

**MEDITASI ŻIKIR UNTUK MENINGKATKAN
KESEHATAN MENTAL PADA MANTAN PECANDU
NARKOBA DI PONDOK PESANTREN ASSTRESIYAH
DESA GARUAN KECAMATAN JUWANA**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memenuhi Gelar Sarjana Strata (SI)
Dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

MUHAMMAD ZUHRUFUL ALAM

NIM : 1430310013

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN
PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
2019**



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
KUDUS

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING

Kepada
Yth. Rektor IAIN Kudus
 Cq. Dekan Fakultas Ushuluddin
 di –
 Kudus

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Diberitahukan dengan hormat, bahwa skripsi saudara: **Muhammad Zuhruful Alam, NIM: 1430310013** dengan judul **“Meditasi Zikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Asstresiyah Desa Garuan Kecamatan Juwana”** pada Jurusan Ushuluddin program studi Tasawuf dan Psikoterapi. Setelah diteliti dan dikoreksi sesuai dengan aturan proses pembimbingan, maka skripsi dimaksud dapat disetujui untuk dimunaqosahkan.

Oleh karena itu, mohon dengan hormat agar naskah skripsi tersebut diterima dan diajukan dalam program munaqosah sesuai dengan jadwal yang direncanakan.

Demikian, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Kudus, 08 Oktober 2019

Dosen pembimbing

Dr. H. Zumrodi, M.Ag.
NIP. 1962060819933031001



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN**

Jl. Conge Ngembalrejo PO Box 51, Kudus 59322, Telp. (0291) 432677

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa
Skripsi saudara:

Nama : Muhammad Zuhruful Alam
NIM : 1430310013
Fakultas : Ushuluddin
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul : Meditasi Zikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental pada Mantan Pecandu Narkoba di Pondok Pesantren Asstresiyah Desa Garuan Kecamatan Juwana

Telah diujikan pada 23 Oktober 2019 dan dinyatakan lulus dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. Hj. Nur Mahmudah, MA</u> NIP. 197607032003122002 Penguji I/Ketua Sidang	1 / 11 / 2019	
<u>Abdul Karim, SS, MA</u> NIP. 197601282011011001 Penguji II/Utama	1 / 11 / 2019	
<u>Alfi Nikmah, M.Pd.I</u> NIP. 198306102019042016 Penguji III/Sekretaris Sidang	1 / 11 / 2019	
<u>Dr. H. Zumrodi, M.Ag</u> NIP. 196206081993031001 Dosen Pembimbing	1 / 11 / 2019	
<u>Dr. H. Masrukhin, S.Ag., M.Pd</u> NIP. 197203232000031001 Dekan Fakultas Ushuluddin	1 / 11 / 2019	

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, saya **Muhammad Zuhruful Alam NIM 1430310013** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini :

1. Seluruhnya merupakan karya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun; dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Kudus, 04 Oktober 2019

Yang Menyatakan,



Muhammad Zuhruful Alam

NIM : 1430310013

MOTTO

﴿ إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ﴾

“Sesungguhnya keadaan-Nya apabila Dia menghendaki sesuatu hanyalah berkata kepadanya: "Jadilah!" maka terjadilah ia (QS. Ya Sin : 82)”

“Sesungguhnya segala bentuk kesedihan, kepedihan, kesukaran, dan kesengsaraan yang Allah azza wa jalla bebaskan kepada para hamba-Nya yang beriman tiada sedikit pun bertujuan untuk menghancurkan-leburkan para hamba-Nya walaupun datang silih berganti, melainkan Allah azza wa jalla senantiasa akan mendatangi hati sanubari mereka dengan Cahaya Hikmah Allah SWT sebagai balasan dan jasa atas cinta dan ridho mereka bertuhankan Allah SWT.”

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah mengizinkan hamba-Nya ini berjalan di muka bumi, mengarungi lautan kehidupan dengan tuntunan kekasihnya yang mana hanya kepadanya saya bersholawat. Dengan izinmu ya Rabb-ku, kupersembahkan skripsi ini untuk:

1. Untuk Allah SWT yang sangat saya cintai lebih dari apapun, yang dengan ridlo-Nya saya bisa berjalan di bumi dan berkesempatan menimba ilmu di bangku perkuliahan.
2. Untuk sang pujaan hati seisi bumi, kekasih Allah Nabi Muhammad SAW yang kepadanya aku selalu bersholawat, yang karenanya saya bisa mengenal Islam.
3. Untuk Al-marhumah Ibu Suwarti dan kakak tercinta Amiqatul Mardhiyah (Al-marhumah) dan Siti Nur Hidayati yang tiada hentinya mendo'akan saya, mendukung setiap langkah saya. Tiada kata lebih indah selain nasihat dan tutur katamu, tiap doamu mengiringi langkahku, ridhomu dapat mewakili ridho Allah. Terimakasih kuucapkan sampai Akhir hayatku.
4. Dr. H. Zumrodi, M.Ag., selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan fikiran untuk melakukan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Mukti, M.Pd dan Ibu Retno, M.Pd., selaku pengurus Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Parang Garuda beserta staf pengajar sehingga penulis dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang perkuliahan. Semoga diberi kesehatan dan kemudahan untuk membantu masyarakat yang belum beruntung dalam kesetaraan pendidikan guna meraih cita-cita mulia mereka

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Transliterasi Arab-Latin berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Penddidikan RI Nomor 158/1987 dan 0543 b/U/1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama Latin	Huruf	Keterangan
أ	Alief	-	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	-
ت			-
ث	Sa'	S	S dengan titik di atasnya
ج	Jim	J	-
ح	Ha'	H	H dengan titik di bawahnya
خ	Kha'	Kh	-
د	Dal	D	-
ذ	Zal	Z	Z dengan titik di atasnya
ر	Ra'	R	-
ز	Za'	Z	-
س	Sin		-
ش	Syin		-
ص			S dengan titik di bawahnya
ض	Dad	D	d dengan titik di bawahnya
ط	Ta'	T	T dengan titik di bawahnya
ظ	Za'	Z	Z dengan titik di bawahnya
ع	'Ain	'	Koma terbalik di atasnya
غ	Gain	F	-
ف	Fa'	Q	-
ق	Qaf	K	-
ل	Lam	L	-
م	Mim	M	-
ن	Nun	N	-
و	Wawu	W	-
ه	Ha'	H	-
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya'	Y	-

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap termasuk anggota Syaddah, ditulis lengkap
أحمدية : ditulis *Ahmadiyyah*

C. Ta' Marbuthah dan Akhir Kata

1. Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia
جماعة ditulis *jama'ah*
2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain, ditulis t.
نعمة الله : ditulis *ni'matullah*
زكاة الطر :ditulis *zakatul-Fitri*

D. Vokal Pendek

Fatkah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dammah ditulis u

E. Vokal Panjang

1. a panjang ditulis a, i panjang ditulis i dan u panjang ditulis u, masing-masing dengan tanda (‘) di atasnya.
2. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof (‘)
أنتم : ditulis *a'antum*, مؤنث : ditulis *mu'annas*

F. Kata Sandang Alif+ Lam

1. Bila diikuti huruf Qamariyyah ditulis
القرآن : ditulis *al-Qur'an*
2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf i diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya
الشيعة : ditulis *asy-syi'ah*

G. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

H. Kata dalam Rangkaian Frase dan Kalimat

1. Ditulis kata perkata atau,
2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.
شيخ الإسلام : ditulis *syaiikh al-Islam* atau *syaukhul-Islam*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam saya haturkan ke pangkuan beliau Nabi agung kekasih Alam semesta Nabiullah Muhammad SAW.

Skripsi yang berjudul **“Meditasi Żikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Asstresiyah Desa Garuan Kecamatan Juwana”** ini telah disusun dengan sungguh-sungguh sehingga memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana Strata 1 (satu) ilmu Tasawuf dan Psikoterapi di IAIN Kudus.

Penulis dalam menyusun skripsi ini banyak mendapat bimbingan dan dukungan dan saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini bisa terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H. Mundakir, M.Ag selaku Rektor IAIN Kudus yang telah merestui pembahasan dan penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Dr. H. Masrukin, S.Ag., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ushuluddin IAIN Kudus yang telah memberikan bimbingan dan persetujuan dalam penulisan skripsi ini.
3. Dr. H. Zumrodi, M.Ag., selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan fikiran untuk melakukan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Anisa Listiana M.Ag selaku kepala Perpustakaan IAIN Kudus yang telah memberikan izin dan memberikan layanan perpustakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi.
5. Para Dosen/Staf pengajar di lingkungan IAIN Kudus yang membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Kiai Fatkhur Rahman Thoyib (Mbah Sarimbit) sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, mudah-mudahan Allah SWT memberikan kesehatan, kelimpahan rizki serta kemudahan dalam mendidik dan merawat para santri.

7. Semua sahabat dan teman-temanku Ushuluddin 2014 yang selalu bersama, tempat berbagi dalam suka dan duka serta dukungan dan kebersamaan kita selama ini.
8. Semua pihak yang telah membantu, dalam proses penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kemajuan dan kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi yang penulis buat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya. Amin.

Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Kudus, 04 Oktober 2019

Penulis



Muhammad Zuhruful Alam

NIM : 1430310013