peran yang sangat penting dalam proses riyadhoh yang AN jalankan sampai hari 31.

Dan Penulis bertanya prihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental melalui indikator-indikator kecerdasan spiritual dan kesehatan mental guna meninjau lebih dalam apakah AN memang benar dalam keadaan yang baik terhadap nilai

spiritual nya dan peranan nilai kecerdasan spiritual apakah berdampak pada kesehatan mental AN pada saat melakukan riyadhoh yang ia jalankan

“Bismillah yakin mas, soal ngerasa diawasi pasti dan selalu ngerasa di awasi, aku yakin berkat ningkatin ibadah sholat doa segala macem nya itu salah satu yang buat aku lebih nyaman mas” (B14/AN2/LM:120).

“Alhamdulillah mas rajin mas, kebetulan juga mas aku kan persiapan nya putih itu 1 bulan jadi selama 1 bulan itu aku juga ningkatin ibadah ku sholat, sama puasa senin juga mas” (B15/AN2/LM:121).

“Waktu putih ini alhamdulillah nya gegara ningkatin ibadah jadi secara gak langsung kegiatan nya semua nya jadi positif mas jadi ya baik mas” (B16/AN2/LM:121).

“Nah kalo itu mas harus mas, Namanya puasa apalagi kita lantunin Quran tiap hari sampe 30 juz bil Goib lagi mas, jadi kalo ada temen ya jadi harus sabar mas” (B17/AN2/LM:121).

Dan penulis bertanya kepada AN perihal kesehatan mental digunakan untuk merujuk apakah AN memiliki kesehatan mental yang baik atau

buruk

“Ya Nerima mas” (B18/AN2/LM:122).

“Ya alhamdulillah lancar masih aman sih mas, tapi mungkin berkurang aja gitu soalnya waktu kita itu gak banyak mas,” (B19/AN2/LM:123).

“Kalo puas ya sejauh ini udah mas, tapi mungkin kalo udah khatam ya jadi puas banget plus lega hehe” (B20/AN2/LM:123).

“Kalo soal kegiatan alhamdulillah mas masih lancar, apalagi kan aku juga udah kek persiapan ya sebelum mutih kira-kira gimana biar gak gampang capek kek waktu nycui aja gitu mas aku itu kalo nyuci malem mas supaya ada tenaga” (B21/AN2/LM:123).

“Ya cukup gak cukup sih mas soalnya kan lagi puasa apalagi ini mutih Cuma makan jagung” (B13/AN2/LM:124).

“Punya mas, tanggung jawab ku kan ini harus nyelesaiin mutih” (B14/AN2/LM:124).

“Kalo untuk sekarang ya tentu jauh lebih baik mas dari pada waktu awal-awal itu ya gimana Namanya awal-awal kan takut sekarang mah udah biasa.” (B15/AN2/LM:124).

“Alhamdulillah untuk kebutuhan sehari-hari terpenuhi mas” (B16/AN2/LM:124).

“Aku untuk kegiatan pondok paling cuman malem doang mas” (B17/AN2/LM:124).

“Punya mas, harus itu mah biar kita gk belok-belok hidup nya mas apalagi kan menghafal Quran mas” (B18/AN2/LM:

Keenam, respon penyimak Quran RM pada saat awal proses sebelum dan awal AN melakukan riyadhoh

“Awal-awal ni anak lancar mas waktu simaan nya, ya kalo soal kendala yang dialami itu yang saat liat ya lemes gitu mas, ya kita kan sebagai temen ya nyemangatin dia mas, apalagi kan kita ya yang udah pengalaman khatamin sama udah ngelakuin mutih sampe selesai, kalo kek lemes capek kek nya semua yang mutih ya begitu mas” (B19/AN2/LM:124).

“Ya kita ngingetin dia sholat, dzikir, tapi emang AN itu anak nya udah rajinn sebelum mutih mas, jadi dia adaptasi nya kek gak susah-susah banget, ya kita yang sebagai penyimak nya ya semangatin dia, di sela-sela ndarus simaan ya kita ajak ngobrol mas, kek waktu mau sholat gitu kan istithat dulu ya

itu di sambi ngobrol mas” (B20/AN2/LM:125).

“Ya kebetulan nih anak rajin ya jadi mutih ini berjalan lancar-lancar aja mas” (B21/AN2/LM:125).

“Nah kebetulan nih anak waktu mutih itu makin rajin sholat, dzikir mas jadi nih anak waktu mutih kendala nya dikit beda sama yang lain gitu mas kek ada aja masalah nya. Tapi allhamdulillah y ani anak dasar nya udah rajin sama makin rajin waktu mutih jadi enak” (B22/AN2/LM:125).

Respon penyimak AN yakni RM ia mengatakan bahwa tidak banyak terkendala dalam proses AN menjalani proses riyadhoh dikarenakan AN sudah memiliki persiapan yang Panjang yang dimanakurang lebih satu bulan, dan AN juga tergolong anak yang rajin

Dan pada Kesimpulan yang didapat pada saat bertanya perihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental AN sebagai subjek ketiga pada saat menjalankan proses riyadhoh yang ia jalan di hari ke 31 hari, ia memiliki kesehatan mental yang baik yang dimana dari jawaban-jawaban yang diberikan memberikan hasil yang positif begitupun, pada hasil wawancara melalui indikator-indikator

kecerdasan spiritual AN memiliki kecerdasan spiritual yang baik dan disimpulkan bahwa pada saat AN melakukan proses riyadoh yang AN jalankan bahwa ada peran dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental AN dimana proses peningkatan spiritual memberikan efek AN merasa lebih baik, nyaman dan merasakan ketenangan pada saat melakukan peningkatan kecerdasan spiritual.

3. Informan Kunci Ke-3: AA

Informan kunci ketiga adalah santri penghafal Al-Quran yang sudah mengkhatamkan hafalan Al-Quran sebanyak 30 juz dan sedang melakukan proses riyadhoh puasa mutih 41 hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, dengan inisial AN beliau berusia 16 tahun dan mengkhatamkan hafalan nya pada tahun ke 3, dari hasil wawancara yang sudah dilakukan diketahui ada hasil temuan dari beberapa indikator yang sudah diajukan oleh penulis kepada AA yakni sebagai berikut:

Pada awal AA sebelum melaksanakan Riyadhoh puasa mutih 41 hari, ia diberikan waktu Hanya 2 hari, AA merasa kaget dikarenakan diberi waktu hanya untuk persiapan dimana ia memiliki waktu yang singkat, pada saat sehari AA akan melakukan proses riyadhoh puasa mutih ia tidak bisa

tidur dikarenakan terus berpikir hal yang negative ia merasa takut serta khawatir dikarenakan AA jika AA gagal maka ia harus mengulang proses riyadhoh puasa mutih sedari awal lagi, ia merasa takut akan kegagalan dan ia juga was-was karena diberikan waktu persiapan hanya 2 hari oleh penanggung jawab serta Pengasuh Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

“Awal nya ya, waktu aku udah selesai khatam hafalan mas” (C1/AA3/LM:126).

“Ya kaget mas, mana aku gak ada persiapkan kan sama aku tuh emang kek modal nekat gitu mas penting bismillah aja gitu.” (C2/AA3/LM:126).

“Sama aku tuh sebenarnya kek belum siap gitu lo mas masalah nyakan ini mendadak banget” (C3/AA3/LM:127).

“Ya aku mah pasrah aja sih ya gimana lagi ya mas persiapan nya cuman sebentar dan aku milih jagung mas dari menu maem yang di suruh milih” (C4/AA3/LM:127).

“Ya kek ndak bisa tidur mas malem nya itu, kepikiran terus aku mas, takut gagal, ini kan soalnya kek penentuan buat dapetin syahadah sama sanad Quran ya, gagal ya ngulang otomatis mas”

(C5/AA3/LM:127).

Kedua, Gambaran pada saat AA di soankan dan mendapatkan kabar bawah ia akan melakukan proses riyadhoh puasa mutih di hari senin, ia terkejut dan panik dan ia merasakan rasa takut, tidak percaya diri dan dia berpikir negative akan ketidak berhasilan dikarenakan proses riyadhoh yang tidak mudah”

“Owalah, iya mas, awal nya aku di soain sama mas Bisri, nah kebetulan aku itu aku langsung mutih mas jadi kek mendadak soan hari sabtu terus mutih nya di hari senin mas kek mendadak banget”
(C6/AA3/LM:128).

Ketiga, Gambaran perasaan dan aktifitas pada saat AA melakukan proses riyadhoh puasa mutih, ia merasa pada awal proses riyadhoh riyadhoh sangat sulit dimana AA merasa sangat lemas serta tidak semangat bahkan AA ingin menangis dikarenakan tekanan proses awal yang AA jalankan pada saat AA melakukan proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin

“Awal hari pertama minggu pertama itu rasanya lemes banget mas, pusing mas, mau nangis aku. Terus temen ku yang nyimak Quran si ML ya

ngemangatin aku mass, aku di kasih saran, dinasehatin supaya fokus dia bilang ke aku” emang gak enak kalo mutih tuh, tapi kalo udah selesai pokok nya nanti enak deh kek beban nya hilang” tapi waktu itu emang beneran aku tuh lemes mas capek banget rasanya mana waktu khatamin Quran aku gak fokus lagi mas aku kek nyerah dah gitu pokoknya” (C7/AA3/LM:128).

Keempat Gambaran pada saat AA memperbaiki kecerdasan spiritual yang belum dilakukan oleh AA berkat saran teman sekaligus penyimak Al-Quran dari AA yakni ML, ML memberikan saran untuk AA bahwa AA harus semangat harus merubah nilai spiritual nya yang dimana AA harus meningkatkan spiritualitas nya pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih ini, dikarenakan proses puasa mutih ini dilakukan memakan waktu yang lama serta dilakukan dengan proses yang tidak mudah

“Ya aku kan kek gak tenang ya, ya akhirnya aku mikir mumpung lagi mutih sekalian lah perbaiki sembayang nya mas, doa dzikirnya gitu mas” (C8/AA3/LM:129).

Kelima Gambaran AA setelah memperbaiki dan meningkatkan nilai spiritual nya ia merasakan

efek positif yang di timbulkan dan ia merasakan pengaruh dari efek meningkatkan spiritualitas

“Wah, alhamdulillah mas bener-bener ngaruh kok, aku aja ni ya udah nyaman mas padahal mas, mutih in ikan ya susah kan ngelakuin nya apalagi waktu nya lama tp ya alhamdulillah mas” (C9/AA3/LM:129).

Dan Penulis bertanya perihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental melalui indikator-indikator kecerdasan spiritual dan kesehatan mental guna meninjau lebih dalam apakah AA memang benar dalam keadaan yang baik terhadap nilai spiritual nya dan peranan nilai kecerdasan spiritual apakah berdampak pada kesehatan mental AA pada saat melakukan riyadhoh yang ia jalankan

“Bismillah yakin mas, soal ngerasa diawasi pasti dan selalu ngerasa di awasi, aku yakin berkat ningkatin ibadah sholat doa segala macem nya itu salah satu yang buat aku lebih nyaman mas” (C10/AA3/LM:130).

“Alhamdulillah mas rajin mas, kebetulan juga mas aku kan persiapan nya mutih itu 1 bulan jadi selama 1 bulan itu aku juga ningkatin ibadah ku sholat, sama puasa senin juga mas”

(C11/AA3/LM:130).

“Waktu mutih ini alhamdulillah nya gegara ningkatin ibadah jadi secara gak langsung kegiatan nya semua nya jadi posisi mas jadi ya baik mas” (C12/AA3/LM:131).

“Nah kalo itu mas harus mas, Namanya puasa apalagi kita lantunin Quran tiap hari sampe 30 juz bil Goib lagi mas, jadi kalo ada temen ya jadi harus sabar mas” (C13/AA3/LM:132).

Dan penulis bertanya kepada AA perihal kesehatan mental digunakan untuk merujuk apakah AA memiliki kesehatan mental yang baik atau buruk

“Ya Nerima mas” (C14/AA3/LM:133).

“Ya alhamdulillah lancar masih aman sih mas, tapi mungkin berkurang aja gitu soalnya waktu kita itu gak banyak mas,” (C15/AA3/LM:134).

“Kalo puas ya sejauh ini udah mas, tapi mungkin kalo udah khatam ya jadi puas banget plus lega hehe” (C16/AA3/LM:134).

“Kalo soal kegiatan alhamdulillah mas masih lancar, apalagi kan aku juga udah kek persiapan ya sebelum mutih kira-kira gimana biar gak gampang

capek kek waktau nycui aja gitu mas aku itu kalo nyuci malem mas supaya ada tenaga” (C17/AA3/LM:134).

“Ya cukup gak cukup sih mass soalnya kan lagi puasa apalagi ini mutih Cuma mkan jagung” (C18/AA3/LM:135).

“Punya mas, tanggung jawab ku kan ini harus nyelesaiin mutih” (C19/AA3/LM:135).

“Kalo untuk sekarang ya tentu jauh lebih baik mas dari pada waktu awal-awa itu ya gimana Namanya awal-wal kan takut sekarang mah udah biasa.” (C20/AA3/LM:135).

“Alhamdulillah untuk kebutuhan sehari-hari terpenuhi mas” (C21/AA3/LM:135).

“Aku untuk kegiatan pondok paling cuman malem doang mas” (C22/AA3/LM:135).

“Punya mas, harus itu mah biar kita gk belok-belok hidup nya mas apalagi kan penghafal Quran mas” (C23/AA3/LM:135).

Keenam, Respon penyimak Quran ML pada saat awal proses sebelum dan awal AN melakukan riyadhoh

“Awal-awal ni anak lancar mas waktu simaan nya, ya kalo soal kendala yang dialami itu yang saat liat ya lemes gitu mas, ya kita kan sebagai temen ya nyemangatin dia mas, apalagi kan kita ya yang udah pengalaman khatamin sama udah ngelakuin mutih sampe selesai, kalo kek lemes capek kek nya semua yang mutih ya begitu mas” (C24/AA3/LM:136).

“Ya kita ngingetin dia sholat, dzikir, tapi emang AN itu anak nya udah rajinn sebelum mutih mas, jadi dia adaptasi nya kek gak susah-susah banget, ya kita yang sebagai penyimak nya ya semangatin dia, di sela-sela ndarus simaan ya kita ajak ngobrol mas, kek waktu mau sholat gitu kan istithat dulu ya itu di sambu ngobrol mas” (C25/AA3/LM:136).

“Yakebetulan nih anak rajin ya jadi mutih ini berjalan lancar-lancar aja mas” (C26/AA3/LM:136).

“Nah kebetulan nih anak waktu mutih itu makin rajin sholat, dzikir mas jadi nih anak waktu mutih kendala nya dikit beda sama yang lain gitu mas kek ada aja masalah nya. Tapi allhamdulillah y ani anak dasar nya udah rajin sama makin rajin waktu mutih jadi enak” (C27/AA3/LM:136).

Respon penyimak AA yakni ML ia mengatakan bahwa tidak banyak terkendala dalam proses AA menjalani proses riyadhoh dikarenakan AA sudah memiliki persiapan yang Panjang yang dimanakurang lebih satu bulan, dan AA juga tergolong anak yang rajin

Dan pada Kesimpulan yang didapat pada saat bertanya perihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental AA sebagai subjek ketiga pada saat menjalankan proses riyadhoh yang ia jalan di hari ke 31 hari, ia memiliki kesehatan mental yang baik yang dimana dari jawaban-jawaban yang diberikan memberikan hasil yang positif begitupun, pada hasil wawancara melalui indikator-indikator kecerdasan spiritual AA memiliki kecerdasan spiritual yang baik dan disimpulkan bahwa pada saat AA melakukan proses riyadoh yang AA jalankan bahwa ada Peran dari Kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental AA dimana proses peningkatan spiritual memberikan efek AN merasa lebih baik, nyaman dan merasakan ketenangan pada saat melakukan peningkatan kecerdasan spiritual.

b. Wawancara Informan Pendukung

1. Informan Pendukung Ke-1: MI

Pertama, Gambaran respon MD yang

berkaitan pada awal Mula informan pertama melakukan proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, MI mengatakan bawah banyak kendala pada saat informan MD melakukan proses riyadhoh yang MD jalankan dimana MD banyak mengeluh, pusing bahkan tidak lancar pada saat proses simaan Al-Quran serta tidak jarang MD sering mengeluh sampai menangis dan sering meminta istirahat pada saat proses simaan Al-Quran berlangsung.

“Njih mas, jadi gini mas si MD tuh awal-awal mutih dia orang nya agak malesan mas, waktu awal-awal banyak ngeluh nya capek, pusing lenes segala macem sampe sempet nangis juga anaknya, dia sering ngerasa takut waktu awal-awal itu pokok nya pikiran nya negative mulu, tapi dia alhamdulillah nya ya tetep bisa lanjut” (IP1/MI1/LM:138).

Setelah MD mengalami banyak nya kendala, akhirnya MI memberikan saran kepada MD untuk meningkatkan kecerdasan spiritual nya dengan meningkatkan nilai-nilai ibadah seperti menjaga sholat lima waktu nya secara berjamaah, mengerjakan dzikir serta berdoa secara, karena MI adalah santri yang pernah berhasil menjalani proses riyadhoh puasa mutih, dimana MI mempunyai

pengalaman berikut, serta pada saat menjalani proses riyadhoh puasa putih juga sempat memiliki masalah-masalah yang hampir sama dan MI akhirnya memberikan saran tersebut dari pengalaman pribadi MI serta memberikan semangat kepada MD untuk tetap fokus serta konsisten dalam menjalani riyadhoh puasa putih yang MD jalankan.

“Ya waktu dia kayak gitu, saya sebagai temennya ya nasehatin dia mas, ngasih tau dia supaya fokus dan saya certain pengalaman saya waktu putih dulu ya mirip-mirip gitu mas, tapi saya waktu awal-awal itu gak malesan kayak dia, ya saya kasih tau buat ningkatin ibadah, sholat wirid-wirid mas dia kebiasaan abis sholat langsung pergi gitu waktu awal-awal putih.” (IP2/MI1/LM:139).

“Ya bertahap gitu mas, tapi alhamdulillah dilakuin, dan sekarang dia tuh udah alhamdulillah mas udah fokus, kalo simaan Al-Quran juga udah bisa lancar, dia udah gak ngeluh lagi apalagi ini kan udah sekitar masuk hari ke 34 jadi sebentar lagi mau selesai” (IP3/MI1/LM:140).

Waktu MI melakukan pendekatan serta memberikan saran dan nasehat kepada MD, akhirnya MD dapat melewati masa-masa sulit pada

proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesanten Raudhatul Mujawwidin, menurut MI, informan MD dapat merubah perilaku yang sebelumnya, menjadi lebih baik serta MD lebih konsisten dalam menjalani proses riyadhoh puasa mutih, serta MD dapat berbaur dengan teman, tidak ada rasa tertekan dan bisa lancar dalam proses simaan Al-Quran yang dijalankan MD.

“Dia lebih rajin mas tambah gak neko-neko anaknya, sekarang juga sholat nya terjaga apalagi anak nya lancar hafalannya” (IP4/MI1/LM:140).

Dari keterangan MI dapat disimpulkan bahwa MD pada saat awal menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin mengalami kendala dari proses yang rumit yakni kurang nya persiapan, rasa takut yang berlebih ketidak percayaan diri serta rasa tidak nyaman akan tetapi pada saat proses berjalan MD melakukan peningkatan spiritual MD memiliki kecerdasan spiritual yang biasa dan MD meningkatkannya dengan melakukan ibadah secara rutin seperti sholat lima waktu, berdzikir serta rajin beroda dan dampak yang dialami nya MD menjadi lebih tenang, lebih nyaman serta memiliki kepercayaan diri yang tidak seburuk awal pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih.

2. Informan Pendukung Ke-2: RM

Pertama, RM menceritakan bagaimana pola perilaku yang ditimbulkan pada awal melakukan proses riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. RM mengatakan bahwa AN merupakan anak yang rajin, serta memiliki kepintaran di atas rata-rata, RM mengatakan pada saat awal RM menjalani proses riyadhoh puasa mutih RM mengaku bahwa AN adalah anak yang rajin dan taat beribadah apalagi pada proses riyadhoh puasa mutih dilakukan AN sangat-sangat rajin dan pada awal menjalani proses riyadhoh nya AN memiliki sedikit kendala akan tetapi pada saat proses simaan Al-Quran RM mengaku bahwa AN melakukan nya dengan lancar dan tenang.

“Njih mas, jadi gini mas si AN kebetulan dia waktu mutih dia alhamdulillah lancar mas, dia juga dari dulu anak nya rajin pinter juga sih itu anaknya mas tapi ya ada masalah waktu diawal-awal tapi emang gak banyak kebetulan dia juga persiapan mutih katanya lama mas” (IP1/RM2/LM:143).

Pada awal awal menjalani menurut keterangan RM, AN mengalami beberapa masalah yakni pusing lemas dan kurang bersemangat akan tetapi

AN berhasil menyelesaikan dari hari ke hari pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih.

“Ya dia waktu itu gejala nya lemes pusing sama kek kurang semangat gitu mas tapi waktu simaan masih ada kendala-kendala kek kurang lancar gitu tapi gak terlalu gitu mas” (IP2/RM2/LM:143).

RM akhirnya memberikan semangat supaya AN bisa berhasil menyelesaikan hari demi hari berlangsung, AN semakin rajin dalam meningkatkan Ibadah nya, RM memberikan semangat serta mengingatkan dalam Ibadah serta spiritualitas nya AN supaya bisa istiqomah serta lebih giat lagi dalam menjalani aktifitas sehari-harinya.

“Ya kita sebagai temen ya semangat dia, supaya bisa fokus terus bisa semangat sampe dia selesai khatamin tirakatan nyama sama ya sholat, doa nya di perbanyak lagi gitu ya tingkatin ibadah pokok nya mas” (IP3/RM2/LM:144).

“Dia lebih rajin mas, sering adzan sering bersih-bersih rajin ikut kegiatan gitu” (IP4/RM2/LM:144).

Pada saat AN melakukan perbaikan dan meningkatkan kualitas kecerdasan spiritualitasnya

AN menjadi lebih baik lagi serta dapat berbaur dengan teman-teman nya yang dimana AN dapat mengatasi masalah pada awal menjalani proses riyadhoh puasa mutih.

3. Informan Pendukung Ke-3: ML

Gambaran awal proses riyadhoh puasa mutih yang di jalankan AA, menurut keterangan ML, pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. ML mengatakan bawah AA mengalami banyak kendala dari awal proses riyadhoh puasa mutih yang AA jalankan AA sering mengeluh lapar, lemas bahkan sering meminta istirahat pada proses puasa mutih dimana fase simaan Al-Quran berlangsung dan mengganggu pada saat AA menjalankan proses riyadhoh puasa mutih, AA seeing meminta waktu untuk istirahat dimana AA sering meminta kepala nya di pijat karena faktor pusing serta lemas yang dialami pada saat proses riyadhoh puasa mutih berlangsung.

“Njih mas, jadi gini mas si AA waktu dia mutih itu waktu di awal-awal dia orang nya gak semangat mas, suka ngeluh, apalagi kalo waktu simaan Quran dia sering minta berhenti buat istirahat” sering bling capek laper gitu kebanyakan istirahat”

terus jarang kumpul sama temen-temen waktu awal-awal tuh” (IP1/ML3/LM:147).

“Ya dia waktu itu gejala nya lemes pusing sama kek kurang semangat gitu mas tapi waktu simaan masih ada kendala-kendala kek kurang lancar gitu tapi gak terlalu gitu mas” (IP2/ML3/LM:147).

Pada saat menjalani proses riyadhoh puasa putih AN juga kurang rajin dalam beribadah serta sering bermalas-malasan dan sering susah di atur akan tetapi ML sebagai penyimak sekaligus senior AN memberikan nasehat serta mendisiplinkan AN supaya AN dapat merubah perilaku buruk nya dikarenakan AN sedang menjalani proses riyadhoh yang dimana pada saat riyadhoh memerlukan tenaga, konsentrasi yang banyak.

“Ya paling semangatn gitu mas ngasin saran supaya dia bisa fokus supaya bisa rajin lagi suruh sholat doa, dzikir kalo sehabis sholat mas, ya pokoknya gimana dia bisa rajin sama bisa lancar ngejalanin tirakatannya mas” (IP3/ML3/LM:148).

“Dia lebih rajin mas, sering adzan sering bersih-bersih rajin ikut kegiatan gitu” (IP4/ML3/LM:148).

“Dia jadi lebih enak di atur mas soalnya aku

ingetin sering banget gitu mas, mana dia sekarang dah enak di atur hafalan nya juga udah lumayan lancar mas enggak kayak dulu mas” (IP5/ML3/LM:148).

Setelah melakukan proses riyadhoh dari hari-kehari dan setelah AN merubah pola perilaku serta spiritualitas nya di perbanyak akhirnya AN memiliki kecerdasan spiritual yang baik serta mental yang baik pada saat menjalani proses riyadhoh yang AN jalankan menurut ML juga AN sudah menjari rajin serta rajin dalam melakukan kegiatan yang ada di dalam Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin menurut keterangan ML pada saat melakukan proses simaan Al-Quran pun AN sudah mulai lancar serta fokus dalam melakukan simaan Al-Quran.

c. Observasi Informan Kunci

Pada tahapan observasi, penulis menggunakan observasi terus terang, yang dimana penulis meminta izin secara langsung kepada sumber data, dimana akan dilaksanakannya penelitian. Dan penulis juga tidak terlibat secara langsung tetapi hanya sebagai pengamat. Adapun hasil dari pengamatan observasi adalah sebagai berikut:

1. Observasi Informan Kunci ke-1: MD

Observasi yang dilakukan pada MD dilakukan sebanyak dua kali. Yang pertama di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, tepatnya di aula pondok pesantren pada saat subjek sedang melakukan proses riyadhoh mutih yang dimana MD sedang melakukan rutinitas menghatamkan Al-Quran Bilghoib dalam keadaan berpuasa. Dan kondisi subjek pada saat itu hanya ada tiga orang yakni MD subjek utama serta ada dua orang lainnya yang sedang menyimak Al-Quran. Sedangkan observasi yang kedua dilakukan di ruangan tengah, di dalam kamar yang mana dilakukan pada waktu setelah isya, dimana MD telah menyelesaikan proses riyadhoh mutih disertai menghatamkan Al-Quran 30 juz, selesai melakukan sholat isya. Adapun hasil observasi pada informan utama yakni MD yaitu sebagai berikut:

Pertama, pada saat melakukan wawancara MD terlihat tenang, fokus serta pandangan yang tidak melihat kekanan dan kekiri, MD terlihat santai dan tidak tegang bahkan sering kali pada saat menceritakan pengalamannya pada saat melakukan riyadhoh puasa mutih MD nampak tersenyum, saat ditanya pun MD terlihat santai.

Kedua, keadaan MD pada saat melakukan proses mengkhhatamkan Al-Quran Bilghoib subjek terlihat lancar serta tidak banyak melakukan kesalahan dalam mengkhhatamkan Al-Quran serta tidak ada kendala dan pada saat obervasi dilakukan, MD sudah menjalani proses riyadhoh puasa mutih selama 33 hari, MD juga cenderung fokus serta terlihat serius pada saat proses mengkhhatamkan Al-Quran, pada saat sebelum adzan ia langsung berhenti membaca Al-Quran, serta langsung Bersiap-siap wudhu guna mempersiapkan sholat lima waktu secara berjamaah, pada saat setelah sholat MD ternyata tidak langsung pergi MD melakukan dzikir serta terlihat khusu' dan fokus berdoa setelah melakukan kegiatan tersebut, MD nampak pergi ke aula dan bersiap-siap sembari menunggu serta mempersiapkan simaan Quran yang belum dikhatamkan, saat melanjutkan proses kegiatan mengkhkatamkan Al-Quran, ia nampak masih lancar dan fokus serta tenang serta pandangan MD lurus kedepan.

Ketiga, yakni pada saat malam hari dimana MD telah selesai menyelesaikan proses riyadhoh puasa mutih, dimana MD terlihat aktif dan berbincang-bincang dengan teman-temannya, baik didalam kamar maupun di ruangan aula, MD

berkumpul dimana santri biasa nya bermain serta mengobrol yakni di aula, dalam observasi tersebut nampak MD sering tersenyum dan terlihat bahagia, dimana dari raut wajah yang ditunjukkan bahwa ia terlihat tersenyum bahkan sering tertawa serta tidak dalam tekanan, ia aktif dalam mengikuti kegiatan malam hari, yakni berberes ruangan kamar MD ikut dalam kegiatan tersebut dimana MD menyapu ruangan kamar.

Keempat. Lingkungan tempat yang di tinggali oleh subjek tinggal, dimana tempatnya adalah di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, lingkungan nya di khususkan bagi santri penghafalan Al-Quran yang sudah mempunyai hafalan di atas 20 juz, serta santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih serta tempatnya di bedakan antara santri putra dan santri putri, setelah melakukan proses riyadhoh yang dimana tempatnya di khususkan, membuat MD merasakan lebih fokus serta lebih percaya diri, dikarenakan tidak ada gangguan atau rasa malu terhadap lawan jenis. Berdasarkan pengamatan serta obervasi yang dilakukan penulis, keadaan lingkungan sangatlah mendukung untuk menjalankan proses riyadhoh puasa mutih, dimana lingkungan nya sangat asri, tenang tidak banyak

orang serta tempat yang ditinggali tergolong nyaman, dimana yang tinggal di sana adalah semua penghafal Al-Quran serta orang-orang yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih.

2. Obervasi Informan kunci Ke-2: AN

Observasi yang dilakukan pada AN dilakukan sebanyak dua kali. Yang pertama di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, tepatnya di aula pondok pesantren pada saat subjek sedang melakukan proses riyadhoh mutih, yang dimana AN sedang melakukan rutinitas menghafalkan Al-Quran Bilghoib, dalam keadaan berpuasa. Kondisi subjek pada saat itu hanya ada tiga orang yakni AN subjek utama serta ada dua orang lainnya yang sedang menyimak Al-Quran. Sedangkan observasi yang kedua dilakukan di ruangan tengah aula dan kamar, dilakukan pada setelah isya, dimana AN telah menyelesaikan proses riyadhoh mutih disertai menghafalkan Al-Quran 30 juz, selesai melakukan sholat isya. Adapun hasil observasi pada informan utama yakni AN yaitu sebagai berikut:

Pertama, pada saat diwawancarai AN terlihat santai dan bisa fokus saat di tanya oleh penulis, AN terlihat lancar dalam menjawab walaupun dalam berbahasa daerah dikarenakan AN sulit dalam

pengucapan Bahasa Indonesia, AN tidak tegang saat ditanya tak jarang juga AN tersenyum pada saat di tanya oleh penulis.

Kedua, keadaan AN pada saat melakukan proses menghafat Al-Quran Bilghoib subjek bisa terbilang lancar serta tidak ada kendala, dan pada saat observasi dilakukan AN sudah menjalani proses riyadhoh puasa mutih selama 33 hari. Pada saat AN melakukan proses riyadhoh puasa mutih, AN melakukan proses riyadhoh ia sedang membaca Al-Quran ia tampak lancar dan tenang pada saat melafadzkan lantunan ayat suci Al-Quran, dan AN juga cenderung fokus, pada saat adzan ia langsung berhenti membaca Al-Quran serta langsung ke kamar mandi untuk wudhu guna mempersiapkan sholat dzuhur secara berjamaah, bahkan AN adzan pada saat sholat dzuhur, serta melantunkan pujipujian atau sholawatan sebelum waktu sholat berjamaah dilaksanakan, pada saat setelah sholat AN ternyata tidak langsung pergi AN terlihat berdzikir dengan fokus dengan dikahiri berdoa setelah melakukan kegiatan tersebut, AN nampak pergi ke aula lagi dan melanjutkan proses kegiatan menghafat Al-Quran, ia nampak masih lancar dan fokus serta tenang, dan AN menyelesaikan khataman Qur'an nya pada waktu setelah asar

sekitar pukul setengah lima, lalu saat setelah asar setelah menyelesaikan khataman Al-Quran, AN nampak berberes ruangan bersama teman-temannya di ruangan aula AN nampak sedang menyapu di teras halaman.

Ketiga, yakni pada saat malam hari dimana AN telah selesai menyelesaikan proses riyadhoh puasa mutih, dimana AN terlihat aktif dan berbincang-bincang dengan teman-temannya, baik didalam kamar maupun di ruangan, AN berkumpul dengan teman-temanya dimana santri biasa nya bercerita yakni di aula, dalam observasi tersebut nampak AN sering tertawa mengobrol bersama teman-temannya, setelah melakukan sholat isya berjamaah, AN terlihat tertawa serta tidak dalam tekanan, ia aktif dan mengikuti dalam kegiatan malam hari dimana santri melakukan kegiatan berberes kamar AN terlihat membereskan Kasur-kasur yang berantakan serta memberskan baju-baju yang berserakan.

Keempat, Lingkungan tempat yang di tinggali oleh subjek tinggal. Dimana tempat nya adalah di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, yang dimana lingkungan nya di khusus kan bagi santri penghafalan Al-Quran yang sudah mempunyai hafalan di atas 20 juz serta santri yang sedang

menjalani proses riyadhoh puasa mutih serta tempatnya di bedakan antara santri putra dan santri putri, setelah melakukan proses riyadhoh yang dimana tempatnya di khususkan, membuat AN merasakan lebih fokus serta lebih percaya diri dikarenakan tidak ada gangguan atau rasa malu terhadap lawan jenis. Berdasarkan pengamatan serta observasi yang dilakukan penulis keadaan lingkungan sangatlah mendukung untuk menjalankan proses riyadhoh puasa mutih, dimana lingkungan nya sangat asri, tenang tidak banyak orang serta tempat yang ditinggali tergolong nyaman, dan dimana yang tinggal di sana adalah semua penghafal Al-Quran serta orang-orang yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih.

3. Observasi Informan Kunci

Observasi yang dilakukan pada AA dilakukan sebanyak dua kali. Yang pertama di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, tepatnya di aula pondok pesantren, pada saat subjek sedang melakukan proses riyadhoh mutih, dimana AA sedang melakukan rutinitas menghafalkan Al-Quran Bilghoib dalam keadaan berpuasa, kondisi subjek pada saat itu hanya ada tiga orang yakni AA subjek utama serta ada dua orang lainnya yang sedang menyimak Al-Quran, sedangkan observasi

yang kedua dilakukan di ruangan tengah serta ruang kamar tidur santri, dilakukan pada setelah isya dimana AA telah menyelesaikan proses riyadhoh mutih disertai menghatamkan Al-Quran 30 juz, selesai melakukan sholat isya. Adapun hasil observasi pada informan utama yakni AA yaitu sebagai berikut:

Pertama, pada saat AA melakukan wawancara dimana AA tidak terlihat panik serta takut, AA pada saat ditanya AA menjawab dengan baik serta dengan Bahasa yang sopan, AA terlihat fokus serta lebih banyak menunduk kebawah pada saat di tanya oleh penulis, serta menjawab dengan suara yang bagus, AA juga pada saat wawancara tidak melihat kenan atau keiri AA fokus terhadap apa yang ditanyakan prihal pengalamannya pada saat melakukan proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Kedua, keadaan AA pada saat melakukan proses menghatamkan Al-Quran Bilghoib subjek terbilang lancar serta tidak ada kendala, pada saat obervasi dilakukan AA sudah menjalani proses riyadhoh puasa mutih selama 33 hari, pada saat AA melakukan proses riyadhoh puasa mutih. Pada sedang membaca Al-Quran ia tampak lancar dan tenang pada saat melafadzkan lantunan ayat suci

Al-Quran, dan AA juga cenderung fokus serta pandangan AA fokus kedepan, pada saat sebelum adzan Ia langsung berhenti membaca Al-Quran serta langsung Bersiap-siap wudhu guna mempersiapkan sholat lima waktu secara berjamaah, AA melaksanakan sholat secara berjamaah, pada saat setelah sholat AA tidak langsung pergi, AA terlihat berdzikir dengan fokus dengan dikahiri berdoa setelah melakukan kegiatan tersebut, AA nampak pergi ke aula lagi dan melanjutkan Proses kegiatan menghkatamkan Al-Quran, ia Nampak masih lancar dan fokus serta tenang. AA berhasil menghkatamkan Al-Quran sekitar hampir maghrib.

Ketiga, yakni pada saat malam hari dimana AA telah selesai menyelesaikan proses riyadhoh puasa mutih, dimana AA terlihat aktif bercerti serta berkumpul dengan teman-temannya baik didalam kamar maupun di ruangan aula, dimana santri biasanya bermain dan bercerita, dalam observasi tersebut Nampak AA sering tersenyum dan terlihat bahagia dimana dari raut wajah yang ditunjukan bahwa ia terlihat bahagia serta tidak dalam tekanan, ia aktif dan mengikuti dalam kegiatan malam hari dimana santri melakukan kegiatan berberes kamar AA terlihat sedang membersihkan sampah yang

berserakan AA menyapu kamar serta mengepel kamar untuk persiapan tidur.

Keempat. Lingkungan tempat yang di tinggali oleh subjek tinggal. Dimana tempat nya adalah di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, yang dimana lingkungan nya di khusus kan bagi santri penghafalan Al-Quran yang sudah mempunyai hafalan di atas 20 juz serta santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih serta tempatnya di bedakan antara santri putra dan santri putri, setelah melakukan proses riyadhoh yang dimana tempatnya di khususkan, membuat AA merasakan lebih fokus serta lebih percaya diri dikarenakan tidak ada gangguan atau rasa malu terhadap lawan jenis. Berdasarkan pengamatan serta obervasi yang dilakukan penulis keadaan lingkungan sangatlah mendukung untuk menjalankan proses riyadhoh puasa mutih, dimana lingkungan nya sangat asri, tenang tidak banyak orang serta tempat yang ditinggali tergolong nyaman, dan dimana yang tinggal di sana adalah semua penghafal Al-Quran serta orang-orang yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih.

No.	Kode Partisipan	Analisis/Hasil
-----	-----------------	----------------

1.	MD	Hasil dari pertanyaan indikator-indikator kecerdasan spiritual dan kecerdasan mental ini adalah bawah ada peran dari kecerdasan spiritual dalam peningkatan kesehatan mental yang dimana dari adanya peningkatan nilai-nilai spiritual santri MD memiliki nilai kesehatan mental yang baik dari pada sebelumnya yang dimana, MD adalah santri yang memiliki rasa khawatir, rasa takut was-was serta ketidakpercayaan diri namun berkat MD meningkatkan nilai-nilai kecerdasan spiritual MD berhasil
----	----	--

		memiliki nilai kesehatan mental yang baik dimana pada saat proses meningkatkan nilai kecerdasan spiritual MD merasakan perubahan yakni merasa nyaman, tenang dan merasa lebih percaya diri.
2.	AN	Hasil yang didapat pada saat bertanya perihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental AN sebagai subjek ketiga pada saat menjalankan proses riyadhoh yang ia jalan di hari ke 31 hari, ia memiliki kesehatan mental yang baik yang

		dimana dari jawaban-jawaban yang diberikan memberikan hasil yang positif begitupun, pada hasil wawancara melalui indikator-indikator kecerdasan spiritual AN memiliki kecerdasan spiritual yang baik dan disimpulkan bahwa pada saat AN melakukan proses riyadoh yang AN jalankan bahwa ada peran dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental AN dimana proses peningkatan spiritual memberikan efek AN merasa lebih baik, nyaman dan merasakan
--	--	--

		ketenangan pada saat melakukan peningkatan kecerdasan spiritual.
3.	AA	Hasil yang didapat pada saat bertanya perihal kecerdasan spiritual serta kesehatan mental AA sebagai subjek ketiga pada saat menjalankan proses riyadhoh yang ia jalan di hari ke 31 hari, ia memiliki kesehatan mental yang baik yang dimana dari jawaban-jawaban yang diberikan memberikan hasil yang positif begitupun, pada hasil wawancara melalui indikator-indikator

		kecerdasan spiritual AA memiliki kecerdasan spiritual yang baik dan disimpulkan bahwa pada saat AA melakukan proses riyadoh yang AA jalankan bahwa ada Peran dari Kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental AA dimana proses peningkatan spiritual memberikan efek AN merasa lebih baik, nyaman dan merasakan ketenangan pada saat melakukan peningkatan kecerdasan spiritual.
--	--	--

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana peran dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, serta bagaimana persepsi pengalaman santri mengenai dampak dari kecerdasan spiritual selama menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental yang dimana pada saat santri menjalani proses riyadhoh puasa mutih yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin banyak mengalami penurunan rasa motivasi dalam menjalani proses riyadhoh puasa mutih serta proses mengkhataamkan Al-Quran, tidak percaya pada diri sendiri, dan rasa khawatir/takut pada saat menjalani proses riyadhoh dapat diatasi dengan kecerdasan spiritual. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irawan (2019) dengan judul: Peranan Kecerdasan Spiritual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar siswa. Pada hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual terbukti mampu mengatasi keterpurukan mental yang mengakibatkan lemahnya motivasi, membangun hubungan yang positif terhadap teman, menumbuhkan sikap percaya diri serta mampu menjernihkan jiwa, sifat keraguan yang timbul dan rasa khatir berlebihan.

Peran kecerdasan spiritual dapat dan mampu membantu santri dalam menangani stress yang melanda pada saat menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren

Raudhatul Mujawwidin yang dimana pada saat menjalani proses riyadhoh bisa diselesaikan dengan meningkatkan spiritualitas nya salah satu nya yakni mengkatamkan Al-Quran dengan satu hari satu kali khatam. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfajrin, dkk., (2023) dengan judul: Upaya Penanganan Stress Melalui Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjung Pura, Pontianak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual sangat penting untuk membantu siswa mengatasi stress. Siswa yang lebih religius cenderung memiliki strategi yang lebih fleksibel untuk menangani stres. Dari hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa: ditemukan bahwa membaca Al-Quran adalah salah satu cara yang efektif untuk menangani stress. Secara khusus mereka mengatakan bahwa aktivitas ini membantu mereka merasa lebih tenang dan memberi mereka kekuatan mental untuk menghadapi tantangan dikampus dan hal-hal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Ketika kecerdasan spiritual dimasukkan ke dalam lingkungan akademik, dapat membantu membangun metode yang lebih komprehensif untuk mengendalikan stress siswa. Selain itu melalui wawancara ini mengungkapkan bahwa mahasiswa BPI memandang Al-Quran dan Hadist sebagai sumber inspirasi dan bimbingan untuk mengatasi masalah dan menjaga kesehatan mental. Mereka mengungkapkan bahwa mempraktikkan praktik keagamaan ini membantu mereka mendapatkan perlindungan spiritual dan mengembangkan hubungan yang lebih dekat dengan Allah.

Serta hasil penelitian Isti'anah, dkk., (2017) Dengan Judul: Peran Kecerdasan Spiritual Dan Nilai Personal Terhadap Kesehatan Mental. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental dapat mempengaruhi kesehatan mental 7,9%.

Pada penelitian ini penulis mengungkapkan bahwa ada peran kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani proses riyadhoh dimana peran tersebut sangat penting untuk kesuksesan dalam pelaksanaan kegiatan wajib yang dilakukan penghafal Al-Quran di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. Serta dalam sesi wawancara pada informan kunci maupun informan pendukung mereka berpendapat bahwa pada saat melakukan proses riyadhoh puasa putih, mereka mempunyai pengalaman positif dimana ketika mereka meningkatkan kesadaran diri untuk meningkatkan spiritualitas mereka banyak hal-hal positif yang timbul di dalam diri para informan tersebut mereka lebih dapat menyelesaikan persoalan dan masalah pada saat awal-awal menjalani proses riyadhoh puasa putih yang dilakukan, percaya diri, lebih tenang serta lebih bertanggung jawab dalam proses penyelesaian riyadhoh puasa putih yang dilakukan di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin. Dimana menurut menurut Zohar dan Marshall (2001) ia adalah orang yang pertama kali mengeluarkan Ide tentang konsep kecerdasan spiritual ia mendefinisikan bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai.

Menurut Kartono, (1989) dalam Aprianto (2022), individu yang mempunyai pribadi yang normal/ bermental sehat adalah pribadi yang menampilkan tingkah laku yang adekuat & bisa diterima masyarakat pada umumnya, sikap hidupnya sesuai norma & pola kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal & intersosial yang memuaskan. Dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental mempunyai peran bagi penghafal Al-Quran terutama penghafal yang sudah mempunyai hafalan tinggi (banyak), serta bagi mereka yang sudah mengkhataamkan Al-Quran 30 juz Bil'Ghoib, karena bagi penghafal Al-Quran kesehatan mental merupakan salah satu yang menyebabkan dampak positif timbul didalam diri, maupun di dalam hafalan penghafal Al-Quran.

Informan kunci juga memberikan informasi yakni bagaimana pengalaman nya dalam proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin, memiliki dampak yang positif serta mempunyai pengalaman spiritualitas yang meningkat pada saat proses menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. Serta mempunyai peran yang baik dan positif terhadap kesehatan mental nya selama menjalani proses riyadhoh di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Penulis juga mengungkapkan bahwa peran kecerdasan spiritual dapat menimbulkan efek positif kepada santri informan yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin. Dimana dari

hasil wawancara dan observasi dapat disimpulkan bahwa pada saat awal proses terjadinya riyadhoh puasa mutih para informan memiliki masalah-masalah yang timbul dan susah dihadapi serta susah diselesaikan pada saat itu akan tetapi setelah para informan meningkatkan nilai spiritualitas dan memiliki kecerdasan spiritual yang baik mereka mampu menjadi diri yang lebih baik, mereka mampu menyelesaikan persoalan-persoalan yang timbul pada saat mereka menjalani proses riyadhoh puasa mutih pada awal-awal proses nya.

Berdasarkan hasil dari wawancara dan observasi yang telah dilakukan penulis kepada santri yang sedang menjalani riyadhoh puasa mutih 41 hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin peneliti menemukan hasil sebagai berikut:

Tabel Triangulasi Data:

Tabel 4.3 Triangulasi Data

Subjek	MD	AN	AA
Latar belakang keluarga dan latar belakang informan melakukan proses riyadhoh	Subjek pertama memiliki latar belakang ekonomi menengah, dimana MD merupakan anak dari	Subjek kedua merupakan anak pertama dari 2 bersaudara ia mempunyai latar belakang dimana ayah dan ibu nya	Subjek ketiga merupakan anak ke 3 dari 3 bersaudara, ia mengkhawatirkan Al-Quran selama 3 tahun, ia mempunyai latar belakang dimana ayah nya

puasa	bapak yang	bekerja	bekerja sebagai
mutih	bekerja	sebagai	petani sedang
	sebagai	petani, ia	kan ibu nya
	petani dan	mondok di	berprofesi
	ibu sebagai	pesantren	sebagai guru di
	ibu rumah	sudah hamper	salah satu
	tangga, ia di	6 tahun. Ia	sekolah. Ia
	pondokan	memutuskan	mengkatamkan
	pada saat ia	sekolah di	Al-Quran sejak
	masih	pesantren	dibangku 3 Mts
	duduk di	pada saat ia	dan
	bangku 4	kelas 1 mts	menghatamkan
	MI, ia	dan ia	hafalan nya pada
	memutuskan	sekarang	saat kelas 2
	n	sudah kelas 2	Aliyah. AA
	menghafalk	MA, yang	berhasil
	an Al-Quran	dimana ia	mengkhatamkan
	pada saat ia	memutuskan	Al-Quran
	memasuki	menghafalka	selama 3 tahun,
	kelas 2	n Al-Quran	ia memutuskan
	MTS dan ia	pada saat ia	menghafalkan
	berhasil	masuk kelas	Al-Quran karena
	menghatam	3 mts, ia	anjuran dari
	kan Al-	berhasil	orang tua AA
	Quran pada	menyelesaika	yang dimana
	saat ia kelas	n hafalan nya	orang tua AA

2 MA, ia adalah anak ke 2 dari 2 bersudara, ia menghatam kan Al- Quran pada tahun ke 4 nya menghafalk an Al-Quran ia berhasil menyelesain kan hafalan selama 4 tahun dan ia memutuska n melakukan proses riyadhoh untuk menjalanka n kewajiban	pada tahun ke 3 nya yang dimana ia berhasil mengkatamk an Al-Quran dalam waktu 3 tahun, ia memutuskan melakukan riyadoh setelah menghatamk an AL-Quran yang dimana salah satunya untuk mendapatkan syahadah serta sanad Quran	ingin anak nya menjadi Hafidz Quran, dan dari dorongan tersebutlah AA akhirnya menghafalakan Al-Quran, setelah perjalan yang Panjang selama 3 takut akhinya menyelesaikan hafalan, AA memutuskan untuk melakukan riyadhoh yang dimana riyadhoh adalah kegiatan yang wajib dilakukan di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin
---	---	---

	santri		untuk santri
	penghafal		yang sudah
	Quran yang		menghatamkan
	dimana jika		Al-Quran guna
	sudah		untuk
	menghatam		mendapatkan
	kan Quran		syahadah serta
	wajib		sanad Quran
	melakukan		
	Riyadhoh		
	puasa mutih		
Gambara	Gambaran	Gambaran	Gambaran awal
n awal	awal yakni	awal pada	AA pada saat
pada saat	MD	AN sebelum	sebelum
sebelum	mengapa	melakukan	melakukan
melakuka	bisa	proses	proses riyadhoh
n	melakukan	riyadhoh	dimana pada
riyadhoh	riyadhoh	puasa mutih	malam hari nya
	puasa mutih	41 hari di	AA tidak bias
	dikarenakan	pondok	tertidur dan
	ia berhasil	pesantren	selalu kepikiran
	menghatam	raudhatul	akan
	kan hafalan	mujawwdin,	menjalankan
	Al-Quran di	yakni ia	riyadhoh, ia
	pondok	berhasil	merasa takut
	pesantren	menghatamk	bila nanti pada

raudhatul	an Al-Quran	saat melakukan
mujawwidin	dalam waktu	riyadhoh ia
yang	3 tahun ia,	gagal, karena
dimana MD	dan ia	jika gagal ia
berhasil	memiliki	akan melakukan
mengengkh	waktu yang	proses riyadhoh
atamkan	lumayan	dari awal. AA
hafalan	lama untuk	memiliki waktu
Quran nya	mempersiapk	hanya dua hari
selama 4	an riyadhoh,	untuk persiapan
tahun, pada	pada awal	melakukan
saat saat ia	nya AN di	proses riyadhoh,
akan	soankan oleh	AA serius untuk
melakukan	penannggung	melakukan
kegiatan	jawab kepada	proses riyadhoh
riyadhoh	pimpinan	yang AA
dia di Soan	program	jalankan akan
kan oleh	tahfizul	tetapi AA tidak
penanggung	Quran akan	bisa tertidur
jawab	tetapi ketika	pada satu hati
Quran ke	di soankan ia	akan melakukan
pengasuh	di suruh	proses riyadhoh
sekaligus	menunggu	yang AA
pimpinan	teman nya	jalankan, AA
tafidzul	yang lain	merasa takut,
Quran di	akhirnya di	karena AA takut

pondok	waktu	merasa gagal
pesantren	menunggu	karena jika AA
raudhatul	tersebut ia	gagal AA akan
mujawwidin	memutuskan	mengulang
, pada saat	untuk	proses riyadoh
sebelum	berpuasa	yang AA
melakukan	sunnah senin	jalankan.
riyadhoh ia	kamis supaya	
mengalami	ia terbiasa	
ketakutan,	dan tidak	
rasa wass-	terlalu susah	
wass, serta	pada saat	
ketidak	melakukan	
percayaan	proses	
diri yang	riyadhoh, dan	
membuat	setelah rutin	
mental nya	melakukan	
menurun,	puasa sunnah	
dan rasa	senin kamis	
kepercayaan	ia di panggil	
diri nya	di kantor	
juga	Yayasan pada	
menurun	hari jumat	
	pada waktu	
	itu ia di suruh	
	melakukan	

riyadhoh
 puasa putih
 pada hari
 senin, pada
 saat
 mengetahui
 kabar
 tersebut ia
 terlihat takut
 dan merasa
 khawatir
 karena hal ini
 baru pertama
 kali ia
 lakukan, pada
 awal ia tidak
 terlalu
 percaya diri
 bahwa dirinya
 mampu dan
 bisa
 melaksanakan
 tugas
 tersebut

Peranan	Pada saat	Pada saat AN	Pada saat AA
kecerdasan	MD	melakukan	melakukan

n spiritual	melakukan	proses	proses riyadhoh
terhadap	riyadhoh di	riyadhoh	ia mengalami
kesehatan	awal-awal	awal-awal ia	gejala lemas,
mental	dan ia	mengalami	lesu dan tidak
santri	merasakn	sedikit	percaya diri
yang	beberapa	masalah	akan tetapi pada
menjalani	masalah,	hanya	saat itu AA
riyadhoh	seperti tidak	mengalami	memiliki tekad
	percayaan	lemas pada	yang kuat yang
	diri, rasa	saat awal	dimana pada
	takut, wass-	pertama	saat melakukan
	was dan	melakukan	Riyadhoh ia
	rasa	riyadhoh, aka	sudah berusaha
	bayang-	n tetapi	lebih rajin serta
	bayng akan	sebelum ia	meningkatkan
	kegagalan	melakukan	nilai spiritualitas
	ia akhirnya	riyadhoh	nya ia
	diberikan	justru dia	melakukan
	saran oleh	mengalami	banyak
	teman nya	beberapa hal	perubahal positif
	yang, jika	seperti rasa	yang dimaana
	ingin tetap	ketakutan,	tidak dilakukan
	fokus, dan	rasa ketidak	pada saat ia
	berhasil	percayaan	belum
	untuk	diri dan rasa	melakukan
	menjalanka	was-was pada	proses riyadhoh,

n proses	perjalanan	ia mencoba
riyadhoh ini	nya dia	lebih rajin serta
selama 41	riyadhoh	meningkatkan
hari,ia harus	puasa mutih	kecerdasan
dan ia	ia melakukan	spiritual yang
sebaik nya	peningkatan	dimana pada
melakukan	spiritualitas	awal nya yang ia
pendalaman	yang dimana	lakukan itu berat
nilai	membuatnya	akan tetapi AA
spiritual	berubah	terus mencoba
atau	menjadi lebih	berubah sambil
mingkatkan	baik serta	terus fokus
spiritualitas	lebih nyaman	melakukan
yang ia	dalam	proses riyahoh
lakukan	melakukan	puasa mutih,
pada saat	kegiatan	pada saat dia
melakukan	seharu-hari ia	telah melakukan
riyadhoh,	merasakan	perubahan dari
akhirnya	ketenangan	meningkatkan
atas saran	jiwa serta	kecerdassan
yang	tidak	spiritual ia
diberikan	khawatir lagi	merasakan
teman	serta was-wa	perubahan
simaan nya,	terhadap	dimana, ia
MD	proses	merasakan lebih
melakukan	riyadhoh	tenang, lebih

apa yang	yang ia	nyaman serta
Saranya	jalankan dan	lebih mau
berikan,	ia merasa	berbaur dan
akhirnya	yakin bahwa	melakukan
MD	ia bisa	kegiatan pada
melakkukan	melakukan	saat menjalani
perbaikan	proses	proses riyadhoh
dan	riyadhoh	yang ia jalankan
meningkatk	sampai 41	dan akan ia
an	hari dan ia	selesaikan
spiritualitas	merasa bisa	
nya dari	sukses untuk	
menjalanka	melakukan	
n sholat 5	riyadhoh	
waktu	puasa putih	
secara tepat	di pondok	
waktu dan	pesantren	
teratur,	raudhatul	
menjalanka	mujawwidin	
n sholat-		
sholat		
sunnah		
seperti		
sholat		
dhuha, serta		
menekanka		

n doa dan
wirid dzikir
sehabis
sholaat,
setelah ia
melakan
nya
akhirnya ia
merasakan
hal-hal
positif

Gambara	Dalam	Dalam proses	Gambaran pada
n pada	meningkatk	meningkatkan	saat AA
saat	an	n riyadhoh	meningkatkan
meningka	spiritualitas	nya ia	nilai
tkan	nya subjek	mengalami	spiritual/mening
spiritualit	mengalami	perubahan	katkatn
as	perubahan	posiif, ia	kecerdasan
	kearah	merasa lebih	spiritual nya
	yang positif	tenang	subjek memiliki
	yang	nyaman serta	perubahan ke
	dimana ia	lebih percaya	arah yang positif
	merasakan	diri pada	yang dimana
	ketengan	sebelum	pada saat
	jiwa,	meningkatkan	sebelum
	mempunyai		melakukan

kegiatan-	n kecerdasan	riyadhoh AA
kegiatan	sprititual	sering
yang positif	Ia mampu	mengabaikan
dan ia	bergaul	nilai
berhasil	mampu	spiritualitasnya,
mengilangk	melakukan	tetapi ia pada
an rasa	kegiatan	saat riyadhoh
khawatir	sehari-hari	mutih berubah
terhadap	dengan baik	dimana dia
ketakutan	berkat	menjadi lebih
berlebih	meningkatka	baik serta
yang ia	n kecerdasan	melakukan
alamai pada	spiritualnya	kegiatan sehari-
saat		hari yang positif
sebelum		yang dimana
dan awal		pada saat AA
menjalani		menjalani proses
proses		riyadhoh dapat
riyadoh,		ditempuh tanpa
pada saat ia		adanya kendala
merubah		yang banya,
spiritualitas		yang di mana
nya ia		pada saat awal-
merasa		awal AA juga
lebih		memiliki
percaya diri		masalah yang

dan tidak	timbul akan
lagi merasa	tetapi berkat AA
khawatir	meningkatkan
akan	kecerdasan
kegagalan	spiritual nya ia
pada saat	mampu
melakukan	manangani serta
proses	menyelesaikan
riyadhoh	permasalahan yang
Subjek	ada pada saat
mengalami	riyadhoh
banyak	berlangsung.
peningkatan	
nilai positif	
dari ia	
mampu dan	
mau bergaul	
dengan	
teman-	
teman nya	
ia mampu	
menjalanka	
n tugas nya	
dengan	
baik,	
memiliki	

	tanggung jawab yang baik dan mampu melakukan kegiatan-kegiatan di pondok pesantren dengan baik		
Gambaran lingkungan pada saat Subjek melakukan proses riyadhoh puasa mutih	Pada saat melakukan riyadhoh para subjek melakukan kegiatan proses ini di suatu tempat yang dimana tidak ada santri putri atau lawan jenis yang dimana bertujuan	Pada saat melakukan riyadhoh para subjek melakukan kegiatan proses ini di suatu tempat yang dimana tidak ada santri putri atau lawan jenis yang dimana bertujuan	Pada saat melakukan riyadhoh para subjek melakukan kegiatan proses ini di suatu tempat yang dimana tidak ada santri putri atau lawan jenis yang dimana bertujuan untuk fokus serta lebih

untuk	membuat	tenang dan
membuat	para subjek	nyaman yang
para subjek	lebih fokus	dimana disana
lebih fokus	serta lebih	dikhusus kan
serta lebih	tenang dan	bagi penghafal
tenang dan	nyaman yang	Al-Quran yang
nyaman	dimana	memiliki jumlah
yang	disana	hafalan di atas
dimana	dikhusus kan	20 juz, serta
disana	bagi	santri yang telah
dikhusus	penghafal Al-	menghatamkan
kan bagi	Quran yang	Al-Quran serta
penghafal	memiliki	para santri yang
Al-Quran	jumlah	sedang
yang	hafalan di	menjalani proses
memiliki	atas 20 juz,	riyadhoh puasa
jumlah	serta santri	mutih di pondok
hafalan di	yang telah	pesantren
atas 20 juz,	menghatamk	Raudhatul
serta santri	an Al-Quran	Mujawwidn
yang telah	serta para	
menghatam	santri yang	
kan Al-	sedang	
Quran serta	menjalani	
para santri	proses	
yang sedang	riyadhoh	

menjalani	puasa putih
proses	di pondok
riyadhoh	pesantren
puasa putih	Raudhatul
di pondok	Mujawwidn
pesantren	
Raudhatul	
Mujawwidn	

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan serta penelitian yang dilakukan oleh penulis, dapat di simpulkan bahwa masing-masing informan memiliki gambaran serta pengalaman prihal kesehatan mental yang mirip, yang dimana secara umumnya ketika informan ini memiliki kendala serta hambatan yang serupa yang dimana sebelum melakukan riyadhoh kendalanya adalah rasa kepercayaan diri yang kurang, takut akan kegagalan dalam proses riyadhoh yang dijalankan, rasa waswas, rasa panik serta ketakutan yang berlebih terhadap diri sendiri dalam menghafalkan Al-Quran yang dimana keyakinan terhadap diri sendiri untuk menghafalkan serta menghatamkan Al-Quran dinilai kurang, meskipun awalnya merasa tidak yakin serta ada adaptasi yang susah untuk melakukan proses riyadhoh selama 41 hari yang dimana subjek berpuasa serta menghatamkan Al-Quran, secara bilgoib atau tanpa meilihat teks tetapi semua kondisi tersebut dapat diatasi oleh para informan dengan menekankan aspek aspek dari kecerdasan spiritual, seperti meningkatkan nilai spiritual seperti menjalankan sholat 5 waktu, menjalankan sholat sunnah, berzikir serta berdoa selepas melakukan ibadah, serta mampu mengubah keadaan yang dimana banyak merasa tertekan akibat efek awal yang di timbulkan pada saat pertama kali melakukan proses riyadhoh puasa mutih, yang mana dapat membuat kesehatan mental informan menjadi lebih baik dari

pada sebelumnya, serta meningkatkan rasa kepercayaan diri dan mampu beradaptasi dengan baik.

Serta adanya dukungan dan *support* dari lingkungan sekitar seperti dari penyimak Al-Quran yang dimana selalu mendampingi para informan yang membuat para informan menjadi lebih nyaman untuk mengubah perilaku atau kebiasaan yang buruk menjadi kebiasaan yang kearah positif dengan mengedepankan aspek aspek kecerdasan spiritual, yang dimana dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental subjek dalam mengkhataamkan serta melakukan riyadhoh yang diwajibkan bagi santri penghafal Al-Quran yang dimana tingkatan hafalannya sudah mencapai target yakni sebanyak 30 juz.

Berdasarkan Hasil dari penelitian ini, Adapun Hasil dari penelitian ini yang dimana meneliti tentang bagaimana peran dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih 41 di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukan bahwa adanya peran dari kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental santri yang sedang menjalani proses riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin
2. Pengalaman pada saat santri melakukan proses riyadhoh puasa mutih menunjukan dampak yang positif terhadap kesehatan mental santri pada saat santri menjalani proses

riyadhoh puasa mutih di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Peneliti menyarankan kepada subjek untuk sebaiknya memiliki persiapan yang matang pada saat akan melakukan proses Riyadhoh puasa mutih selama 41 hari di pondok pesantren Raudhatul Mujawwidin, guna untuk membuat adaptasi lebih mudah serta lebih ringan, serta lebih berkomunikasi kepada Penanggung jawab Al-Quran supaya bisa memiliki persiapan yang matang, konsultasikan terlebih dahulu jika ingin dan siap melakukan proses riyadhoh puasa mutih 41 hari, serta meminta izin serta doa kepada orang tua supaya dimudahkan dalam proses riyadhoh puasa mutih 41 hari dipondok pesantren Raudhatul Mujawwidin.

2. Bagi Pondok Pesantren

Bagi pihak pondok pesantren diharapkan memberikan edukasi serta komunikasi yang baik dan memberikan sosialisasi perihal kecerdasan spiritual bagi anak yang akan menjalani proses riyadhoh puasa mutih 41 hari di pondok pesantren Raudhatul mujawwidin, dan memberikan lingkungan yang baik serta nyaman untuk membuat santri yang sedang menjalani proses riyadhoh ini merasa lebih percaya diri serta lebih nyaman dalam menjalani proses riyadhoh ini.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Penelitian yang telah dilakukan ini masih sangat banyak memiliki kekurangan, serta membutuhkan pengembangan-pengembangan lainnya. Penulis yang akan mengadakan penelitian dengan topik yang sama bisa mengambil subjek penelitian yang bervariasi tidak hanya dikalangan santri bisa dikalangan orang-orang yang menjalani proses tirakat contoh nya dalam majelis keislaman atau bahkan dikalangan orang-orang yang sedang menjalani proses pendekatan rohani/hijrah, serta bisa melakukan penelitian lebih lama serta pengalihan terhadap informan lebih dalam supaya hasil yang didapat lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode penulisan kualitatif studi pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974-980.)
- Adnan, A. (2017). Perjalanan Rohani Perspektif Kaum Sufi. *Syifa al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik*, 1(2), 122-131.
- Agustina, M., Yusro, N., & Bahri, S. (2020). Strategi Peningkatan Minat Menghafal Al-Qur'an Santri di Pondok Pesantren Ar-Rahmah Curup. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1), 1-17.
- Ahmad, A. A., & Ambotang, A. S. B. (2020). Pengaruh kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual dan persekitaran keluarga terhadap stres akademik murid sekolah menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(5), 12-23.
- Akromusyuhada, A. (2018). Seni Dalam Perpektif Al Quran Dan Hadist. *Jurnal Tahdzibi: Manajemen Pendidikan Islam*, 3(1), 1-6.
- Ariadi, P. (2019). Kesehatan mental dalam perspektif Islam. *Syifa'MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 3(2), 118-127.
- Ariyanti, M. (2019). Konsep tirakat puasa Kejawan bagi penghayat kepercayaan Kejawan. In *Seminar Internasional Riksa Bahasa*.
- Asfarina, A., & Hafnidar, H. (2023). Kecerdasan Spiritual dan Penyesuaian Diri pada Santri Pesantren yang Berstatus Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 4(2), 127-140.
- Apriyanto, T. D., Fanisa, N., & Rahayu, E. D. (2022). Efektivitas Konseling Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Paedagogy*, 9(4), 734-742.

- Azania, D., & Naan, N. (2021). Peran spiritual bagi kesehatan mental mahasiswa di tengah pandemi covid-19. *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, 7(1), 26-45.
- Dewi, K. S. (2012). Buku ajar kesehatan mental
- Egatri, D. (2019). Pengaruh aktivitas menghafal al-qur'an terhadap kecerdasan spiritual santri di pondok pesantren Hidayatul qur'an desa Banjar Rejo kecamatan Batanghari kabupaten Lampung Timur Tahun 2019 (Doctoral dissertation, IAIN Metro).
- Ernadewita, E., Rosdialena, R., & Deswita, Y. (2019). Sabar sebagai terapi kesehatan mental. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, 2(2).
- Fadli, M., Novianti, Y., & Febryani, A. (2021). Fenomena Ilmu Kebatinan Masyarakat Jawa di Desa Bandar Setia, Kecamatan Percut Sei Tuan. *Journal Of Education, Humaniora and Social Sciences (Jehss)*, 3(3), 1134-1141.
- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan mental. *Pamekasan: duta media publishing*.
- Fikra, H. (2022). Peran kecerdasan spiritual pribadi muslim dalam menghadapi quarter life crisis. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 19(1), 334.
- Gunawan, I. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif: teori dan praktik*. Bumi Aksara.
- Handayani, S. (2019). Kecerdasan Spiritual dan Prestasi Hasil Belajar Siswa (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Godean). *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(2).
- Hasan, M. dkk. (2021). Landassan Pendidikan. Penerbit Tahta Media Group. Group Penerbitan CV Tahta Media Group.
- <http://mamujawwidin.mysch.id/berita/detail/389603/profil-ponpes-raudhatul-mujawwidin>
- Herlena, B., & Seftiani, N. A. (2018). Kecerdasan spiritual sebagai prediktor kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(1), 101-115.

- Idris, M. A. (2020). Konstruksi Puasa Waqi'ah. *Jurnal Living Hadis*, 5(1), 17-39.
- Irawan, V. W. E. (2019). Peranan Kecerdasan Spiritual dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Munaqasyah*, 1(1), 33-47.
- Isti'anah, T., Meiza, A., & Puspasari, D. (2017). Peran kecerdasan spiritual dan nilai personal terhadap kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 213-222.
- Isti'anah, T., Meiza, A., & Puspasari, D. (2017). Peran kecerdasan spiritual dan nilai personal terhadap kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 213-222.
- Kaelani, M. A., Mulyana, A., H Ahmad Munajim, M. M., & Alirahman, A. D. (2019). Pengaruh Aktivitas Menghafal Alqur'an Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa Di Sdit As-Sunnah Karyamulya Kesambi Kotamadya Cirebon.
- Kariyanto, H. (2020). Peran pondok pesantren dalam masyarakat modern. *Jurnal Pendidikan "EDUKASIA MULTIKULTURA"*, 2(2), 67-82.
- Khakim, L. (2020). Tradisi Riyadhah Pesantren. *Al-Isnad: Journal of Islamic Civilization History and Humanities*, 1(1), 42-62.
- Koesmeiran, H., & Utami, I. (2022). Aplikasi Kegiatan Riyadhah Dalam Membentuk Akhlak Santri (Studi Kasus di MA Pancasila Kota Bengkulu). *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 3(2), 276-284.
- Lubis, L. T., Sati, L., Adhinda, N. N., Yulianirta, H., & Hidayat, B. (2019). Peningkatan kesehatan mental anak dan remaja melalui ibadah keislaman. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 16(2), 120-129.
- Lubis, N., Krisnani, H., & Ferdryansyah, M. (2014). Pemahaman Masyarakat mengenai gangguan jiwa dan keterbelakangan mental. *Jurnal Prosiding*, VOL 2, NO 3 Hal 301-444
- Ma'mun, M. A. (2018). Kajian Pembelajaran Baca Tulis Al-Qur'an. *Jurnal pendidikan islam*, 4(1), 2-10.

- Nasir, A., Nurjana, N., Shah, K., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 4445-4451.
- Nurfajrin, D., Isnaini, Z., & Ardila, S. (2023). Upaya Penanganan Stres Melalui Kecerdasan Spiritual Pada Mahasiswa. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 24-34.
- Pati, N. F. A. T. (2014). Tradisi Riyāḍah Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 14(2), 413-425.
- Ratnasari, S. L., Sari, W. N., Siregar, Y., Susanti, E. N., & Sutjahjo, G. (2022). Pengaruh kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan kecerdasan spiritual terhadap tingkat pemahaman akuntansi pada mahasiswa di Kota Batam. In *Proceeding of National Conference on Accounting & Finance* (pp. 440-448).
- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., Lenggogeni, A., Psikologi, F., Esa, U., Arjuna, J., ... & Kebon, T. (2021). Meningkatkan kesehatan mental di masa pandemic. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2), 109-113.
- Rukin, S. P. (2019). *Metodologi penulisan kualitatif*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.)
- Sembiring, M., Milfayetty, S., & Siregar, N. I. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Kecerdasan Spiritual dengan Perilaku Prosocial Mahasiswa Calon Katekis. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(1), 1-11.
- Sunarno, S., Hadiyan, E., & Suhrowardi, S. S. (2022). Pendidikan keluarga dan riyadhah dalam pembentukan karakter penulisan terhadap pengamal tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah pondok pesantren Suryalaya Tasikmalaya.
- Sunarno, S., Hadiyan, E., Suhrowardi, S., & Sonjaya, S. (2022). Pendidikan keluarga dan riyadhah dalam pembentukan karakter penulisan terhadap pengamal tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah pondok pesantren Suryalaya

- Tasikmalaya. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(2), 249-257.
- Suriadi, H. J., Ahmad, F. R. (2021). “Analisis Problema Pembelajaran Daring Terhadap Pendidikan Karakter Peserta Didik”. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol 3 No 1 tahun 2021.
- Syahnaz, A., Widiandari, F., & Khoiri, N. (2023). Konsep Kecerdasan Spiritual pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Risalah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 9(2), 868-879.
- Syukran, A. S. S. A. S. (2019). Fungsi Al-Qur'an bagi Manusia. *Al-I'jaz: Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman*, 1(2), 90-108.
- Toyibah, S. A., & Sulianti, A. (2017). Pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa penghafal Alquran. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 191-204.
- Triana, N., Yahya, M. D., Nashihin, H., Sugito, S., & Musthan, Z. (2023). Integrasi Tasawuf Dalam Pendidikan Islam di Pondok Pesantren. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(01).
- Umam, M. K., & Saputro, E. A. (2019). Kecerdasan Spiritual Ditinjau dari Nilai Nilai Profetik. *SAMAWAT: JOURNAL OF HADITH AND QURANIC STUDIES*, 3(1).
- Wahyuddin, W. (2016). Kontribusi pondok pesantren terhadap nkri. *Saintifika Islamica: Jurnal Kajian Keislaman*, 3(01), 21-42.
- Wajar, M. S. A. B. M., & Hamzah, R. (2020). Model Kebahagiaan Hidup Pelajar Universiti Berdasarkan Faktor Kesehatan Mental, Kecerdasan Spiritual dan Demografi. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(11), 17-32.
- Winarto, B., Tryanasari, D., & Rahmawati, S. B. (2023). Penggunaan Media Gambar Dan Video Pembelajaran Interaktif Untuk Meningkatkan Pemahaman Soal Cerita Matematika Peserta Didik Kelas 3 Sdn Simbatan 1. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(1), 2129-2140

Zohar, D., & Marshall, I. (2007). *SQ-Kecerdasan spiritual*. Mizan Pustaka

TABEL VERBATIM INFORMAN UTAMA

Tabel Verbatim Wawancara Subjek 1 MD

Wawancara pertama:

No	Kode	Wawancara Peneliti dan Partisipan	Analisis
1.	B MD	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i> <i>Waalaikum salam wr.wb.</i> <i>Mas</i> <i>B Izin ya sebelumnya, saya ucapin terima kasih, atas waktunya, sudah bersedia menjadi informan buat penelitian saya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa psikologi semester delapan (8), dan kebetulan saya lagi melakukan penelitian skripsi dan judul skripsi</i>	

*saya itu “Peran
Kecerdasan Spiritual
Terhadap Kesehatan
Mental Santri Yang
Sedang Menjalani
Riyadhoh Puasa Mutih 41
Hari Di Pondok
Pesantren Raudhatul
Mujawwidin” untuk
selanjutnya silakan
perkenalkan diri mas?*

MD *Baik mas, perkenalan
nama saya MD, saya saya
mondok di pondok
pesantren raudhatul
mujawwidin, Alamat
saya. Saya tinggal di
sitiung empat Blok B,
kabupaten dharmasrya,
provinsi Sumatra barat,
umur saya 17 tahun,
Kebetulan saya sedang
menjalani proses
riyadhoh puasa mutih
dan sekarang sudah hari
ke 31 mas*

B	<i>Sampean berapa bersaudara</i>	
MD	<i>Kebetulan saya dua bersaudara mas, saya anak terakhir</i>	
B	<i>Orang tua kamu kerjanya apa?</i>	
MD	<i>Orang tua saya kerja nya sebagai petani sawit mas</i>	
B	<i>Berapa lama ngafalin Al-Quran</i>	
MD	<i>Alhamdulillah saya udah ngafalin Al-Quran selama 4 tahun alhamdulillah sudah bisa khatam mas</i>	MD menghatamkan Al-Quran selama 4 tahun
B	<i>Dulu waktu sebelum ngafalin Al-Quran itu atas kemauan sendiri apa gimana?</i>	
MD	<i>Aku sebelum ngafalin Al-Quran dulu itu aku disuruh sama orang tua mas dan sebernya emang</i>	Pada awal proses sebelum menghafalkan Al-Quran MD di

dulu kek dipaksa sama orang tua buat masuk ke tahfidz ini paksa oleh orang tuanya untuk masuk di program tahfidz

B *Boleh di certain gambatan dulu waktu kamu belum riyadhoh itu gimana? Kenapa kamu bisa sampe ngelakuin proses riyadhoh puasa mutih ini?*

MD *Ya waktu itu aku udah selesai ngafalin hafalan ku mas, dan tradisi di pesantren kalo ada anak tahfidz yang udah khatam hafalan nya pasti wajib ngelakuin mutih gitu mas*

B *Prosesnya itu gimana?*

MD *Ya kita itu disoain mas, samaas mas B, dia kan kakak kelas yang ngurus santri tahfidz mas, kalo ada anak yang udah selesai biasanya yang*

soain beliau nanti kalo udah di soain biasanya di kasih tanggal berapa harus ngelakuin mutih mas, nanti baru persiapan gitu kek milih mau makan apa waktu berbuka sama sahur nya (A2/MD1/LM:101).

B Waktu persiapan apa aja yang kamu persiapkan terus persiapanya emang apa aja?

MD Ya aku milih menu bukaan nya mas, kebetulan aku milih nya itu jagung mas dari pada menu-menu yang lain

B Emang menu yang disiapkan untuk anak-anak mutih itu ada apa aja

MD Waktu aku ditawari menun buka sama sahur ada tiga macam mas, ada

*nasi putih, jagung sama
singkong dan aku milih
jagung dari tiga itu
soalnya kek nya jagung
yang paling enak
(A3/MD1/LM:101).*

B *Gimana Gambaran
perasaan mu waktu mau
riyadhoh puasa mutih?*

MD *Yang pasti awal nya tuh Pada saat akan
keikiran mas, takut mas, melakukan
soalnya waktu mutih kan proses Riyadhoh
lama 41 hari, apalagi puasa mutih,
kalo gagal itu mas, kita MD
harus ngulang dari awal menceritakan
lagi, kebetulan aku akan ketakutan
persiapan mutih itu dirinya dimana
cuman dapet satu minggu MD merasa
mas aku disoain hari takut serta tidak
minggu mas, sama mas B percaya diri
dan dapet di hari senin akan
depan nya jadinya kan melaksanakan
kek cuman seminggu kegiatan mutih
persiapan apa gitu kan yang akan MD
jalankan
dikarenakan*

jadi rasanya campur aduk gak karuan mas persiapan yang diberikan hanya satu minggu

B *Gimana Gambaran waktu kamu awal-awal ngejalanin proses riyadhoh puasa mutih?*

MD *Waktu awal-awal mutih aku lemes mas, nangis aku mas, psuing mas ngerasa capek gak kuat, terus rasanya tuh kaya udah gak sanggup lagi, waktu khatamin Al-Quran juga banyak salah nya mas bacaanya, soalnya emang bener-bener gak fokus waktu itu (A4/MD1/LM:102).* Gambaran awal MD melakukan proses riyadhoh Puasa mutih di minggu pertama nya MD merasakan rasa lemas, bahkan sampai menangis Bahkan MD seing meminta untuk di pijat kepala nya dikarenakan rassa pusing serta lemass dan sering meminta

<i>abis itu di tenangin sama</i>	waktu istirahat di
<i>temen ku yang nyimak</i>	sela-sela proses
<i>Namanya MI, kebetulan</i>	menghatamkan
<i>dia juga orang yang</i>	Al-Quran
<i>ngebantu aku, yang</i>	dikarenakan rasa
<i>support aku waktu awal-</i>	adaptasi yang
<i>awal mutih</i>	begitu sulit,
	hingga akhirnya
	ada seorang
	kawan nya yang
	berinisial MI
	dimana dia juga
	menjadi
	penyimak Al-
	Quran dari MD,
	dimana MI
	memberikan
	<i>support</i> serta
	dukungan
	kepada MD
	supaya bisa dan
	sukses dalam
	proses riyadhoh
	yang MD
	jalankan

B *Emang MI gimana?*

MD	<i>Ya MI itu dia kan udah selesai mas, selesai riyadhoh puasa ini mas, dia jadi ngasih saran ke aku dia juga yang ngasih tau aku mas kalo riyadhoh tu sebenarnya harus fokus aja jangan mikir yang enggak-engak mana emang waktu aku di awal kan udah takut duluan mas kek ngedown gitu mas, udah panik sebelum ngelakuin mutih</i>	MI memberikan pengalaman nya selama proses mutih bahwa MD harus fokus dan tidak perlu memikirkan hal-hal yang negative supaya bisa fokus melakukan proses riyadhoh yang MD jalankan
B	<i>Dia ngasih saran apa aja?</i>	
MD	<i>Ya aku disaranin supaya ningkatin ibadah waktu mutih ini mas soalnya kata dia, itu penting banget seharusnya kalo mutih itu sholat nya, dzikirnya, doa nya harus kenceng mas supaya bisa tenang terus jangan buat jelek suruh di tinggalin</i>	MI memberikan saran bahwa MD harus merubah perilaku buruk ke perilaku yang lebih baik serta harus memperbaiki

*apalgi lagi keadaan ibadah serta
tirakatan sebisanya harus spiritualitasnya
ngebersihinn diri gitu
mas*

B *Terus kamu ngelakuin itu
ningkatin ibadah mu?*

MD *Iya mas*

B *Terus Gambaran nya
gimana apa yang kamu
rasain waktu kamu udah
ngubah pola ibadah mu,
pola spiritual mu setelah
kamu ningkatiin spiritual
gimana perubahanya?*

MD *Alhamdulillah mas waktu* Gambaran pada
aku udah ngerubah pola saat MD
hidup, aku ngerassa lebih mengubah pola
nyaman tenang sama hidup dimana
waktu ndarus itu MD melakukan
alhamdulillah mas lancar; hal positif serta
ya udah mau gabung meningkatkan
sama anak-anak udah ibadah MD
bisa ngikut kegiatan merasakan
dengan lancar mas ketenangan, rasa
nyaman serta

		lebih fokus serta lancar dalam proses menghatamkan Al-Quran Serta sudah bisa mengikuti kegiatan dengan lancar.
B	<i>Terus kamu gimana pada saat itu?</i>	
B	<i>Coba certain dong gimana awal-awal masa transisi nya waktu kamu awal mutih sampe bisa sejauh ini?</i>	
MD	<i>Aku awal-awal itu mencoba memperbaiki sholat mas, aku lebih rajin doa sama dzikir; mencoba ngebangun suasana hati yang enak lah, biar tenang pikirannya gak kemana-mana dan aku bisa fokus</i>	Di sinilah masa transisi MD dari perilaku yang kurang baik kearah peningkatan nilai spiritual nya yang dimana dia berusaha fokus

	<i>riyadhoh, walaupun untuk diawal itu berat".</i>	meningkatkan ibadah yang ia jalankan
B	<i>Dampak apa yang kamu dapet setelah ningkatkan spiritual?</i>	
MD	<i>Alhamdulillah mas udah ngerasa tenang apalagi udah bisa nyampe hari ke 31 mas, dampak nya aku lebih rajin lebih bisa fokus waktu ndarus aku dauh gk ngerasa tertekan sama riyadhoh nya aku udah ngerasa nyaman mas (A9/MD1/LM:106).</i>	Dampak yang dialami MD pada saat meningkatkan spiritualitasnya MD merasa lebih tenang, lebih rajin dalam beribadah, tidak merasakan tekakanan yang begitu kuat serta lebih fokus dalam menjalankan proses mengkhatamkan Al-Quran

B	<i>Bagaimana peran kecerdasan spiritual/ningkatin spiritual waktu proses yang lagi menjalani proses riyadhoh puasa mutih menurut kamu?</i>	
MD	<i>Menurut ku sangat punya peran penting mas, soalnya memang saya akui waktu ningkatin spiritual itu banyak efek positif yang dirasain mas (A10/MD1/LM:106).</i>	Menurut MD peran kecerdasan spiritual sangat berperan dan membantunya dalam proses riyadhoh puasa mutih yang MD jalankan
B	<i>Nah, btw kamu kan udah ngerasa tenang nih udah nyaman kan, sekarang aku mau tanyak prihal kecerdasan spiritual dan ini ada indikator-indikator nya cukup kamu jawab sebisa nya dan jawaban nya itu jawab</i>	Dan pada saat ia merubah dan meningkatkan nilai spiritual nya ia merasakan perubahan yang baik

*sama apa yang kamu
rasain ya?*

MD *Okey siap mas*

B *Okey sekarang jawab
njih,*

B *Seberapa yakin kamu
terhadap ALLAh SWT,
kamu ngerasa di awasi di
bantu gak waktu kamu
ngerubah spiritual mu?*

MD *Aku sangat dan bener- Pada tahapan ini
bener yakin mas, aku ia menjawab
ngerasa Allah tuh prihal nilai nilai
ngebantu aku lewat doa- kecerdasan
doa sama dzikir yang aku spiritual dan ia
lakuin mas, dan aku menjawab
ngerasain dan bener- kearah positif
bener ngecoba yang mana
memperbaiki ibadah ku menunjukan
waktu riyadhoh ini bahwa ia
supaya bisa nyelesaiin memiliki nilai
mutih ku ini supaya bisa kecerdasan
dapet ijazah sama sanad spiritual yang
tinggi dan bagus
pada saat ia*

Quran *mas* melakukan
(A11/MD1/LM:107). perubahan dan
 peningkatan
 spiritual

B *Seberapa sering kamu
dan rutin gak melakukan
dzikir, doa, sama
seberapa rajin kamu buat
sholaat lima waktu sama
sholaat sunnnah waktu
riyadhoh mu.*

MD *Alhamdulillah aku soal
sholat tepat waktu terus
mas, dulu emang
berantakan sholatnya,
doa sehabis sholat dzikir
sehabis sholat sama
sholat sunnah pun aku
lakuin waktu mutih ini
mas
(A12/MD1/LM:108).*

B *Ada gak kecenderungan
kearah positif kayak hal-
hal yang baik waktu kamu*

*ngelakuin riyadhoh puasa
mutih ini?*

MD *Waktu riyadhoh aku
berusaha gak males, dan
aku terrapin sampe
sekarang ini ya hasil nya
gini aku jadi lebih rajin,
bisa konsisten mas
(A13/MD1/LM:108).*

B *Terus yang terahir ni, apa
yang kamu lakuin waktu
temen-temen mu
ngelakuin salah ke kamu
ya walaupun itu di
sengaja sama gak
disengaja kamu bakalan
gimana?*

MD *Nah inikan keadakan puasa ya, ya soal sabar akku berusaha mas semaksimal mungkin buat sabar dan ngadepin riyadhoooh ini soalnya niat ku sekarang kan* Dan MD di sini yang awal nya kesehatan mental nya buruk menjadi lebih baik

udah kek niat banget
(A14/MD1/LM:108).

B *Jadi berkah ngerubah
sama ningkatin spiritual
mu kamu jadi ngerasa
lebih baik?*

MD *Alhamdulillah mas, aku* Serta ia berubah
udah semangat, soal rajin dan mau untuk
juga alhamdulillah tidak malas-
banget mas bisa berubah malasan lagi, ia
yang dulunya aku itu merasakan
padahal malesan mas, kenyamanan hati
mana aku juga sekarang serta ketenangan
rasanya nyaman dan hati
tenangmas
(A15/MD1/LM:109).

B *Mungkin sampai di sini
dulu ya wawancaranya,
besok saya minta waktu
nya lagi ya buat
wawancara, besok saya
panggil lagi ya ke kamar
ruangan ini lagi ya,
makasih sebelumnya*

MD *Okey baik mas, makasih
juga mas*

Wawancara Kedua:

B *Assalamualaikum*

MD *Waalaikumsalam mas*

B *Sekarang aku mau tanya
lagi sama kamu nih prihal
kesehatan mental tad ikan
prihal kecerdasan
spiritual ya biar singkron
gitu*

MD *Oke mas aku jawab
sebisanya mas*

B *Apakah kamu udah
Nerima keadaan mu saat
ini*

*Alhamdulillah mas udah
nerima walaupun awal-
awal itu aku ngerasa
berat*

(A16/MD1/LM:110).

B *Gimana sih interaksimu waktu sama temen-temen waktu ngejalanin riyadhoh mutih ini? Di sela sela kesibukan mu kan kamu khatamin Quran nih dari pagi sampe sore gitu?*

MD *Hubungan ku sama temen-temen alhamdulillah baik mas, sama kebetulan ya sama temen-temen sekarang udah bisa dan mau kumpul-kumpul walaupun cuman malem malem doamh bisanya mas*
(A17/MD1/LM:110).

B *Kamu udah ngerasa puas belum sama target mu yang sekarang ini?*

MD *Untuk kepuasan mungkin nanti kalo aku udah bisa nyelesaiin mutih 41 hari*

*soalnya in ikan sebentar
lagi tapi ya soal puas kek
belum seratus persen gitu
lho mas
(A18/MD1/LM:110).*

*B Kamu bisa gak ngelakuin
kegiatan sehari-hari nya
waktu kegiatan riyadhoh
kan dapet tuh kegiatan
mu?*

*MD Sampai sejauh ini
alhamdulillah saya sudah
terbiasa dengan proses
riyadhoh ini mas”
(A19/MD1/LM:110).*

*B Kamu waktu ngejalanin
riyadhoh udah ngerasa
cukup belum?*

*MD Ahamdulillah sudah mas,
walaupun dalam proses
menjalani riyadhoh yang
kalo makan dikasih
pilihan mas, tetapi aku
sudah nyaman dengan
keadaan yang sekarang*

mas”

(A20/MD1/LM:111).

B *Kamu punya tanggung jawab gak?*

MD *Untuk tanggung jawab alhamdulillah aku bertanggung jawab terhadap apa yang sudah aku mulai, contohnya saya mampu melanjutkan proses riyadhoh yang insya allah samapi selesai mas”*
(A21/MD1/LM:111).

B *Kamu gimana kondisi nya sekarang lagi stabil gak?*

MD *Untuk awal-awal jujur nih mas, aku tidak dengan keadaan yang stabil, karena masih belum bisa Nerima keadaan yang kalo dibilang lumayan sulit, tapi alhamdulillah untuk sekarang aku udah dalam keadaan yang*

stabil mas
(A22/MD1/LM:111).

B *Kamu kan sekarang lagi mutih riyadhoh nih, kira kira kebutuhan mu terpenuhi gak?*

MD *Alhamdulillah untuk kebutuhan sehari-hari terpenuhi mas*
(A23/MD1/LM:111).

B *Kamu aktif gak ikut kegiatan pondok di sela-sela waktu riyahdoh ini?*

MD *Aku akhir-akhir ini merasa senang dan kebetulan aku ikut kegiatan mas tp cuman malem soalnya pagi siang sore aku khatammin Quran* Dan ia akhirnya bisa nyaman dalam menjalankan riyadhoh yang mana ia mampu sampai ke hari 31 hari
(A24/MD1/LM:112).

B *Kamu punya pedoman hidup?*

MD *Punya mas*
(A25/MD1/LM:112).

B *Mungkin udah dulu ya Ia mampu wawancaranya sebelum menjalankan nya makasih dan maaf proses riyadhoh udah ganggu waktu nya ya MD*

MD *Okey mas, sama-sama njih mas*

Table verbatim 2 subjek ke 2: AN

No	Kode	Wawancara Peneliti dan Partisipan	Analisis
1.	B	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i>	
	AN	<i>Walaikum salam wr.wb. Mas</i>	
	B	<i>Izin ya sebelumnya saya ucapin terima kasih, untuk waktu nya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa psikologi semester delapan (8), dan kebetulan saya lagi</i>	

*melakukan penelitian skripsi
dan judul skripsi saya itu
“Peran Kecerdasan
Spiritual Terhadap
Kesehatan Mental Santri
Yang Sedang Menjalani
Riyadhoh Puasa Mutih 41
Hari Di Pondok Pesantren
Raudhatul Mujawwidin”
sampean, Bisa perkenalan
diri mas MD?*

AN *Njih mas, izin
memperkenalkan diri ya
mas, nama ku AN, saya
umur 16 tahun mas, saya
tinggal di rimbo bujang
mas, di unit 7 jalan rajawali
kabupaten tebo,*

B *Kamu berapa bersaudara*

AN *Saya anak pertama dari dua
bersaudara mas*

B *Sampean ngafalin Quran
udah berapa lama*

AN *Alhamdullilah mas aku 3*
tahun alhamdulilah udah
khatam mas
(B1/AN2/LM:113).

B *Bapak ibu kerja apa*

AN *Bapak ibu petani mas*

B *Dulu waktu sebelum
ngafalin Al-Quran kamu
dulunya atas kemauan
sendiri apa gimana?*

AN *Aku atas kemauan sendiri mas, soalnya emang dari dulu aku mau jadi penghafal Al-Quran sebelum mondoknya* AN pada saat sebelum menghafalkan Al-Quran AN memang sudah niat dan ingin menjadi hafidz pada saat AN belum masuk ke pondok pesantren

B *Izin ya aku mau tanya nih
udah siap kan?*

AN *Udah mas*

B *Gimana* *Gambaran*
 perasaanmu *kamu* *waktu*

*sebelum melakukan proses
riyadhoh puasa putih*

AN *Ya perasaan ku waktu mau ngejalanin proses riyadhoh takut mas, was-was gitu kepikiran kan Alhamdulillah mas, putih nya soal kendala gitu gk banyak banget mungkin kek cuman adaptasi makan nya waktu di awal-awal putih* Gambaran pada saat AN akan melakukan riyadhoh puasa putih AN merasa takut, was-was serta kepikiran, Akan tetapi pada saat AN melakukan proses riyadhoh AN ternyata lancar hanya ada beberapa kendala saja seperti adaptasi awal seperti makan serta lemas

B *Owalah lancar ya berarti, emng waktu itu gimana kamu bisa putih cerita nya gimana tu?*

AN *Ya waktu itu aku alhamdulillah khatam Quran mas, selama 3 tahun* Gambaran subjek sebelum melakukan putih awal nya ia

alhamdulillah aku udah sudah
hafal 30 juz, kebetulan di mengkhataamkan
soain kan kek temen-temen Halalan Quran
kalo dah khatamn kan di selama kurang lebih
soain ke cak bad, tapi waktu nya 3 tahun setelah
itu aku nunggu mutih nya itu ia disoankan
lumayann lama mas sekitar kepada pimpinan
I bulanan program Tahdiz
(B2/AN2/LM:114). setelah ia disoankan
pimpinan pun
berkata kepada AN
bahwa mutih yang
dilakukan nanti
menunggu teman-
teman yang belum
khatam dan
akhirnya ia bisa
memiliki persiapan
yang Panjang

B *Kok bisa lama emng
kenapa?*

AN *Aku nunggu anak-anak yang
lain gitu mas kebetulan aku
waktu itu dah khatam
dulu*

B	<i>Waktu mau mutih kamu kan satu bulan tu persiapkan nya emng apa aja?</i>	
AN	<i>Aku persiapan nya waktu itu aku kan sebelum mutih aku nyoba puasa senin kamis mas, pikiran ku supaya adapasi nya ndak terlalu susah, soalnya kan ada waktu itu beberapa kaka kelas yang gagal mutih mas, dan alhamdulillah waktu nya satu bulan jadi dimamfaatin kek belajar puasa gitu akhirnya aku puasa senin kamis (B5/AN2/LM:115).</i>	
B	<i>Kan ini puasa mutih ya, emang kamu milih makanan apa waktu puasa mutih?</i>	
AN	<i>Aku kebetulan milih nya jagung mas, kan ada 3 pilihan mas kalo mutih tuh ada nasi doang, ada jagung terus sama singkong aku milih jagung soalnya jagung</i>	Pada saat persiapan AN memilik menu makan sahur serta berbuka yakni yang AN pilih adalah jagung dikarenakan

	<i>ada manis-manis nya ya walaupun gak manis juga sih mas,</i>	menurut AN jagung adalah menu makan yang paling ia suka ketimbang 2 menu makanan lain nya yakni nasi putih serta singkong
B	<i>Gambaran waktu awal kamu ngejalanin mutih itu gimana?</i>	
AN	<i>Awal tu ya pasti lemes mas, agak kaget sih mas kek nguras tenaga nguras otak banget soalnya khatamin quran di sambil puasa mana puasa nya mutih kan (B7/AN2/LM:116).</i>	Gambaran awal AN melakukan proses riyadhoh mutih, ia merasakan lemas yang dimana pada saat ia berpuasa ia merasa pusing dikarenakan ia berpuasa sambil menghatamkan hafalan Al-Quran nya.
B	<i>Dirimu tertekan gak?</i>	
AN	<i>Ya gimana ya ngomong nya mas, nganu sih lebih kek</i>	Pada awal melakukan

	<i>rasan-rasan di awal</i> riyadhoh mutih AN <i>walaupun lancar mas</i> merasa was-was <i>wakttu di awal itu mutih nya</i> karena AN baru (B8/AN2/LM:117). pertama kali melakukan puasa mutih dan merasa kurang percaya diri untuk melakukan puasa mutih
B	<i>Rasan-rasan gimana</i> <i>maksut nya?</i>
AN	<i>Ya ngerasa kek duh kok gini</i> Awal riyadhih AN <i>banget ya, mana lama ini</i> merasa tidak PD <i>sampe juju ya mas,</i> bahwa ia akan <i>walaupun lancar aku gak</i> sampai selesai <i>percaya diri gk PD aja gitu</i> menyelesaikan <i>kek nya ini gak sampe</i> proses riyadhoh <i>selesai</i> gitu yang ia jalankan (B9/AN2/LM:117).
B	<i>Terus kamu gimana waktu</i> <i>ngerasa begitu?</i>
AN	<i>Ya aku gak tenang ya,</i> AN merasa harus <i>akhirnya aku mikir,</i> memperbaiki <i>mumpung lagi mutih</i> ibadah nya serta <i>sekalian lah perbaiki</i> melakukan

sembayang nya mas, doa dzikirnya gitu mas perbaikan guna untuk meluncurkan kegiatan riyadhoh puasa mutih karena ia menganggap peran kecerdasan spiritual mempunyai pengaruh dalam keberhasilan nya dalam menyelesaikan kegiatan riyadhoh puasa mutih sampai 41 hari kedepan

B *Owalah kamu akhirnya perbaiki spiritual mu ya, emang ngaruh ada efek nya apa setelah kamu ningkatin spiritual mu AN?*

AN *Wah, alhamdulillah mas bener-bener ngaruh kok, aku aja ni ya udah nyaman mas padahal mas, mutih inikan susah ngelakuin nya apalagi waktu nya lama tp* Gambaran setelah AN meningkatkan spiritualitasnya merasakan dampak positif dari perbaikan nilai-nilai spiritulitas AN

	<i>ya alhamdulillah mas</i> (B11/AN2/LM:118).	menganggap riyadhoh yang AN jalankan sulit dan memakan waktu yang lama
B	<i>Jadi berkat ningkatin nilai spiritualitas kamu jadi lebih baik ya</i>	Dampak yang dialami setelah meningkatkan kecerdasan spiritual AN
AN	<i>Njih mas</i>	
B	<i>Menurut kamu gimana peran kecerdasan spiritual/ningkatin spiritualitas untuk kesehatan mental santri yang lagi ngejalani riyadhohoh puasa putih?</i>	
AN	<i>Menurut ku kecerdasan spiritual efek nya itu bener-bener ngaruh banget mas buat santri-santri yang lagi ngejalanin riyadhoh puasa putih soalnya kalo lagi tirakatan itu kita ningkatin</i>	Menurut AN kecerdasan sangat berperuh bagi santri bagi AN khususnya yang dimana sedang menjalani proses riyadhoh

*ibadah kita jadi ngerasa puasa mutih,
lebih positif mas, dari Menurut AN
pikirannya, pola hidup nya meningkatkan
lebih bagus gitu mana lagi spiritualitas sangat
kalo lagi banyak pikiran membantu dalam
mas, jadi adem tenang gitu proses ini membuat
mas AN merasa lebih
nyaman serta
tenang dan tidak
tertekanan dalam
proses riyadhoh
yang AN jalankan.*

B *Okey makasih buat waktu
nya hari ini ya, sukses terus,
lanjut besok ya*

AN *Okey mas ammin mas
makasih mas*

*Wawancara
ke 2*

B *Assalamuaiakum*

AN *Walaikumsalam mas*

B *Sekarang aku tanya deh
kalo gitu prihal kecerdasan*

*spiritual ya apa bener nih
yang kamu omong?*

AN *Njih mas monggo,*

B *Seberapa yakin kamu terhadap ALLAh SWT, kamu ngerasa di awasi di bantu gak waktu kamu ngerubah spiritual mu?*

Penulis memberikan pertanyaan prihal indikator-indokator dari kecerdasan spiritual guna mengetahui bagaimana peran dari kecerdasan spiritual terhadap proses Riyadhoh puasa mutih yang AN jalankan seberapa berpengaruh

AN *Bismillah yakin mas, soal ngerasa diawasi pasti dan selalu ngerasa di awasi, aku yakin berkat ningkatin ibadah sholat doa segala macem nya itu salah satu*

*yang buat aku lebih nyaman
mas (B14/AN2/LM:120).*

B *Seberapa sering kamu dan
rutin gak melakukan dzikir,
doa, sama seberapa rajin
kamu buat sholaat lima
waktu sama sholaat
sunnah waktu riyadhoh mu*

AN *“Alhamdulillah mas rajin
mas, kebetulan juga mas
aku kan persiapan nya
mutih itu 1 bulan jadi
selama 1 bulan itu aku juga
ningkatin ibadah ku sholat,
sama puasa senin juga mas
(B15/AN2/LM:121).*

B *Ada gak kecenderungan
kearah positif kayak hal-hal
yang baik waktu kamu
ngelakuin riyadhoh puasa
mutih ini?*

AN *“Waktu mutih ini
alhamdulillah nya gegara
ningkatin ibadah jadi
secara gak langsung*

*kegiatan nya semua nya jadi
posiitf mas jadi ya baik mas
(B16/AN2/LM:121).*

B *Terus yang terahir ni, apa
yang kamu lakuin waktu
temen-temen mu ngelakuin
salah ke kamu ya walaupun
itu di sengaja sama gak
disengaja kamu bakalan
gimana?*

AN *Nah kalo itu mas harus mas,
Namanya puasa apalagi
kita lantunin Quran tiap
hari sampe 30 jjuz bil Goib
lagi mas, jadi kalo ada
temen ya jadi harus sabar
mas (B17/AN2/LM:121).*

B *Jadi menurut mu ningkatin
ibadah itu bisa ngebuat
mental mu lebih baik? Lah
waktu mutih ini gimaana
perasaan mu khsusnya
mental mu aman gak?*

AN *Alhamdulillah mas, apa ya* Dari pertanyaan
waktu mutih ini llah aku tuh yang diajukan dapat

ngerasa nyaman sama disimpulkan bawah
ngerasa tenang mas ada peran dari
kecerdasan spiritual
yang dimana berkat
meningkatkan
kecerdasan spiritual
AN merasa lebih
tenang, nyaman dan
lebih percaya diri
dari awal AN
melakukan riyadoh
puasa putih yang
AN jalankan

B *Sekarang aku mau tanya* Penulis bertanya
lagi sama kamu nih prihal prihal indikator
kesehatan mental tad ikan kesehatan mental
prihal kecerdasan spiritual guna mengentahui
ya biar singkron gitu bagaimama mental
AN pada saat sudah
melakukan
peningkatan
kecerdasan spiritual
yang AN lakukan

AN *Oke mas aku jawab*
sebisanya mas

B *Apakah kamu udah Nerima
keadaan mu saat ini?*

AN *Ya Nerima mas
(B18/AN2/LM:122).*

B *Gimana sih interaksimu
waktu sama temen-temen
waktu ngejalanin riyadhoh
mutih ini? Di sela sela
kesibukan mu kan kamu
khatamin Quran nih dari
pagi sampe sore gitu?*

AN *Ya alhamdulillah lancar
masih aman sih mas, tapi
mungkin berkurang aja gitu
soalnya waktu kita itu gak
banyak mas
(B19/AN2/LM:123).*

B *Kamu udah ngerasa puas
belum sama target mu yang
sekarang ini?*

AN *Kalo puas ya sejauh ini
udah mas, tapi mungkin
kalo udah khatam ya jadi*

*puas banget plus lega hehe
(B20/AN2/LM:123).*

B *Kamu bisa gak ngelakuin
kegiatan sehari-hari nya
waktu kegiatan riyadhoh
kan dapet tuh kegiatan mu?*

AN *Kalo soal kegiatan
alhamdulillah mas masih
lancar, apalagi kan aku juga
udah kek persiapan ya
sebelum mutih kira-kira
gimana biar gk gampang
capek kek waktu nycui aja
gitu mas aku itu kalo nyuci
malem mas supaya ada
tenaga (B21/AN2/LM:123).*

B *Kamu waktu ngejalanin
riyadhoh udah ngerasa
cukup belum?*

AN *Ya cukup gak cukup sih mass
soalnya kan lagi puasa
apalgi ini mutih Cuma mkan
jagung
(B13/AN2/LM:124).*

B *Kamu punya tanggung jawab gak?*

AN *Punya mas, tanggung jawab ku kan ini harus nyelesaiin mutih (B14/AN2/LM:124).*

B *Kamu gimana kondisi nya sekarang lagi stabil gak*

AN *Kalo untuk sekarang ya tentu jauh lebih baik mas dari pada waktu awal-awal itu ya gimana Namanya awal-wal kan takut sekarang mah udah biasa (B15/AN2/LM:124).*

B *Kamu kan sekarang lagi mutih riyadhoh nih, kira kira kebutuhan mu terpenuhi gak?*

AN *Alhamdulillah untuk kebutuhan sehari-hari terpenuhi mas (B16/AN2/LM:124).*

B *Kamu aktif gak ikut kegiatan pondok di sela-sela waktu riyahdoh ini?*

AN *Aku untuk kegiatan pondok paling cuman malem doang mas (B17/AN2/LM:124).*

Pada Kesimpulan yang di dapat dalam proses wawancara ini AN memiliki nilai kesehatan mental yang bagus dikarenakan ia mampu beradaptasi dengan baik memiliki nilai keaktifan, pedoam hidup, serta fokus dalam menjalankan riyadhoh mutih dan ia memiliki rasa kepercayaan yang tinggi serta memiliki rasa semangat dari pada sebelum ia belum meningkatkan kecerdasan spiritual

B	<i>Kamu punya pedoman hidup?</i>
AN	<i>Punya mas, harus itu mah biar kita gk belok-belok hidup nya mas apalagi kan penghafal Quran mas (B18/AN2/LM:125).</i>
B	<i>Jadi kamu saat ini ngerasa jauh lebih baik dari pada sebelum mutih ya</i>
AN	<i>Alhamdulillah mas bisa di bilang begitu mas</i>

Tabel Verbatim Subjek Ke 3: AA

No	Kode	Wawancara	Peneliti	dan	Analisis
		Partisipan			
1.	B	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i>			
	AA	<i>Waalaikum salam wr.wb. Mas</i>			
	B	<i>Izin ya sebelumnya saya ucapin terima kasih, untuk waktu nya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa</i>			

*psikologi semester delapan (8),
dan kebetulan saya lagi
melakukan penelitian skripsi dan
judul skripsi saya itu “Peran
Kecerdasan Spiritual Terhadap
Kesehatan Mental Santri Yang
Sedang Menjalani Riyadho
Puasa Putih 41 Hari Di Pondok
Pesantren Raudhatul
Mujawwidin” sampean, Bisa
perkenalan diri mas AA?*

*AA Baik mas, izin perkenalan nama
saya AA, saya santri di pondok
pesantren Raudhatul
Mujawwidin dan saya santri
program Tahfidz, umur saya 16
tahun, Alamat saya Rimbo
bujang, unit 6, kabupaten Tebo
provinsi jambi mas*

B Kamu berapa bersaudara

*AA Aku 3 bersaudara mas aku
kebetulan anak terakhir*

B Orang tua mu kerja apa?

-
- AA *Orang tua, bapak kerja nya petani sawit sama karet mas, kalo ibu kerjanya Guru SD mas*
- B *Berapa lama kamu ngafalin Al-Quran*
- AA *Alhamdulillah aku ngafalin Quran dari kelas 3 Mts, sehabis aku lulus tashih Qiroati aku ngafalin dan alhamdulillah selesai hafalan 30 juz, kurang lebih 3 tahun ini mas*
- B *Sampean bisa ndak certain awal mulai Gambaran waktu sampean bisa sampe puasa mutih, itu awal nya gimana?*
- AA *Awal nya ya, waktu aku udah selesai khatam hafalan mas (C1/AA3/LM:126).*
- B *Gimana tuh coba certain sampe bisa riyadhoh mutih nya?*
- AA *Owalah, iya mas, awal nya aku Gambaran saat di soain sama mas Bisri, nah AA mengetahui kebetulan aku itu aku langsung bahwa ia akan mutih mas jadi kek mendadak melakukan*
-

	<i>soan hari sabtu terus mutih nya</i>	riyadhoh mutih
	<i>di hari senin mas kek mendadak</i>	di hari senin ia
	<i>banget</i>	merasa cemas
		dan kaget
		dikarenakan ia
		tidak dan belum
		mempunyai
		persiapan apa-
		apa
B	<i>Iha, perasaan mu gimana dapet waktu yang mepet kayak gitu?</i>	
AA	<i>Ya kaget mas, mana aku gak ada persiapan kan sama aku tuh emang kek modal nekat gitu mas penting bismillah aja gitu</i>	Ia merasa tidak mempunyai persiapan dan ia melakukan
	<i>(C2/AA3/LM:126).</i>	riyadhoh mutih
	<i>Sama aku tuh sebenarnya kek belum siap gitu lo mas masalah nyakan ini mendadak banget</i>	tampa persiapan yang matang
	<i>(C3/AA3/LM:127).</i>	
B	<i>Nah, persiapan mu kan dikit tuh ya cuman 2 hari</i>	
AA	<i>Ya aku mah pasrah aja sih ya gimana lagi ya mas persiapan</i>	Gambaran pada saat akan

nya cuman sebentar dan aku milih jagung mas dari menu maem yang di suruh milih (C4/AA3/LM:127).

melakukan proses riyadhoh AA merasa pasrah karena ia merasa melakukan riyadhoh mutih tanpa persiapan

B *Kenapa kamu milih nya jagung*

AA *Ya kek ngerasa itu yang paling enak aja mas*

B *Terus perasaan mu gimana waktu mau mulai mutih?*

AA *Ya kek ndak bisa tidur mas malem nya itu, kepikiran terus aku mas, takut gagal, ini kan soalnya kek penentuan buat dapetin syahadah sama sanad Quran ya, gagal ya ngulang otomatis* (C5/AA3/LM:127).

Pada saat malam menjelang besok yang dimana AA akan melakukan proses riyadoh mutih AA merasakan rasa takut bahkan

sampai ia tidak
bisa tidur
dikarenakan
takut
mengulang
proses riyadhoh
jika AA
mengalami
kegagalan

B *Nah itu kan kamu ngerasa
khawatir nya ngerasa takut
waktu mau ngelakuin mutih
apalagi persiapan nnya cuman
1 minggu aja terus gimaana
awal waktu kamu mutih gimana
hari pertama minggu pertama
nya kayak gimana emang?*

AA *Awal hari pertama minggu
pertama itu rasanya lemes
banget mas, pusing mas, mau
nangis aku. Terus temen ku yang
nyimak Quran si ML ya
ngemangatin aku mass, aku di
kasih saran, dinasehatin supaya
fokus dia bilang ke aku” emang
gak enak kalo mutih tuh, tapi* Pada awal hari
pertama AA
merasakan
lemas dan
pusing ia
merasa takut
dikarenakan ia
sering sakit,
akan tetapi ia

*kalo udah selesai pokok nya sudah berniat
nanti enak deh kek beban nya untuk
hilang” tapi waktu itu emang meningkatkan
beneran aku tuh lemes mas hal-hal positif
capek banget rasanya mana yang dimana
waktu khatamin Quran aku gak supaya ia dapat
fokus lagi mas aku kek nyerah melakukan
dah gitu pokoknya proses riyadhoh
(C7/AA3/LM:128). mutih ini
sampai sselesai*

B *Nah setelah itu kamu kek
gimana? Apa tetep kamu
lanjutin mutihnya?*

AA *Alhamdulillah mas aku tetep Penyimak Al-
lanjutt, aku di kasih tau sama Quran ML
ML suruh fokus pokoknya gak memberikan
usah mikirin hal yang aneh- nasihat serta
aneh aku juga di paksa dia tuh arahan untuk
waktu awal-awal pokok nya merubah
sholat wajib jamaah, terus kan spiritual supaya
biasanya aku abiss sholat ya untuk
langsung ke kamar ni gak boleh meningkatkan
mas, aku di suruh dzikiran dulu fokus
saama berdoa supaya di minta
kemudahan gitu*

B *Emang kamu ningkatin apa aja
selama mutih*

AA *Alhamdulillah aku lebih rajin
sholat lima waktu mas, dzikir
terutama, soalnya dzikir tu
buat nyaman gitu mas, terus ya
abis sholat gak langsung pergi
kek biasanya ya aku berdoa
mas, supaya minta di mudahkan
waktu mutih ini soalnya
waktunya lama mas 41 hari*

AA melakukan
peningkatan
kecerdasan
spiritual yakni
meningkatkan
nilai spiritual
nya yang
dimana ia
belum
melakukan nya
pada saat
sebelum
melakukan
proses riyadhoh

B *Kamu ngejalanin ini penuh
tekanan gak?*

AA *Engak kok mas, soalnya kan
emang udah tau dari awal kalo
ini tuh kegiatan yang wajib di
lakuin sama santri tahfidz yang
udah khatam Quran,*

Pada awal nya
AA merasa
tertekan pada
proses riyadhoh
puasa mutih
yang dimana ia
harus merubah

pola makan,
pola kegiatan
bahkan
keseharian
dimana AA
harus lebih rajin
dalam ibadah
serta
spiritualnya

B *Menurut mu perubahan apa yang kamu rasain setelah kamu ningkatin ibadah mu kek sholat, dzikir doa-doa gitu emang seberapa ngefek sih?*

AA *Alhamdulillah mas ngefek kok, dan itu emang yang biasa anak-anak tahfiz lakuin kalo mereka lagi riyadhoh mutih pasti mereka berubah ningkatin ibadah, sholat, dzikir2 doa gitu mas soalnya ya kita kan santri mas apalagi penghafal Quran dan lagi ngejalanin mutih ya pastinya wajib ningkatin spiritual*

Setelah ia menjalankan proses meningkatkan nilai spiritual ia merasakan hal positif yang ada di dalam dirinya ia merasa lebih tenang, nyaman serta tidak lagi

		terganggu akan rasa takut yang ia takutkan pada awal menjalani proses riyadhoh yang ia jalankan
B	<i>Btw sekarang kamu ngerasa lebih gimana ketimbang sebelum mutih?</i>	
AA	<i>Ya aku ngerasa lebih tenang, nyaman lebih adem gitu rasanya mas apalagi ini sebentar lagi mutih nya mau selesai mas kek gak kerasa juga tibia-tiba di akhir mutih</i>	AA merasa lebih tenang pada saat melakukan peningkatan kecerdasan spiritual
B	<i>Nah, sekarang aku tanya prihal kecerdasan spiritual ya, buat mastiin gitu, dan ini tuh di ambil dari indikator-indikator kecerdasan spiritual</i>	Penulis bertanya prihal kecerdasan spiritual melalui indikator- indikator serta

bertanya juga
prihal kesehtan
mental
bertujuan untuk
seberapa
pengaruh serta
bagaimana
kondisi
kesehatan
mental pada
satri AA setelah
melakukan
proses riyadhoh
puasa mutih
yang ia
jalankan

AA *Njih mas siap*

B *Seberapa yakin kamu terhadap
ALLAh SWT, kamu ngerasa di
awasi di bantu gak waktu kamu
ngerubah spiritual mu?*

AA *Yakin mas, kan santri wajib
yakin, ya pastinya itu passti
selalu ngerasa di awasi mas
apalagi mau ngelakuin apa-apa,*

*apalagi waktu proses mutih ini,
ya yang males-males jadi lebih
rajin gitu jadi kek dibantu itu ya
pasti mas (C10/AA3/LM:130).*

B *Seberapa sering kamu dan rutin
gak melakukan dzikir, doa, sama
seberapa rajin kamu buat
sholaat lima waktu sama
sholaat sunnnah waktu
riyadhoh mu*

AA *“Alhamdulillah mas rajin sama
rutin, apalaagi waktu mutih ini
(C12/AA3/LM:130).*

B *Ada gak kecenderungan kearah
positif kayak hal-hal yang baik
waktu kamu ngelakuin riyadhoh
puasa mutih ini?*

AA *Alhamdulillah waktu kegiatan
mutih semua kegiatan nya
positif mas, puasa mutih, terus
khatamin Quran bil goib, terus
rutin sholat wajib, sunnah
dzikir jadi kegiatan nya semua
nya baik mas*

B *Terus yang terahir ni, apa yang kamu lakuin waktu temen-temen mu ngelakuin salah ke kamu ya walaupun itu di sengaja sama gak disengaja kamu bakalan gimana?*

AA *Ya kalo temen ada salah ya sebisanya di maafin ya kana palagi temen-temen juga ngafalin Quran semua mas*

B *Jadi menurut mu ningkatin ibadah itu bisa ngebuat mental mu lebih baik? Lah waktu mutih ini gimaana perasaan mu khsusnya mental mu aman gak?*

AA *Iya mas ngerasa tenang tentram, nyaman apalagi mutih nya mau selesai kek lega gitu mas*

B *Sekarang aku mau tanya lagi sama kamu nih prihal kesehatan mental tad ikan prihal kecerdasan spiritual ya biar singkron gitu*

AA *Oke mas aku jawab sebisanya
mas*

B *Apakah kamu udah Nerima
keadaan mu saat ini?*

AA *Ya Nerima mas*
(C14/AA3/LM:133).

B *Gimana sih interaksimu waktu
sama temen-temen waktu
ngejalanin riyadhoh mutih ini?
Di sela sela kesibukan mu kan
kamu khatamin Quran nih dari
pagi sampe sore gitu?*

AA <i>Ya alhamdulillah lancar masih aman sih mas, tapi mungkin berkurang aja gitu soalnya waktu kita itu gak banyak mas,</i>	AA sudah bisa berinteraksi Bersama teman-teman nya ketika AA melakukan perubahan meningkatkan kecerdasan spiritual
--	---

B *Kamu udah ngerasa puas belum sama target mu yang sekarang ini?*

AA *Kalo puas ya sejauh ini udah mas, tapi mungkin kalo udah khatam ya jadi puas banget plus lega hehe (C16/AA3/LM:134).*

B *Kamu bisa gak ngelakuin kegiatan sehari-hari nya waktu kegiatan riyadhoh kan dapet tuh kegiatan mu?*

AA *Kalo soal kegiatan alhamdulillah mas masih lancar, apalagi kan aku juga udah kek persiapan ya sebelum mutih kira-kira gimana biar gk gampang capek kek waktau nycui aja gitu mas aku itu kalo nyuci malem mas supaya ada tenaga (C17/AA3/LM:134).*

B *Kamu waktu ngejalanin riyadhoh udah ngerasa cukup belum?*

AA *Ya cukup gak cukup sih mass
soalnya kan lagi puasa apalgi
ini mutih Cuma mkan jagung
(C18/AA3/LM:135).*

B *Kamu punya tanggung jawab
gak?*

AA *Punya mas, tanggung jawab
saat ini nyelesaiin tirakatan
(C19/AA3/LM:135).*

B *Kamu gimana kondisi nya
sekarang lagi stabil gak*

AA *Kalo untuk sekarang ya tentu
jauh lebih baik mas dari pada
waktu awal-awal itu ya gimana
Namanya awal-wal kan takut
sekarang mah udah biasa
(C20/AA3/LM:135).*

B *Kamu kan sekarang lagi mutih
riyadhoh nih, kira kira
kebutuhan mu terpenuhi gak?*

AA *Alhamdulillah untuk kebutuhan
sehari-hari terpenuhi mas
(C21/AA3/LM:135).*

B *Kamu aktif gak ikut kegiatan pondok di sela-sela waktu riyahdoh ini?*

AA *Aku untuk kegiatan pondok paling cuman malem doang mas (C22/AA3/LM:135).*

B *Kamu punya pedoman hidup?*

AA *Punya mas, harus itu mah biar kita gk belok-belok hidup nya mas apalagi kan menghafal Quran mas (C23/AA3/LM:135).*

B *Jadi kamu saat ini ngerasa jauh lebih baik dari pada sebelum mutih ya*

AA *Alhamdulillah mas bisa di bilang begitu mas*

B *Menurut pendapatmu gimana ada pengaruh gak dari ningkatin ibadah buat proses*

AA *Pastinya ada mas, apalagi Pada keadaan lagi mutih giini, kalo Kesimpulan ibadah nya gak kuat doa nya yang didapatkan*

gak kenceng kek nya bakalan susah buat nyelesaiin ini mas bahwa AA
merasa lebih
baik dari pada
sebelumnya,
dan AA setelah
meningkatkan
nilai spiritual
nya kesehatan
mental nya
menjadi lebih
baik

B *Oke, baik terima kash ya atas waktu nya hari, mungkin kita cukupkan sampai disini ya, makasih sekali lagi ya*

AA *Okey baik mas sama-sama mas*

TABEL VERBATIM SUBJEK PENDUKUNG

Table verbatim subjek pendukung 1: MI

No	Kode	Wawancara peneliti dan partisipan	Analisis
1.	B	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i>	
	MI	<i>Waalaikum salam wr.wb. Mas</i>	
	B	<i>Izin ya sebelumnya saya ucapin terima kasih, untuk waktu nya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa psikologi semester delapan (8), dan kebetulan saya lagi melakukan penelitian skripsi dan judul skripsi saya itu “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampean, Bisa perkenalan diri mas AA?</i>	
	MI	<i>Baik mas, izin perkenalan nama saya MI, saya santri di pondok pesantren Raudhatul</i>	

*Mujawwidin dan saya santri
program Tahfidz, umur saya 17
tahun, Alamat saya Rimbo
Bujang mas, unit 3 Rimbo
Mulyo, Kabupaten tebo provinsi
Jambi*

B *Izin ya minta waktu nya
sebentar untuk wawancara*

MI *Nggeh mas siap*

B *Sampean disini sebagai
penyimak Al-Quran ya?*

MI *Iya mas penyimak Al-Quran
saya mas*

B *Kamu waktu itu di tunjuk atau
menawarkan diri?*

MI *Kebetulan saya waktu itu di* MI *pada saat*
tunjuk mas, soalnya MD *melakukan*
alhamdulillah saya udah selesai *proses riyadhoh*
tirakatan jadi kalo yang udah *berperan*
selesai tirakatan itu emang *menjadi*
biasanya jadi penyimak Al- *penyimak*
Quran buat anak-anak yang *hafalan Al-*
mau tirakatan *Quran MD*

B	<i>Kamu penyimak Al-Quran siapa?</i>	
MI	<i>Aku si MD mas</i>	
B	<i>Udah berapa hari ini nyimak Al-Quran nya</i>	
MI	<i>Kalo gak salah ya mas, ini udah masuk hari ke 33 kalo gak 34 mas</i>	
B	<i>Sesuai judul yang sama ambil pada skipsi saya, bisa gak certain gimana si MD itu pola tingkah laku nya, dari awal tirakatan?</i>	
MI	<i>Njih mas, jadi gini mas si MD tuh awal-awal mutih dia orang nya agak malesan mas, waktu awal-awal banyak ngeluh nya capek, pusing lenes segala macem sampe sempet nangis juga anaknya, dia sering ngerasa takut waktu awal-awal itu pokok nya pikiran nya negative mulu, tapi dia</i>	MI menceritakan pengalaman MD pada saat awal-awal melakukan proses riyadhoh puasa mutih, dimana MD pada saat awal mengalami

<i>alhamdulillah nya ya tetep bisa lanjut (IP1/MI1/LM:138).</i>	beberapa gejala, dari susah tidur, kurang bersemangat bahkan dalam hafalan Al-Quran dalam simaan Al-Quran MD juga tidak lancar dalam masa proses riyadhoh berjalan
--	---

B *Setelah gejala-gejala yang timbul itu terus gimana selanjutnya*

MI <i>Ya waktu dia kayak gitu, saya sebagai temennya ya nasehatin dia mas, ngasih tau dia supaya fokus dan saya certain pengalaman saya waktu mutih dulu ya mirip-mirip gitu mas, tapi saya waktu awal-awal itu gak malesan kayak dia, ya saya kasih tau buat ningkatin ibadah, sholat wirid-wirid mas dia</i>	Pada saat MD mengalami gejala akhirnya MI memberikan saran kepada MD supaya dia lebih rajin dan lebih gian dalam melakukan
--	---

*kebiasan abis sholat langsung proses
pergi gitu waktu awal-awal spiritualitas
mutih (IP2/MI1/LM:139).*

B *Setelah kamu nasehatin apakah
dia langsung berubah?*

MI *Ya bertahap gitu mas, tapi Akhirnya pada
alhamdulillah dilakuin, dan saat MD
sekarang dia tuh udah melakukan
alhamdulillah mas udah fokus, perubahan
kalo simaan Al-Quran juga spiritualitas
udah bisa lancar, dia udah gak dengan
ngeluh lagi apalagi ini kan udah meningkatkan
sekitar masuk hari ke 34 jadi spiritualitas nya
sebentar lagi mau selesai akhirnya MD
(IP3/MI1/LM:140). dapat lebih
fokus serta
tenang dalam
menjalankan
proses riyadhoh
yang MD
jalankan*

B *Setelah ningkatin spiritualitas
dia ngalain perbuahan apa aja*

MI *Dia lebih rajin mas tambah gak
neko-neko anaknya, sekarang*

*juga sholat nya terjaga apalagi
anak nya lancar hafalannya
(IP4/MI1/LM:140).*

B *Jadi menurut mu Kecerdasan
spiritual itu ada efek dan
pengaruh gak buat anak-anak
yang ngejalanin riyadhoh?*

MI *Sangat ngaruh mass, karena aku* MI mengatakan
juga pernah tirakatan emang bahwa peran
ngefek mas, kita lebh fokus kecerdasan
tenang, nyaman pokok nya mas spiritual sangat
berpengaruh
bagi santri yang
menjalani
proses riyadhoh
puasa putih
khusus nya bagi
MI yang pernah
melakukan dan
berhasil
melakukan
riyadhih puasa
putih

B *Okey makasih ya atas info nya
makasih sekali lagi mungkin di*

	<i>cukupkan sampe sini wawancaranya ya</i>
MI	<i>Okey siap mas, sama-sama mas terima kasih kembali mas</i>

Table verbatim subjek pendukung ke 2:RM

No	Kode	Wawancara partisipan	peneliti dan Analisis
1.	B	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i>	
	RM	<i>Waalaikum salam wr.wb. Mas</i>	
	B	<i>Izin ya sebelumnya saya ucapin terima kasih, untuk waktu nya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa psikologi semester delapan (8), dan kebetulan saya lagi melakukan penelitian skripsi dan judul skripsi saya itu “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap</i>	

*Kesehatan Mental Santri Yang
Sedang Menjalani Riyadho
Puasa Mutih 41 Hari Di
Pondok Pesantren Raudhatul
Mujawwidin” sampean, Bisa
perkenalan diri mas AA?*

RM *Baik mas, izin perkenalan nama
saya RM, saya santri di pondok
pesantren Raudhatul
Mujawwidin dan saya santri
program Tahfidz, umur saya 17
tahun, Alamat saya di
Desa.Cermin Alam mas.
Kecamatan VII Koto Ilir
kabupaten Tebo Provinsi Jambi*

B *Izin ya minta waktu nya
sebentar untuk wawancara*

RM *Nggeh mas siap*

B *Sampean disini sebagai
penyimak Al-Quran ya?*

RM *Iya mas penyimak Al-Quran
saya mas*

B *Kamu waktu itu di tunjuk atau
menawarkan diri?*

RM	<i>Di tunjuk sama Pengasuh mas</i>	
B	<i>Kamu penyimakk Al-Quran siapa?</i>	
RM	<i>Aku si AN mas</i>	
B	<i>Udah berapa hari ini nyimak Al-Quran nya</i>	
RM	<i>Kalo gak salah ya mas, ini udah masuk hari ke 34 mas</i>	
B	<i>Sesuai judul yang sama ambil pada skipsi saya, bisa gak certain gimana si AN itu pola tingkah laku nya, dari awal tirakatan?</i>	
RM	<i>Njih mas, jadi gini mas si AN kebetulan dia waktu mutih dia alhamdulillah lancar mas, dia juga dari dulu anak nya rajin pinter juga sih itu anaknya mas tapi ya ada masalah waktu diawal-awal tapi emang gak banyak kebetulan dia juga persiapan mutih katanya lama mas (IP1/RM2/LM:143).</i>	Gambaran awal AN menjalani proses riyadhoh RM mengatakan bahwa AN saat menjalani proses riyadhoh AN tidak terlalu banyak mengalami gejala

B *Setelah gejala-gejala yang timbul itu terus gimana selanjutnya*

RM *Ya dia waktu itu gejala nya lemes pusing sama kek kurang semangat gitu mas tapi waktu simaan masih ada kendala-kendala kek kurang lancar gitu tapi gak terlalu gitu mas* (IP2/RM2/LM:143).

Gambaran gejala pada saat AN menjalani riyadhoh menurut RM ada beberapa kendala yakni seperti lemas, serta pusing pada saat awal AN menjalani proses riyadhoh

B *Setelah itu bagaimana?*

RM *Ya kita sebagai temen ya semangatin dia, supaya bisa fokus terus bisa semangat sampe dia selesai khatamin tirakatan nyama sama ya sholat, doa nya di perbanyak lagi gitu ya tingkatin ibadah pokok nya mas* (IP3/RM2/LM:144).

RM akhirnya menyemangati AN, AN termasuk anak yang rajin, pada saat AN menjalani proses riyadoh menurut RM

juga rajin
beribadhdh dan
pda saat
riyadhoh pun
AN Nampak
lebih rajin dalam
spiritualitasnya

B *Setelah ningkatin spiritualitas
dia ngalain perbuahan apa aja*

RM *Dia lebih rajin mas, sering
adzan sering bersih-bersih rajin
ikut kegiatan gitu
(IP4/RM2/LM:144).*

B *Jadi menurut mu Kecerdasan
spiritual itu ada efek dan
pengaruh gak buat anak-anak
yang ngejalanin riyadhoh?*

RM *Sangat ngaruh mass, karena
aku juga pernah tirakatan
emang ngefek mas, kita lebh
fokus tenang, nyaman pokok
nya mas*

B *Okey makasih ya atas info nya
makasih sekali lagi mungkin di*

	<i>cukupkan sampe sini wawancaranya ya</i>
RM	<i>Okey siap mas, sama-sama mas terima kasih kembali mas</i>

Table Verbatim Pendukung 3: ML

No	Kode	Wawancara partisipan	peneliti dan Analisis
1.	B	<i>Assalamualaikum wr.wb.</i>	
	ML	<i>Waalaikum salam wr.wb. Mas</i>	
	B	<i>Izin ya sebelumnya saya ucapin terima kasih, untuk waktu nya, perkenalkan nama saya Bimo Ario Wicaksono, saya mahasiswa dari Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia (Jakarta) saya mahasiswa psikologi semester delapan (8), dan kebetulan saya lagi melakukan penelitian skipsi dan judul skipsi saya itu “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Riyadhoh</i>	

*Puasa Putih 41 Hari Di
Pondok Pesantren Raudhatul
Mujawwidin” sampean, Bisa
perkenalan diri mas ML?*

ML *Baik mas, izin perkenalan nama
saya ML, saya santri di pondok
pesantren Raudhatul
Mujawwidin dan saya santri
program Tahfidz, umur saya 18
tahun, Alamat saya di Di muaro
jambi mas, di daerah Simpang
Rimbo mas*

B *Izin ya minta waktu nya
sebentar untuk wawancara*

ML *Nggeh mas siap*

B *Sampean disini sebagai
penyimak Al-Quran ya?*

ML *Iya mas penyimak Al-Quran
saya mas*

B *Kamu waktu itu di tunjuk atau
menawarkan diri?*

ML *Di tunjuk sama Pengasuh mas*

B	<i>Kamu penyimakk Al-Quran siapa?</i>	
ML	<i>Aku si AA mas</i>	
B	<i>Udah berapa hari ini nyimak Al-Quran nya</i>	
ML	<i>Kalo gak salah ya mas, ini udah masuk hari ke 34 mas</i>	
B	<i>Sesuai judul yang sama ambil pada skripsi saya, bisa gak certain gimana si AN itu pola tingkah laku nya, dari awal tirakatan?</i>	
ML	<i>Njih mas, jadi gini mas si AA waktu dia mutih itu waktu di awal-awal dia orang nya gak semangat mas, suka ngeluh, apalagi kalo waktu simaan Quran dia sering minta berhenti buat istirahat” sering bling capek laper gitu kebanyakan istirahat” terus jarang kumpul sama temen-temen waktu awal-awal tuh (IP1/ML3/LM:147).</i>	Gambaran awal AA melakukan prose riyadhoh ML mengatakan bahwa AA suka mengeluh serta serng berhnti pada saat AA melakukan simaan Al-Quran ia juga sering

		bermalas
		malasan
B	<i>Setelah gejala-gejala yang timbul itu terus gimana selanjutnya</i>	
ML	<i>Ya dia waktu itu gejala nya lemes pusing sama kek kurang semangat gitu mas tapi waktu simaan masih ada kendala-kendala kek kurang lancar gitu tapi gak terlalu gitu mas (IP2/ML3/LM:147).</i>	Pada saat AA mengalami kendala terssrbut ML sering memberikan saran serta semangat keapda AA untuk tetap fokus serta tenang dan memperbaiki ibadah nya
B	<i>Setelah itu bagaimana?</i>	
ML	<i>Ya paling semangatn gitu mas ngasin saran supaya dia bisa fokus supaya bisa rajin lagi suruh sholat doa, dzikiran kalo sehabis sholat mas, ya</i>	Pada saat AA merubah nilai spiritualitasnya AA Nampak mulai berubah,

	<i>pokoknya gimana dia bisa rajin sama bisa lancar ngejalanin tirakatannya mas</i> (IP3/ML3/LM:148).	AA lebih rajin dan sering berkumpul Bersama teman teman nya
B	<i>Setelah ningkatin spiritualitas dia ngalain perbuahan apa aja</i>	
ML	<i>Dia lebih rajin mas, sering adzan sering bersih-bersih rajin ikut kegiatan gitu</i> (IP4/ML3/LM:148).	AA juga lebih sering adzan pada saat sudah waktunya sholat lima waktu serta dia aktif dalam kegiatan yang ada di pondok pesantren
B	<i>Jadi menurut mu Kecerdasan spiritual itu ada efek dan pengaruh gak buat anak-anak yang ngejalanin riyadhoh?</i>	
ML	<i>Sangat ngaruh mass, karena aku juga pernah tirakatan emang ngefek mas, kita lebh</i>	ML mengatakan bahwa kecerdasan spiritual mempunyai

fokus tenang, nyaman pokoknya mas pengaruh yang
bersar terhadap
kesehatan
mental santri
yang sedang
menjalani
riyadhoh

B *Okey makasih ya atas info nya
makasih sekali lagi mungkin di
cukupkan sampe sini
wawancaranya ya*

ML *Okey siap mas, sama-sama mas
terima kasih kembali mas*

Lampiran 1: Informed Consent Subjek 1

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : MD

Umur : 17 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Sitiung empat, Blok B, kabupaten, Dharmassraya
Provinsi, Sumatra Barat

Menyatakan kesediaan menjadi observer dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai narasumber dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

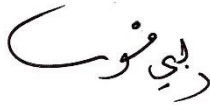
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikian pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan tanpa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis



BIMO ARIO WICAKSONO

Responden



MD

Lampiran 2: Informed Consent Subjek 2

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : AN

Umur : 16 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Unit 7 Jalan Rajawali, Rimbo Bujang, Kabupaten
Tebo, Provinsi jambi

Menyatakan kesediaan menjadi observer dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai narasumber dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

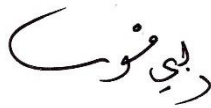
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikian pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan tanpa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis



BIMO ARIO WICAKSONO

Responden



AN

Lampiran 3: Informed Consent Subjek 3

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : AA

Umur : 16 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Unit 6 Desa. Tirta Kencana, Kecamatan Rimbo
Bujang, Kabupaten Tebo, Provinsi Jambi

Menyatakan kesediaan menjadi observer dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai narasumber dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Putih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

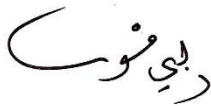
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikian pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan tanpa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis



BIMO ARIO WICAKSONO

Responden



AA

Lampiran 4: Informed Consent Subjek 4

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : RM

Umur : 16 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Rimbo Ulu, Kabupaten Tebo, Provinsi Jambi

Menyatakan kesediaan menjadi observer pendukung dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai Informan pendukung dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

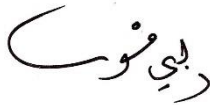
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikin pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan tanpa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be in Indonesian script, located below the 'Penulis' label.

BIMO ARIO WICAKSONO

Responden

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized letter 'R' followed by a horizontal stroke, located below the 'Responden' label.

RM

Lampiran 5: Informed Consent Subjek 5

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : MI

Umur : 16 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Unit 7 Jalan Rajawali, Rimbo Bujang, Kabupaten
Tebo, Provinsi jambi

Menyatakan kesediaan menjadi observer pendukung dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai Informan pendukung dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

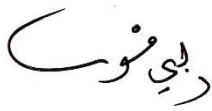
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikin pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan
tampa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan
sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis



BIMO ARIO WICAKSONO

Responden



MI

Lampiran 6: Informed Consent Subjek 6

INFORMED CONSENT

(PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN)

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : ML

Umur : 18 Tahun

Pendidikan : Madrasah Aliyah/SMA

Alamat : Unit jalan 6 Pasar Sarinah, Rimbo Bujang,
Kabupaten Tebo, Provinsi jambi

Menyatakan kesediaan menjadi observer pendukung dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan telah menyetujui untuk diwawancarai sebagai Informan pendukung dalam penelitian yang berjudul “Peran Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Santri Yang Sedang Menjalani Proses Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin” sampai dengan selesai. Adapun identitas pribadi observer akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian tugas akhir yang dilakukan oleh

Nama : BIMO ARIO WICAKSONO

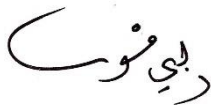
NIM : 2019021

Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia
(UNUSIA)

Demikin pernyataan yang saya buat dengan penuh kesadaran, dan
tampa paksaan dari pihak manapun dan dapat digunakan
sebagaimana mestinya.

Minggu, 14 Juli 2024

Penulis



BIMO ARIO WICAKSONO

Responden



ML

Lampiran 7: Surat Izin Tempat Penelitian



UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA INDONESIA
FAKULTAS ILMU SOSIAL

Jln. Taman Amir Hamzah No.5 Jakarta 10320
021 390 6501 - 021 315 6864
fis@unusia.ac.id - www.unusia.ac.id

Nomor : 141/DK.FIS/100.09.14/VII/2024
Lampiran : -
Perihal : Pengantar Observasi

Kepada Yth.

Pengasuh Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi kami sampaikan. Semoga aktivitas Bapak/Ibu sehari-hari selalu dalam lindungan Allah SWT.

Sehubungan dengan pemenuhan penyelesaian Tugas Akhir Kuliah di Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia Jakarta, maka kami memohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin observasi dan pengambilan data serta informasi terkait penelitian dimaksud.

Informasi mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian di tempat Bapak/Ibu adalah:

Nama : Bimo Ario Wicaksono
NIM : 2019021
Semester : VIII (Delapan)
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Sosial
Universitas : Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia Jakarta
Judul Penelitian : Peran Kecerdasan Spritual Terhadap Kesehatan Mental Santri yang Sedang Menjalani Riyadhoh Puasa Mutih 41 Hari di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perkenan dan kerjasamanya kami ucapkan banyak terimakasih.

*Wallaaahul Muwafiq Illa.Aqwamith-thariq.
Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*

Jakarta, 15 Juli 2024
Dekan Fakultas Ilmu Sosial

Naeni Amanulloh, S.Sos., M.Si.
NIDN: 0307037903

Lampiran 8: Dokumentasi Penelitian.

Dokumentasi Wawancara Narasumber Utama Dan Narasumber Pendukung Serta Kegiatan Yang Ada Di Program Tahfidzul Quran Di Pondok Pesantren Raudhatul Mujawwidin.





DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Bimo Ario Wicaksono

Tempat,
Tanggal Lahir : Tegal, Jawa Tengah, 17
November 2001

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Desa Sungai Abang,
Kecamatan VII KOTO,
Kabupaten Tebo, Provinsi
Jambi.

Email : bimoario171101@gmail.com
bimo.ario@icloud.com

No. HP : 085775263656



Latar Belakang Pendidikan

Sekolah Dasar : SDN 111 Sungai Abang,
Tahun 2008-2014

SMP : Madrasah Tsanawiyah
Raudhatul Mujawwidin, Tahun
2015-2017

MA : Madrasah Aliyah Raudhatul
Mujawwidin, Tahun 2018-
2020