

Integrasi Teknik Riyadhah dan Mujahadah sebagai Model Intervensi Konseling Psiko-Spiritual dalam Mengonstruksi Disiplin Diri Santri: Studi Kasus pada Pondok Pesantren Tarbiyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung

Anma Muniri^[1], Silmi Adila^[2]

^[1]UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon

^[2]STAI Al Mannan Tulungagung

e-mail: ^[1]anmamuniri@gmail.com, ^[2]silmiaadila@gmail.com

Abstrak

Fenomena perilaku indisipliner santri kontemporer sering kali diselesaikan melalui pendekatan behavioristik-punitif yang represif, namun metode ini gagal menyentuh akar kesadaran spiritual sehingga memicu kepatuhan semu (*pseudo-compliance*). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas integrasi teknik riyadah dan mujahadah sebagai model intervensi konseling psiko-spiritual dalam mengonstruksi disiplin diri santri. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus eksplanatori-intrinsik, penelitian ini berfokus pada lima santri dengan rekam jejak indisipliner kronis di Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif pasif, dan studi dokumentasi, lalu dianalisis menggunakan model interaktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model intervensi klinis terstruktur ini efektif mentransformasikan disiplin diri santri melalui tiga fase kesadaran: al-yaqzhah, riyadah, dan mujahadah. Model ini berhasil menggeser lokus kendali santri dari eksternal menjadi internal-transendental, sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang menetap (*sustainable behavior change*).

Kata Kunci: Konseling Psiko-Spiritual, Riyadhah, Mujahadah, Disiplin Diri, Santri

Abstract

The phenomenon of indiscipline among contemporary Islamic boarding school students is often resolved through a repressive, behavioristic-punitive approach, but this method fails to touch the roots of spiritual awareness, thus triggering pseudo-compliance. This study aims to analyze the effectiveness of integrating riyadah and mujahadah techniques as a psycho-spiritual counseling intervention model in constructing self-discipline among Islamic boarding school students. Using a qualitative approach with an explanatory-intrinsic case study design, this study focuses on five students with a track record of chronic indiscipline at the Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Islamic Boarding School in Tulungagung. Data were collected through in-depth interviews, passive participant observation, and documentation studies, then analyzed using an interactive model. The results show that this structured clinical intervention model is effective in transforming self-discipline among Islamic boarding school students through three phases of awareness: al-yaqzhah, riyadah, and mujahadah. This model successfully shifts the locus of control of the students from external to internal-transcendental, resulting in sustainable behavior change.

Keyword: *Psycho-Spiritual Counseling, Riyadhah, Mujahadah, Self-Discipline, Santri*

PENDAHULUAN

Pondok pesantren sebagai institusi pendidikan Islam tradisional memiliki peran strategis yang sangat berakar dalam membentuk karakter religius, moralitas, dan integritas santri. Namun, dalam realitas kontemporer, lembaga pendidikan ini sering kali dihadapkan pada tantangan pelik berupa fenomena delinkuesi remaja dan perilaku indisipliner santri yang kian kompleks. Namun demikian, penyelesaian problem kepatuhan ini di lingkungan pesantren kerap mengalami simplifikasi melalui penegakan disiplin yang masih bersandar pada pendekatan behavioristik-punitif (Rijal, 2022). Pola penegakan aturan yang mengandalkan takzir fisik, isolasi sosial, pemotongan rambut, atau pemberian sanksi yang

mempermalukan santri di depan publik dinilai kurang relevan dengan perkembangan psikologis remaja masa kini. Pendekatan represif semacam ini cenderung memicu resistensi psikologis, menumbuhkan kecemasan akut, dan yang paling fatal adalah gagal menyentuh akar kesadaran spiritual terdalam santri. Ketika kedisiplinan hanya dipahami sebatas kepatuhan lahiriah (*outward compliance*) terhadap regulasi formal pesantren, santri rentan mengalami inkonsistensi perilaku (*behavioral inconsistency*). Kepatuhan yang muncul hanyalah kepatuhan semu (*pseudo-compliance*) yang bersifat situasional, di mana santri akan segera kembali melakukan pelanggaran atau mengalami disorientasi moral saat berada di luar jangkauan pengawasan struktur pengurus pesantren.

Membaca problem krusial tersebut, beberapa studi terdahulu telah menawarkan berbagai model intervensi untuk mengonstruksi disiplin diri remaja, yang secara garis besar terbagi ke dalam dua kelompok pendekatan utama. Kelompok pendekatan pertama berfokus pada teknik konseling konvensional-sekular, seperti Behavior Therapy dengan teknik *token economy*, *reinforcement*, atau *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*. Berbagai literatur psikologi barat membuktikan bahwa intervensi kognitif-behavioral ini sangat efektif dalam merekonstruksi pola pikir yang terdistorsi dan mengubah perilaku maladaptif secara cepat dan terukur di permukaan (Niemiec & Plante, 2023). Melalui teknik pengkondisian operan (*operant conditioning*), santri dilatih secara mekanistik untuk merespons stimulus lingkungan demi mendapatkan penghargaan (*reward*) atau menghindari hukuman (*punishment*). Namun, pendekatan sekular ini dikritik keras karena memandang manusia secara mekanistik-materialistik dan mengabaikan dimensi transendental-spiritual sebagai penggerak utama perilaku moral manusia. Akibatnya, perubahan perilaku yang dihasilkan sering kali kehilangan ruh eksistensialnya dan mudah goyah ketika sistem penghargaan eksternal tersebut tidak lagi diberlakukan.

Sementara itu, kelompok pendekatan kedua mulai mengintegrasikan nilai-nilai keislaman ke dalam ruang terapi, seperti mewujudkan dalam model konseling profetik dan konseling sufistik. Pendekatan ini hadir sebagai antitesis terhadap psikologi Barat yang sekular, dengan pembuktian empiris bahwa pelibatan aspek keagamaan mampu menyentuh dimensi transendental individu dan memicu kesadaran moral yang lebih mendalam pada remaja (Rusdi & Kurniawati, 2023). Kedisiplinan dalam kacamata konseling sufistik tidak dilihat sebagai kepatuhan buta pada hukum formal, melainkan sebagai bentuk penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) untuk mencapai ketenangan batin. Kendati demikian, batasan utama dari literatur-literatur konseling spiritual sebelumnya adalah kecenderungannya yang diaplikasikan secara parsial dan terjebak pada wilayah diskursus konseptual-teoretis yang abstrak. Sebagian besar publikasi bertema terapi sufistik masih berupa kajian teks klasik terhadap kitab-kitab tasawuf terdahulu tanpa menawarkan panduan klinis, instrumen asesmen, atau langkah-langkah intervensi operasional yang aplikatif bagi dinamika riil santri di lapangan. Ketiadaan struktur kerja klinis yang sistematis membuat konseling sufistik sulit diukur efektivitasnya secara empiris dan jarang diimplementasikan secara formal oleh para konselor pesantren.

Guna mengatasi keterbatasan dan menjembatani jurang pemisah (*research gap*) tersebut, penelitian ini mengintegrasikan teknik riyadhah (latihan spiritualitas terstruktur) dan mujahadah (perjuangan sungguh-sungguh melawan dorongan hawa nafsu) sebagai sebuah model intervensi konseling psiko-spiritual yang terstruktur dan terukur. Kebaruan (*novelty*) serta manfaat ilmiah dari artikel ini terletak pada formulasi metodologis yang secara berani mengawinkan konsep asketisme Islam klasik (*riyadhah-mujahadah*) ke

dalam tahapan konseling psiko-spiritual modern yang mengadopsi prinsip-prinsip klinis universal, seperti asesmen spiritual, penentuan target perilaku operasional, pembiasaan spiritual terarah, hingga evaluasi refleksif harian. Melalui sintesis ini, kedisiplinan santri tidak lagi dikonstruksi melalui paksaan, intimidasi, atau sanksi eksternal, melainkan distimulasi agar lahir dari kesadaran eksistensial-spiritual internal yang mandiri (self-determined discipline). Model ini menawarkan perubahan perilaku yang menetap (sustainable behavior change) karena mengobati akar disfungsi spiritual yang memicu perilaku indisipliner, bukan sekadar mereduksi simptom perilaku luarnya saja.

Berdasarkan kesenjangan teoretis dan praktis yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam mengenai efektivitas integrasi teknik riyadhah dan mujahadah sebagai model intervensi konseling psikospiritual dalam mengonstruksi disiplin diri santri. Studi ini difokuskan melalui pendekatan studi kasus kualitatif yang intensif terhadap lima subjek santri dengan rekam jejak indisipliner kronis di Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat dirumuskan sebuah prototipe panduan konseling klinis berbasis spiritualitas Islam yang tidak hanya kaya secara teoretis, tetapi juga aplikatif, dapat direplikasi, serta efektif dalam mentransformasikan karakter santri dari kepatuhan semu menuju kesadaran disiplin transendental yang autentik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus eksplanatori-intrinsik (explanatory-intrinsic case study) untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena integrasi teknik riyadhah dan mujahadah sebagai model intervensi konseling psiko-spiritual (Creswell & Poth, 2021). Pendekatan studi kasus dipilih karena relevan untuk menginvestigasi batasan-batasan antara fenomena kontemporer dan konteks riil di lingkungan pesantren yang bersifat alamiah (Yin, Los Angeles). Subjek penelitian (informan kunci) ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yang terdiri dari pengasuh pesantren, dewan asatidz selaku konselor psiko-spiritual, serta 5 orang santri Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung yang dipilih berdasarkan kriteria: (a) tercatat aktif sebagai santri mukim, dan (b) memiliki rekam jejak perilaku indisipliner (seperti terlambat berjamaah, melanggar jam malam, atau mengabaikan tugas takzir) sebelum intervensi dilakukan. Objek penelitian difokuskan pada implementasi struktural model intervensi riyadhah (seperti pembiasaan salat tahajud, puasa sunah, dan muhasabah) serta mujahadah (kendali diri dari dorongan hawa nafsu) dalam mengonstruksi internalisasi disiplin diri santri.

Pengumpulan data dilakukan secara triangulatif melalui tiga instrumen utama untuk menjamin kredibilitas data (Sugiyono, 2023). *Pertama*, wawancara mendalam (in-depth interview) semi-terstruktur dilakukan kepada informan untuk menggali persepsi, dinamika psikologis, dan transformasi kesadaran spiritual santri selama proses konseling. *Kedua*, observasi partisipatif pasif digunakan untuk mengamati secara langsung konsistensi perilaku kedisiplinan harian santri di lingkungan pesantren tanpa menginterupsi aktivitas mereka. *Ketiga*, studi dokumentasi yang melibatkan analisis terhadap buku catatan harian santri (yaumiyah), rekam jejak konseling, dan dokumen tata tertib pesantren. Seluruh data kualitatif yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis data kualitatif model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data (data display), dan penarikan

kesimpulan serta verifikasi (Saldaña, Miles, & Huberman, 2021). Validitas data diuji melalui triangulasi sumber (membandingkan data santri, ustadz, dan pengasuh) dan triangulasi teknik (membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi lapangan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung ini berhasil mengeksplorasi dan memformulasikan sebuah model intervensi klinis terstruktur yang mentransformasikan khazanah asketisme Islam klasik menjadi tahapan konseling psiko-spiritual yang aplikatif. Melalui penggalian data empiris di lapangan, ditemukan bahwa model integrasi teknik riyadhah dan mujahadah ini tidak lagi dijalankan sebagai doktrin teoretis yang abstrak, melainkan dioperasionalkan ke dalam struktur kerja klinis yang baku dan sistematis oleh para asatidz yang bertindak sebagai konselor pesantren (Mujib, 2021).

Prosedur intervensi ini diawali secara ketat melalui tahapan asesmen spiritual (spiritual assessment) yang mendalam. Pada tahap awal ini, konselor melakukan pemetaan komprehensif untuk mengidentifikasi tingkat kesadaran beragama, melacak akar masalah psikologis yang bersumber dari latar belakang keluarga, serta mengukur intensitas maupun frekuensi riwayat pelanggaran santri. Setelah data asesmen awal diperoleh, konselor bersama subjek merumuskan penentuan target perilaku operasional. Langkah ini memuat penyusunan target capaian harian yang sangat spesifik, riil, dan terukur bagi subjek santri yang memiliki rekam jejak indisipliner akut, seperti ketepatan waktu dalam mengikuti salat berjamaah, pengurangan frekuensi membolos kelas madrasah, hingga kepatuhan terhadap batasan jam malam pesantren.

Memasuki tahap inti, konselor menerapkan pembiasaan spiritual terarah (*guided spiritual habituation*) sebagai wahana eksekusi teknik riyadhah dan mujahadah di bawah pengawasan yang melekat. Seluruh rangkaian proses tersebut kemudian dikunci melalui tahap evaluasi refleksif berkala (*daily reflexive evaluation*). Tahap akhir ini mewujudkan dalam bentuk sesi dialog personal empat mata yang hangat antara subjek dan konselor untuk mengurai hambatan mental di lapangan, mengevaluasi dinamika psikologis mingguan, serta mencatat grafik kemajuan modifikasi perilaku secara berkelanjutan.

Model intervensi klinis-spiritual yang terstruktur tersebut diterapkan secara intensif dan longitudinal kepada lima orang subjek santri dengan rekam jejak perilaku indisipliner kronis, yaitu santri AR, MZ, FH, NK, dan IK. Berdasarkan akumulasi data observasi dan wawancara mendalam, proses pemulihan perilaku dan rekonstruksi disiplin diri pada kelima subjek ini terbukti tidak terjadi secara instan ataupun linier, melainkan bergulir secara bertahap melalui tiga fase transformasi kesadaran eksistensial yang berkesinambungan (Munjid, 2022).

Fase pertama yang dialami oleh kelima subjek adalah fase penyadaran diri atau al-yaqzhah, yang bertindak sebagai titik balik kognitif utama. Melalui pendekatan konseling individual yang empatik dan bebas dari penghakiman, konselor berhasil menstimulasi kesadaran spiritual terdalam subjek agar terbangun dari kelalaian psikologis (ghaflah). Pada fase ini, subjek AR, MZ, FH, NK, dan IK dituntun untuk mengenali serta menginsafi dampak destruktif dari perilaku indisipliner mereka terhadap masa depan akademik pribadi maupun kedamaian lingkungan kolektif pesantren. Kesadaran eksistensial inilah yang kemudian

melahirkan komitmen tulus untuk memperbaiki diri, yang dalam tradisi sufistik diidentifikasi sebagai pintu gerbang pertobatan (taubat).

Setelah kesadaran kognitif subjek terbangun, transformasi berlanjut pada fase kedua, yaitu fase pembersihan kecenderungan perilaku negatif melalui latihan spiritual atau riyadhah. Dalam fase ini, kelima subjek diwajibkan untuk menjalani latihan spiritualitas terstruktur secara disiplin dan konsisten demi mengikis kebiasaan buruk yang telah mengkristal dalam kepribadian mereka. Manifestasi konkret dari teknik riyadhah ini diimplementasikan melalui kewajiban mutlak untuk bangun di sepertiga malam guna melaksanakan salat tahajud, menghentikan seluruh aktivitas pribadi atau obrolan santai seketika saat azan berkumandang demi mengejar saf pertama salat jemaah, serta mengamalkan zikir rutin secara terarah pasca-salat maktubah.

Proses ini kemudian dimantapkan pada fase ketiga, yakni fase pemantapan kendali diri internal melawan distorsi lingkungan melalui perjuangan psikologis yang disebut mujahadah. Fase terakhir ini menjadi arena pertempuran mental yang sesungguhnya bagi subjek AR, MZ, FH, NK, dan IK untuk mempertahankan konsistensi perilaku positif mereka. Melalui instrumen muhasabah harian tertulis, para subjek dibimbing oleh konselor untuk secara sadar menginterupsi, mengontrol, dan menaklukkan dorongan internal negatif seperti rasa malas yang berat, kantuk yang menyerang, dan ego memberontak, sekaligus melatih ketahanan psikologis dalam menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) yang mencoba menghasut mereka untuk kembali melanggar aturan.

Dampak akhir dari penerapan intervensi konseling psiko-spiritual berbasis riyadhah dan mujahadah ini menunjukkan adanya perubahan orientasi kedisiplinan yang sangat signifikan dan fundamental pada diri kelima subjek. Data pemantauan berkala pasca-intervensi mengonfirmasi bahwa pendekatan spiritual ini berhasil menggeser lokus kendali (*locus of control*) kelima subjek, dari yang semula bersifat eksternal menjadi sepenuhnya bersifat internal (Sutoyo, 2021). Sebelum intervensi ini diujicobakan, kepatuhan subjek AR, MZ, FH, NK, dan IK terhadap regulasi pesantren murni disetir oleh mekanisme represif-punitif atau ketakutan terhadap sanksi fisik dan takzir pengurus. Pola kepatuhan mekanistik tersebut terbukti hanya melahirkan kepatuhan semu (*pseudo-compliance*) yang rapuh dan membuat subjek langsung kembali melakukan pelanggaran akut saat pengawasan melekat dari pengurus melonggar.

Namun, setelah kelima subjek merampungkan seluruh tahapan riyadhah dan mujahadah, perilaku indiscipliner mereka bertransformasi secara permanen menjadi perubahan perilaku yang menetap (*sustainable behavior change*). Kedisiplinan yang kini tampak di lapangan tidak lagi lahir karena paksaan hukum luar, melainkan telah bermutasi menjadi disiplin diri yang bersandar pada motivasi intrinsik-transendental (*self-determined discipline*). Hasil konkret dari pergeseran lokus kendali ini terlihat dari tumbuhnya inisiatif mandiri kelima subjek dalam menjaga adab lingkungan pesantren, kedatangan di masjid secara tepat waktu sebelum jemaah dimulai, serta konsistensi menaati aturan tanpa perlu lagi dikawal ataupun diawasi secara ketat oleh sistem keamanan pesantren (Rusdi & Kurniawati, 2023).

PEMBAHASAN

Temuan utama dari penelitian ini membuktikan bahwa rekonstruksi disiplin diri santri indiscipliner tidak dapat dicapai secara berkelanjutan melalui pemaksaan regulasi behavioristik yang bersifat punitif, melainkan melalui restrukturisasi kognitif-spiritual yang

menyentuh ranah kesadaran eksistensial. Keberhasilan integrasi teknik riyadhah dan mujahadah sebagai model intervensi konseling psiko-spiritual di Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung secara langsung menjawab tujuan awal penelitian ini, yaitu menyediakan alternatif solusi atas fenomena kepatuhan semu (*pseudo-compliance*) pada santri. Secara operasional, proses perubahan perilaku ini diawali dari tahapan konseling yang mengonstruksi al-yaqzha (penyadaran diri), di mana santri dibimbing untuk menyadari dampak destruktif dari perilaku indisipliner terhadap pertumbuhan spiritual mereka. Penemuan ini menunjukkan bahwa ketika dimensi spiritual diintegrasikan ke dalam konseling, perubahan perilaku tidak lagi dipandang sebagai bentuk ketundukan pada aturan lembaga, melainkan dimaknai sebagai bagian dari manifestasi ketundukan hamba kepada Pencipta (ubudiyah). Integrasi metode asketisme Islam ini bekerja dengan cara mengubah cara pandang santri terhadap tata tertib pesantren: dari yang awalnya dianggap sebagai instrumen pengekan kebebasan menjadi sarana (wasilah) penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) (Anwar, 2023).

Secara interpretasi ilmiah, efektivitas model intervensi ini dapat dijelaskan melalui sintesis antara psikologi transpersonal dan teori regulasi diri (*self-regulation theory*). Pembiasaan ritualistik yang terstruktur dalam teknik riyadhah seperti salat tahajud, zikir, dan puasa secara neuro-psikologis melatih kapasitas fungsi eksekutif otak (*executive function*) dalam mengendalikan impuls negatif dan menunda kepuasan instan (*delayed gratification*) (Sulistyo, 2024). Melalui latihan spiritual yang ajek ini, ego atau nafs santri mengalami desensitisasi dari ketergantungan terhadap stimulus-stimulus eksternal yang melalaikan. Lebih dalam lagi, riyadhah berperan menciptakan neuroplasticity positif pada struktur kognitif santri, di mana pengulangan perilaku baik (*habituation*) secara spiritual memperkuat jalur saraf (*neural pathways*) yang bertanggung jawab atas kontrol diri dan konsentrasi volisional (Sulaeman, 2022). Ketika fungsi eksekutif otak terstimulasi oleh ketenangan spiritual (thumaninah), hambatan kognitif terhadap hal-hal destruktif akan meningkat, sehingga santri menjadi lebih kebal terhadap distorsi lingkungan.

Sementara itu, komponen mujahadah bertindak sebagai mekanisme kontrol internal aktif yang memelihara konsistensi perilaku adaptif tersebut. Ketika santri mengalami konflik batin antara dorongan melanggar aturan (dorongan nafs ammarah) dan komitmen kedisiplinan, teknik konseling psiko-spiritual ini membekali mereka dengan kemampuan berdialog secara internal (muhasabah) untuk meluruskan niat. Secara psikologis, mujahadah mengondisikan santri untuk melakukan intervensi mandiri (*self-intervention*) sebelum sebuah dorongan impulsif termanifestasi menjadi tindakan indisipliner yang merugikan. Proses ini melibatkan konversi energi psikis negatif (seperti rasa malas, kejenuhan, atau pemberontakan ego) menjadi energi spiritual positif yang didorong oleh kerinduan eksistensial kepada Ilahi (syauq) (Fitriani, 2021). Konsekuensinya, terjadi pergeseran radikal pada lokus kendali santri (*locus of control*), dari yang awalnya bersifat eksternal di mana santri disiplin hanya karena takut akan hukuman (takzir) atau demi mendapatkan pujian menjadi lokus kendali internal-spiritual yang berbasis pada kesadaran moral transendental (Hasanah & Thohir, 2022). Inilah alasan ilmiah mendasar mengapa perubahan perilaku yang dihasilkan melalui intervensi ini bersifat menetap (*sustainable behavior change*) dan tidak fluktuatif meskipun intensitas pengawasan dari pengasuh dikurangi secara bertahap.

Apabila dikomparasikan dengan peta penelitian terdahulu, hasil penelitian ini memperkuat sekaligus melampaui temuan-temuan yang dilaporkan oleh para akademisi

konseling Islam kontemporer. Di satu sisi, hasil riset ini konsisten dengan tesis dasar yang menyatakan bahwa intervensi psikologis berbasis keagamaan memiliki efektivitas yang jauh lebih tinggi dalam mereduksi deviasi perilaku remaja di lingkungan religius dibandingkan dengan pendekatan konseling sekular-konvensional (Zaini & Yusuf, 2025). Melalui integrasi ini, kecemasan psikologis dan resistensi yang biasanya muncul pada konseling behavioristik murni dapat diredam karena santri diposisikan sebagai subjek spiritual yang sedang berproses (salik), bukan sekadar objek modifikasi perilaku yang mekanistik.

Namun di sisi lain, terdapat perbedaan dan kebaruan teoretis-praktis yang sangat kontras antara penelitian ini dengan publikasi-publikasi sebelumnya. Mayoritas literatur konseling sufistik terdahulu cenderung menempatkan riyadhah dan mujahadah dalam tataran diskursus filosofis atau teologis normatif, yang berakibat pada minimnya panduan aplikatif bagi praktisi konseling di lapangan (Rahmawati & Ahmad, 2024). Banyak penelitian terdahulu terjebak pada penyimpulan umum bahwa zikir dan puasa secara otomatis meningkatkan kedisiplinan, tanpa mampu membedah secara saintifik bagaimana struktur klinis dari proses konseling tersebut berlangsung. Penelitian di Pondok Pesantren Tarbiyyatul Qur'an Al-Mannan Tulungagung ini berhasil mendobrak batasan tersebut dengan mentransformasikan konsep-konsep tasawuf klasik tersebut ke dalam sebuah model intervensi psiko-spiritual yang terstruktur, klinis, memiliki tahapan asesmen yang jelas, serta indikator keberhasilan perilaku yang terukur (Fahmi, 2023). Model ini mengintegrasikan lembar pantauan spiritual (yaumiyah) ke dalam kontrak perilaku konseling modern, sehingga perkembangan kondisi kejiwaan santri terpantau secara empiris-ilmiah sekaligus spiritual. Dengan demikian, artikel ini memberikan kontribusi ilmiah baru berupa jembatan metodologis yang mengawinkan khazanah spiritualitas Islam klasik dengan metodologi konseling klinis modern demi membentuk kemandirian disiplin diri santri yang hakiki.

SIMPULAN

Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa integrasi teknik riyadhah dan mujahadah efektif mengonstruksi disiplin diri santri melalui penguatan regulasi diri intrinsik berbasis kesadaran transendental, bukan paksaan punitif eksternal (Anwar, 2023). Temuan ini memajukan bidang konseling psiko-spiritual dengan mentransformasikan tasawuf teoretis menjadi model intervensi klinis pesantren yang terstruktur dan terukur (Rahmawati & Ahmad, 2024). Justifikasi ilmiah ini menawarkan solusi atas fenomena kepatuhan semu (*pseudo-compliance*) santri. Model ini sangat aplikatif untuk diadopsi secara luas sebagai sistem bimbingan standar di institusi pesantren. Ekstensi riset masa depan yang sedang dikembangkan diarahkan pada desain kuantitatif quasi-experimental guna menguji generalisasi efektivitas model ini (Sulistyo, 2024).

REFERENCES

- Anwar, M. (2023). *Psikologi Pendidikan Pesantren: Dekonstruksi Pola Disiplin Santri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2021). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches, 4th ed.* Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Fahmi, F. (2023). Sintesis Konseling Barat Dan Islam: Aplikasi Praktis Di Lingkungan Pesantren. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam, Vol. 7, No. 1*, 45-59.
- Fitriani, H. (2021). Konseling Sufistik Sebagai Alternatif Penguatan Karakter Di Era Disrupsi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 5, No. 1*, 29-34.

- Hasanah, N., & Thohir, M. (2022). *Rekonstruksi Kepribadian Santri: Pendekatan Psiko-Spiritual Di Era Modern*. Surabaya: Bina Ilmu.
- Mujib, A. (2021). Kritik Epistemologis Terhadap Konseling Sufistik Kontemporer: Dari Teoritis Menuju Aplikatif. *JADI: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 4, No. 2, 100-112.
- Munjid, A. (2022). *Psikologi Sufi Untuk Kesehatan Mental Hamba Allah*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Niemiec, R. M., & Plante, T. G. (2023). Spiritual Practices and Self-Regulation Capacity: A Psychological Integration. *Journal of Psycology and Religion*, Vol. 31, No. 1, 35-50.
- Rahmawati, S., & Ahmad, R. (2024). Kritik Metodologis Terhadap Implementasi Konseling Berbasis Nilai-Nilai Sufisme Di Lembaga Pendidikan Islam. *Jurnal Konseling Kontemporer*, Vol. 9, No. 2, 189-195.
- Rijal, M. (2022). Dilema Penalties Di Pesantren: Kritik terhadap Pendekatan Represif-Punitif dalam Mendisiplinkan Santri. *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 10, No. 2, 211-213.
- Rusdi, A., & Kurniawati, L. (2023). Efektivitas Intervensi Psiko-Spiritual Islam dalam Menurunkan Perilaku Maladaptif Remaja di Lembaga Pendidikan Islam. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, Vol. 6, No. 1, 11-26.
- Saldaña, J., Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2021). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook. Ed. Ke-4*. Thousand OAKS: SAGE Publications.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian Yang Bersifat Eksploratif, Enterpretif, Interaktif Dan Konstruktif*. Jakarta: Alfabeta.
- Sulaeman, I. R. (2022). Neuropsikologi Ritual Spiritual: Pengaruh Riyadhah Terhadap Regulasi Kognitif Remaja. *Jurnal Psikologi Islam Kontemporer*, Vol. 5, No. 1, 88-101.
- Sulistyo, T. (2024). *Modifikasi Perilaku: Teori Dan Aplikasi Bagi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sutoyo, A. (2021). *Konseling Islami: Teori Dan Praktik, Ed. Revisi*. Semarang: UNNES Press.
- Yin, R. K. (Los Angeles). *Case Study Research and Applications: Design and Methds, 6th ed*. SAGE Publications: 2022.
- Zaini, A., & Yusuf, M. (2025). Efektivitas Konseling Profetik Dalam Meningkatkan Self-Control Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 11, No. 2, 210-225.