

Peran Muhasabah dalam Meningkatkan Prestasi Belajar (Studi Kasus Santri Pondok Pesantren Darul Hikmah Cisauk Tangerang Banten)

Ninda Nurhasanah¹, Alfadhli²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah

E-mail: ninda.nurhasanah@mhs.uinjkt.ac.id¹, al.fadhli@uinjkt.ac.id²

Article History:

Received: 22 Agustus 2023

Revised: 26 Agustus 2023

Accepted: 27 Agustus 2023

Keywords: *Muhasabah, Santri, Prestasi Belajar, Pondok Pesantren Darul Hikmah*

Abstract: *Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Hikmah. Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana peran muhasabah santri Pondok Pesantren Darul Hikmah dalam meningkatkan prestasinya. Penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research) adapun pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif yaitu data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata, gambar, bukan angka-angka. Sumber data dalam penelitian ini yaitu data primer dari hasil wawancara, observasi, data sekunder dari buku-buku serta jurnal yang berkaitan dengan judul penelitian ini. Hasil penelitian menyatakan bahwa seluruh santri memahami urgensi muhasabah dan melaksanakannya termasuk dalam proses peningkatan prestasi belajarnya. Teknik pelaksanaannya yaitu dengan cara menyendiri dan berbagi dengan teman sebaya. Adapun waktu pelaksanaannya bervariasi yaitu setiap hari menjelang tidur, seminggu dua kali dan adapula yang melakukannya sebulan sekali. Terapi muhasabah yang dilakukan santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah hanya berpengaruh terhadap sebagian santri dalam peningkatan prestasi belajarnya, sementara bagi yang lain muhasabah yang mereka lakukan berpengaruh terhadap tingkah laku atau sikap kesehariannya.*

PENDAHULUAN

Setiap manusia yang lahir ke dunia ini diciptakan dengan potensi yang sangat luar biasa. Dengan potensi tersebutlah seseorang dapat menjadi manusia yang bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Namun untuk mempunyai potensi yang sangat luar biasa seseorang harus menggali lebih dalam lagi potensi yang terdapat dalam dirinya, hal ini dilakukan dengan berbagai cara salah satunya yaitu dengan belajar.

Belajar adalah kegiatan dalam rangka menuntut ilmu dilembaga formal atau nonformal. Belajar merupakan sebuah kebutuhan bagi setiap individu khususnya bagi seorang pelajar. Dengan belajar, siswa akan memahami dan menguasai suatu keilmuan tertentu. Menurut Crow belajar adalah kebiasaan-kebiasaan, ilmu dan pengalaman yang dapat meningkatkan kualitas atau mutu

seorang individu. dimana dengan adanya proses belajar akan menambah pengetahuan dalam berbagai bidang ilmu.

Sejalan dengan pengertian belajar, tujuan umum dari belajar adalah untuk memberikan perubahan dalam aspek perilaku siswayang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Dimana siswa dituntut untuk memperoleh perubahan-perubahan sebagai prinsip utama dalam belajar. Dengan belajar seseorang dapat memberikan manfaat bagi individu dan juga bagi masyarakat. Sehingga dengan adanya kemampuan yang terbentuk dari belajar, seseorang dapat membedakan jenisnya dari jenis-jenis makhluk yang lain dan dapat mencapai atau memperoleh pengetahuan yang sangat luar biasa serta sesuai dengan tingkat kecerdasan intelektual yang dimilikinya.

Islam mengajarkan umatnya untuk terus belajar selagi masih ada kesempatan dan sebelum jasad bersatu dengan tanah. Islam tidak saja mencukupkan pada anjuran supaya belajar bahkan menghendaki supaya seseorang itu terus melakukan pembahasan, *research* (penelitian) dan studi. Sebagaimana pepatah Abu Sofyan, “*Seseorang akan tetap pandai selama dia menuntut ilmu. Namun jika dia menganggap dirinya telah berilmu (cepat puas) maka berarti dirinya bodoh.*” Persoalannya yang muncul kemudian adalah bagaimana seseorang mengembangkankesadarannya dalam belajar sehingga mempunyai kemauan untuk belajar dan mencapai prestasinya. Karena Seseorang yang sadar akan potensi dan kewajiban dalam dirinya pasti mempunyai kesadaran untuk mengembangkannya.

Sebagaimana yang terjadi pada santri di Pondok Pesantren Darul Hikmah yang masih belum bisa dalam mendisiplinkan waktu belajarnya dan kurangnya minat dalam belajar. Pondok pesantren ini adalah suatu lembaga pendidikan yang menyediakan asrama untuk tempat bermukim santri-santrinya baik yang dekat maupun yang jauh. Karena di Pondok Pesantren Darul Hikmah mewajibkan kepada santrinya untuk tetap tinggal di asrama. Karena kurangnya kesadaran mereka dalam membagi waktu dan juga kemauan dalam minat belajar menjadi faktor penghambat akan prestasinya. Santri di Pondok Pesantren Darul Hikmah ini juga lebih mengutamakan kepada kitab-kitab pondok dari pelajaran-pelajaran umum, jadi antara pelajaran yang di pelajari di pondok dan di sekolah mereka beda-beda. Padahal dengan menyeimbangkan kedua-duanya dapat membantu nilai dan prestasinya. Banyak hal ataupun cara untuk menumbuhkan kesadaran belajar sehingga dapat meningkatkan prestasi belajarnya salah satunya yaitu dengan cara muhasabah (introspeksi diri).

Muhasabah berasal dari kata *hasaba-yuhasibu* atau *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang artinya menghitung. Secara istilah *Muhasabah* merupakan suatu aktivitas untuk diri sendiri yakni dengan mengintrospeksi. Muhasabah dapat di artikan sebagai perenungan diri untuk menghitung apa yang telah dilakukan sebelum Allah SWT menghisab amal seseorang pada hari pembalasan, merenung, melakukan introspeksi, mawas diri kemudian melakukan perbaikan dan peningkatan prestasi semaksimal mungkin.

Peran muhasabah di Pondok Pesantren Darul Hikmah ini juga diiringi dengan zikir-zikir dan sholat malam yang mereka percayai dan bertujuan untuk memberikan peningkatan di dalam belajar dan juga prestasinya. Dalam wawancara yang dilakukan kepada santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah mereka meyakini dan percaya bahwa setelah berintrospeksi itu memberikan pengaruh yang baik terhadap tingkah laku maupun dalam peningkatan hasil belajarnya. Bentuk muhasabah yang dilakukan mereka bermacam-macam ada yang sebulan sekali, seminggu sekali, dua minggu sekali bahkan ada yang setiap hari dengan menyepikan diri atau menyendiri, merenungi perbuatan yang lalu dan bertekad agar supaya hari esok jauh lebih baik dari sebelumnya.

Dari latar belakang di atas, peneliti ingin mengkaji masalah tersebut lebih dalam dengan menggunakan terapi *muhasabah* agar dapat memberikan kesadaran dalam kemauan untuk belajar sehingga dapat meningkatkan prestasi belajarnya. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti mengambil judul “Peran Muhasabah dalam Meningkatkan Prestasi Belajar”.

Penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), adapun pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif yaitu data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata, gambar bukan angka-angka. Menurut Bogdan dan Taylor, sebagaimana yang dikutip oleh Lexy J. Moleong, penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Sementara itu, penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun rekayasa manusia.

Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk memperoleh informasi-informasi mengenai keadaan yang ada pada saat ini dan tidak menguji hipotesa atau tidak menggunakan hipotesa melainkan hanya mendeskripsikan informasi apa adanya sesuai dengan variabel-variabel yang diteliti.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapat gambaran dan informasi yang lebih jelas, lengkap, serta memungkinkan dan mudah bagi peneliti untuk melakukan penelitian. Oleh karena itu penulis menetapkan lokasi penelitian adalah tempat di mana penelitian akan dilakukan. Dalam hal ini lokasi penelitian terletak di Pondok Pesantren Darul Hikmah yang terletak di Cisauk, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten. Adapun waktu penelitian yang dilakukan yaitu dari bulan September 2021-Januari 2022.

Sumber data dalam penelitian adalah subyek dari mana data dapat diperoleh. Apabila menggunakan wawancara dalam mengumpulkan datanya maka sumber datanya disebut informan, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan baik secara tertulis maupun lisan. Apabila menggunakan observasi maka sumber datanya adalah berupa benda, gerak, atau proses sesuatu. Apabila menggunakan dokumentasi, maka dokumen atau catatanlah yang menjadi sumber datanya.

Dalam penelitian ini sumber data primer diperoleh dari wawancara dengan para informan atau para santri yang melakukan terapi muhasabah dan merasakan perubahan pada prestasinya. Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini berupa data profil Pondok Pesantren Darul Hikmah, serta foto-foto kegiatan belajar santri di Pondok Pesantren Darul Hikmah. Kajian penelitian ini difokuskan pada pelaksanaan terapi muhasabah dalam meningkatkan prestasi belajar santri yang meliputi materi yang diajarkan, metode yang digunakan dalam pembelajaran agama Islam, dan teknik penilaian yang dilakukan.

Dalam observasi secara langsung ini, peneliti selain berlaku sebagai pengamat penuh yang dapat melakukan pengamatan terhadap gejala atau proses yang terjadi di dalam situasi yang sebenarnya yang langsung diamati oleh observer, juga sebagai pemeran serta atau partisipan yang ikut melaksanakan proses terapi Muhasabah dalam meningkatkan prestasi belajar di Pondok Pesantren Darul Hikmah. Observasi langsung ini dilakukan peneliti untuk mengoptimalkan data mengenai pelaksanaan proses terapi Muhasabah

Terkait tema penelitian, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang pernah dilakukan seperti Ika Atmala Sari, *Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Kesadaran Belajar Remaja (Studi Kasus pada Salah Satu Remaja di Kelurahan Watulea Buton Tengah Sulawesi Tenggara)*. Fuad Helmi, *Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan antara Kegiatan Muhasabah dalam Meminimalisir Seks Bebas pada Mahasiswa di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota*

Semarang). Syahrul Ramadhana, *Muhasabah Upaya Internal Audit dalam Pencegahan Salah Gaji Material atas Laporan Keuangan (Studi pada Inspektorat Kota Makassar)*. Ummu Aiman, *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Psikologi Semester VI (enam) yang akan Menghadapi Skripsi*. Alfiya Laili Afiyatin, *Muhasabah Sebagai Metode dalam Meningkatkan Motivasi Belajar (Studi Deskriptif Mahasiswa Jurusan Psikoterapi Angkatan 2015 di Universitas Islam Negeri Sunan gunung Djati Bandung)*. Dari beberapa penelitian di atas, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik membahas tema tentang peran muhasabah dalam meningkatkan prestasi belajar di Pondok Pesantren Darul Hikmah. Dalam perspektif inilah kemudian penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Muhasabah dalam Perspektif Islam

Muhasabah berasal dari kata *hasaba-yuhasibu* atau *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang artinya menghitung. Muhasabah adalah sebuah aktifitas untuk diri sendiri yaitu dengan introspeksi. Muhasabah dapat diartikan sebagai refleksi diri untuk memastikan bagaimana seseorang menghitung apa yang telah dikerjakan sebelum Allah SWT menghitung perbuatannya di kemudian hari. Merenungkan, melakukan perbaikan buat peningkatan prestasi yang paling maksimal. Imam Al-Ghazali menyatakan bahwa muhasabah adalah memerinci perbuatan seseorang yang telah lalu dan yang akan datang.

Abu al-Harist al-Muhasibi dalam *al-Ri'ayah li Huquq Allah* mengatakan terdapat dua pengertian tentang muhasabah pertama yaitu *muhasabah fi mustaqbal al- 'amal*⁶ artinya muhasabah yang dilakukan sebelum melakukan pekerjaan yaitu memandang atau menetapkan hal, untuk melihat sesuatu yang membahayakan dan sesuatu yang memberikan manfaat. Maka dia meninggalkan yang membahayakannya dan mengerjakan sesuatu yang bermanfaat atasnya. Maksudnya adalah ketika seseorang akan melaksanakan muhasabah ia merenung ketika pertama kali muncul keinginan untuk melakukan sesuatu tidak terburu-buru sampai ada kejelasan baginya apakah mengerjakannya lebih baik dari meninggalkannya. Keduamuhasabah *fi mustadbir al- 'amal* artinya muhasabah yang dilakukan setelah melakukan pekerjaan ialah *fiil madhi* maksudnya adalah ketika seseorang melakukan sesuatu maka dilakukan muhasabah juga setelah melakukannya apakah terdapat perubahan ke yang lebih baik atau tidak. Dalam surat al-Hasyr ayat 18 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ، وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ
وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat) dan bertakwalah kepada Allah sesungguhnya Allah maha mengetahui apa yang kamu kerjakan. Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada diri mereka sendiri, mereka itulah orang-orang yang fasik. (QS. Al-Hasyr: 18)

Qatadah dan Ibn Juraij menjelaskan bahwa *ma qaddamat lighod* dapat diartikan dengan hari kiamat, dan dia tidak mengatakan dalam hal ini sesuatu yang akan terjadi, sesungguhnya ia melihat terhadap suatu pekerjaan yang telah lampau, untuk memberikan ampun dari dosa-dosa seseorang yang telah lalu dari yang dilakukannya.

Hal yang tersirat dari muhasabah diri yaitu salah satu cara untuk mengolah diri, membentuk dan membersihkan. Muhasabah biasanya dilakukan di kalangan sufi, seorang sufi harus secara konsisten mendedikasikan dan mengarahkan fokusnya pada dirinya sendiri kapan pun dan dalam

demonstrasi apa pun. Dia harus berhati-hati dalam melihat sepanjang waktu pada dirinya sendiri dalam segala hal yang mungkin dia lakukan, baik dalam masalah keduniawian maupun kualitas internal, para sufi umumnya memperbaiki diri atau mengendalikan diri, akan terlihat setiap saat kepadanya aktivitas apa yang dia lakukan. sedang mengerjakan. Lebih jauh lagi ia tidak akan mencoba melakukan hal jahat sedikit pun (al-Jazair, 1991:40). Keutamaan muhasabah mencakup hal-hal berikut:

1. Analisis diri (Muhasabah) dapat menarik kekaguman dan pertolongan Allah
2. Memberdayakan seseorang untuk mengembangkan kepercayaan diri dan dedikasinya, menang dalam melakukan pelajaran Islam dan mencapai kedekatan dengan Allah dan kebahagiaan abadi.
3. Refleksi atau Muhasabah dapat membuka jalan bagi ketenangan dan keselarasan yang mendalam dan lebih jauh lagi membuat seseorang takut kepada Allah dan siksaan-Nya. Refleksi juga dapat membangkitkan harmoni dan ketakutan dalam hati manusia.
4. Muhasabah dapat menjaga seorang pekerja agar tidak terjerumus ke dalam kehampaan kesedihan dan keangkuhan atau ujub cinta, dan menjadikannya terlindungi di hari esok.

Dampak dan Manfaat Muhasabah

1. Mengetahui rasa malu diri sendiri.
2. Merendahkan dirinya sendiri dalam memenuhi kebebasan (hak) Allah.
3. Membantu seseorang untuk muraqabah
4. Mengembangkan hubungan antar manusia. Refleksi dan penyesuaian diri adalah kesempatan untuk memperbaiki jeda yang terjadi di antara orang-orang.
5. Membantu membebaskan diri dari paham pietisme, selalu menilai diri sendiri dan kemudian merevisi perbuatan yang telah dilakukan adalah salah satu alasan yang dapat memisahkan diri dari penipuan.
6. Membantu menghilangkan pintu kehinaan dan membuka pertolongan Allah bagi seseorang.

Naik turunnya prestasi belajar seorang santri merupakan reaksi yang wajar ketika seseorang mendapatkan stimulus dari lingkungannya atau dari dirinya sendiri, itulah alasan mengapa naik turunnya prestasi itu dianggap sebagai hal yang wajar bagi santri. Jika hal itu tidak dapat dikendalikan dengan baik, maka santri tidak akan terbiasa dalam mengontrol dirinya. Tidak terlepas dari apapun yang telah dilakukan, santri akan mendapatkan imbalannya, baik ketika mengalami prestasi yang meningkat atau prestasi yang sedang menurun. Untuk mengontrol prestasi tersebut agar dapat diketahui kualitasnya dan dirasakan dampaknya, tentunya setiap individu memiliki cara sendiri-sendiri, ada yang curhat dengan teman sebayanya, ada yang berdiam diri di tempat yang sepi, ada juga yang menangis di waktu usai melaksanakan sholat. Itu semua tidak ada yang salah dalam hal mengontrol diri, teknik-teknik tersebut terangkum dalam ajaran tasawuf yang disebut dengan muhasabah atau evaluasi diri.

Berdasarkan hasil wawancara dalam penelitian, santri memaparkan beberapa metode yang dilakukan pada saat muhasabah atau evaluasi diri. Metode-metode tersebut yaitu: Berdasarkan Metode dalam Penerapan Muhasabah dengan menyendiri. Menyendiri merupakan salah satu metode dalam melakukan muhasabah. Menyendiri merupakan waktu yang tepat bagi seseorang untuk memikirkan tentang dirinya sendiri secara leluasa, dan menyendiri ini biasanya dilakukan oleh orang-orang yang memiliki kepribadian introvert atau tertutup.

Menyendiri juga disebut dengan *tafakkur diri*. Seseorang yang meluangkan waktunya untuk jujur terhadap diri sendiri akan mengetahui apa yang sekiranya akan Allah ketahui tentangnya. Hal ini berdampak ketika seseorang mendapat pujian mereka tidak terlalu berbangga diri dan ketika mendapatkan cacian tidak merasa sakit hati. Dengan kata lain apapun

yang akan di dapatkan maka harus tetap disyukuri.

Bagi santri yang suka menyendiri, tidak jarang mendapatkan pandangan yang aneh dari teman-temannya. Akan tetapi hal ini tidak menjadi alasan mereka untuk merasa berbeda. Mereka beranggapan bahwa menyendiri merupakan potensi untuk mengetahui kekurangan dan kesalahan yang harus diperbaiki. Jika yang diperoleh adalah kelebihan maka bagaimana cara yang harus mereka lakukan untuk mempertahankan dan jika yang diperoleh adalah kekurangan maka bagaimana cara yang harus mereka lakukan untuk memperbaiki

Saat menyendiri, santri tidak hanya berdiam dan melamun, tetapi mereka melakukan beberapa tahapan yang harus dilalui yaitu: *Pertama*, bertanya kepada diri sendiri tentang kerugian apa saja yang telah diperoleh. Dalam tahap ini santri tertuntut untuk menelaah secara mendalam mengapa kerugian ini bisa berpotensi untuk diterima, apakah ada aspek yang diabaikan atau bahkan tidak diketahui bahwa aspek tersebut penting untuk diambil. *Kedua*, setelah mengetahui sesuatu yang kurang tepat, maka langkah selanjutnya adalah mencari solusi. Jika sebuah masalah diterima oleh seseorang, maka seseorang yang lebih mengetahui solusinya adalah dirinya sendiri. Orang lain memang bisa berkontribusi dalam memberikan saran atau masukan, akan tetapi yang menentukan solusi itu dilakukan atau tidak adalah diri sendiri.

Kemudian yang selain dengan menyendiri yaitu dengan Berbagi kepada teman sebaya karena setiap manusia harus mempunyai cermin atas dirinya, termasuk ketika menjadi santri. Santriwan santriwati sebagai makhluk sosial tentunya memiliki lingkungan dan unsur-unsurnya yang mampu dijadikan cermin atas dirinya. Adapun cermin dari santri adalah teman sebaya mereka sendiri. Ada banyak peristiwa dalam perjalanan menjadi santri yang dapat membuat seseorang menjadi sadar akan kelemahan dan kekuatannya. Lemah ketika santri merasa tidak memiliki keberuntungan untuk mendapatkan suatu hasil yang maksimal, sedangkan orang lain bisa. Kuat ketika santri mendapatkan hasil yang lebih baik dari temannya. Santri yang telah mengalami hal itu memiliki kesadaran bahwa berbagai peristiwa yang dialami merupakan pengalaman hidup yang berharga yang perlu direnungkan dan dijadikan pelajaran untuk terus mengembangkan pribadi positif yang ada dalam dirinya dan kemudian mengembangkan prestasinya.

B. Prestasi Belajar

Prestasi adalah tanda signifikan dari hasil yang didapat selama pelatihan. Bila ditinjau dari istilah atau struktur kalimat yang tepat seperti yang ditunjukkan oleh referensi Kata Besar Bahasa Indonesia, prestasi dapat diartikan sebagai hasil yang dicapai. Prestasi adalah hasil yang telah dicapai oleh seseorang dalam menyelesaikan latihan. Menurut Maghfiroh, prestasi adalah suatu pengaturan tugas yang memungkinkan prestasi individu dinilai dengan standar lahir dan batin, termasuk orang untuk terampil dengan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa prestasi adalah hasil yang telah dicapai dari suatu pekerjaan yang telah dilakukan dan dibuat baik secara tersendiri maupun berkelompok sebagai informasi dan kemampuan.

Belajar adalah perubahan perilaku yang berlangsung cukup lama yang terjadi karena pertemuan sebelumnya atau daripembelajaran yang disengaja/diatur. Pengalaman diperoleh oleh orang-orang dalam kolaborasi mereka dengan iklim, baik yang spontan maupun yang diatur, yang secara umum membawa perubahan yang bertahan lama. Dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja dalam keadaan sadar untuk memperoleh gagasan, pemahaman, atau informasi lain guna memperhitungkan perubahan yang agak lama dalam berperilaku baik dalam penalaran, perasaan, maupun dalam bertindak. yang ada pada individu.

Prestasi belajar adalah gabungan dari dua kata, lebih spesifik "prestasi" dan "belajar" dalam setiap kata ini memiliki arti penting tersendiri. Dalam referensi Kata Besar Bahasa Indonesia, prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari apa yang telah dilakukan, dilakukan, dll). Prestasi dapat diartikan sebagai hasil yang didapat dari latihan-latihan pembelajaran yang telah diselesaikan. Kata berprestasi berasal dari bahasa Belanda, khususnya Prestasi, kemudian dalam bahasa Indonesia menjadi Accomplishment yang mengandung arti akibat usaha. Istilah belajar (prestasi) tidak sama dengan hasil belajar (learning result). Prestasi belajar sebagian besar terkait dengan bagian-bagian informasi, sedangkan hasil belajar mencakup bagian-bagian yang membentuk kepribadian siswa.

Jadi prestasi belajar adalah akibat dari suatu tindakan belajar yang disertai dengan perubahan-perubahan yang dilakukan oleh seorang individu (peserta didik) yang dikomunikasikan dalam bentuk gambar, angka, huruf dan kalimat sebagai perbandingan tingkat ketuntasan belajar siswa dengan norma-norma yang telah ditetapkan sebelumnya dan menjadi kesempurnaan bagi siswa baik dalam pemikiran

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, lebih tepatnya faktor batiniah adalah faktor-faktor yang berasal dari siswa seperti unsur fisiologis (kesejahteraan dan kondisi tubuh), mental (minat, bakat pengetahuan, perasaan, kelelahan dan strategi belajar). Sedangkan unsur luar adalah faktor yang berasal dari luar siswa yang sebenarnya yang dipengaruhi oleh iklim keluarga, iklim sekolah, iklim lingkungan setempat dan habitat bersama. Slameto juga berpendapat bahwa salah satu faktor pendukung dari iklim keluarga adalah pola asuh (cara wali mengajar). Cara wali mengajar anak-anak mereka akan mempengaruhi pembelajaran mereka.

C. Profil Pondok Pesantren Darul Hikmah

Pondok Pesantren Darul Hikmah terletak di Cisauk, Kabupaten Tangerang Provinsi Banten. Didirikan pada tahun 2001, dengan kode wilayah 15341. Pondok Pesantren Darul Hikmah ini adalah pesantren satu-satunya yang ada di Kecamatan Cisauk, Kabupaten Tangerang Provinsi Banten dengan luas 5.895 Ha. Batas wilayahnya adalah sebelah Utara dibatasi oleh Kampung Situgadung, sebelah Selatan dibatasi dengan Kampung Dangdang dan Kampung Suradita, sebelah barat dibatasi oleh Kampung Kadusirung, sebelah Timur berbatasan dengan Kampung Cibogo dan Kampung Suradita. Secara geografis wilayah Cisauk terbentang dari utara ke selatan dengan bentangan ± 484.748 Ha yang diapit oleh dua jalan umum yaitu Jl. Raya Lapan dan Jl. Raya Legok dengan jumlah penduduk ± 14.259 jiwa

Pada tahun 1990 Ir. H. M. Rifa'i sebagai seorang ahli dalam bidang keuangan dan bisnis yang berdomisili di wilayah Tangerang mendirikan rumah dengan bentuk Joglo belakangan rumah ini dikenal dengan nama Joglo. Rumah Joglo ini didirikan untuk berbagai macam kegiatan seperti pengajian, majlis ta'lim dan pembinaan kepemudaan. Pada tahun 2000, H. M. Rifa'i meminta Hasyim Purnama dan Nuruddin untuk memeriksa sekolah yang ada di Cisauk yaitu Ruhul Bayan. Kemudian H.M. Rifa'i juga meminta Hasyim Purnama dan Nuruddin untuk menemui H. Madsoleh yang pada saat itu adalah lurah di Cisauk. H. Madsoleh mengajak keduanya Hasyim Purnama dan Nuruddin ke sebuah rumah yang tidak jauh dari sekolah Ruhul Bayan, rumah tersebut adalah joglo yang dulunya merupakan pesantren yang dibimbing oleh Habib Abdullah dari Yogyakarta.

Kemudian H. M. Rifa'i memberikan tugas kepada Hasyim Purnama dan Nuruddin untuk melanjutkan joglo sebagai pesantren. Kemudian Hasyim Purnama dan Nuruddin melakukan studi banding ke pesantren-pesantren lain yang ada di Bogor, Tangerang dan Banten. Demi keabsahan suatu pesantren, maka H. M. Rifa'i meminta H. Madsoleh, Hasyim Purnama dan Nuruddin untuk membina suatu yayasan. Kemudian Hasyim Purnama dan Nuruddin menyatukan Muhandis

Natadiwiryana dengan H. M. Rifa'i yang memberikan nama Tarbiyah Darul Hikmah. Tarbiyah Darul Hikmah pada awalnya adalah perpanjangan tangan dari kegiatan Ruhul Bayan, setelah beberapa pertemuan dan melihat dari pesantren-pesantren lain, Pondok Pesantren Darul Hikmah dibawah bimbingan Tarbiyah Darul Hikmah dengan penyelenggara: H.M. Rifa'i, H. Madsoleh, H. Muhandis Natadiwiryana, Hasyim Purnama dan Nuruddin.

Sesuai dengan undang-undang pembentukan No. 16 tahun 2001, para penyelenggara akhirnya berkumpul menjadi pengurus Tarbiyah Darul Hikmah pembentukannya pada tanggal 18 Desember 2004 menghadap kepada Ibu Amien Ru'ati dan sesuai ditentukan dalam akta akuntan public Ny. Amien Ru'ati nomor: 65/NOT.AR/IV/2005 tanggal 06 April 2010 dan tambahan lembaran Negara Republik Indonesia tanggal 09 Februari 2007 nomor 12, yang pada saat itu tanggung jawab atas tanah dan bangunan joglo adalah wakaf dari H. Madsoleh bin Adas yang kemudian diberikan kepada Tarbiyah Darul Hikmah.

Di Pondok Pesantren Darul Hikmah terdapat kegiatan-kegiatan yang berorientasi pada peningkatan spiritualitas santri seperti shalat hajat dan setelahnyamembaca surat al-kahfi yang rutin dilaksanakan pada malam jum'at, dzikir tiap sore membaca istighotsah dan al-matsurat sankhusus untuk hari jum'at sore membaca dzikir Ratib al-Haddad, kemudian sebulan sekali ada kegiatan dzikir yang dinamakan dzikir akbar yang setelahnya ada arahan atau ceramah dari asatidz dan salah satu pembahasannya adalah membahastentang Muhasabah.

Informan dalam penelitian ini adalah santri kelas 6 akhir di Pondok Pesantren Darul Hikmah. Santri kelas 6 ini dijadikan informan karena mereka adalah santri akhir yang sudah genap 6 tahun tinggal di Pondok pesantren Darul Hikmah dan tentunya mereka sudah merasakan naik turunnya hasil belajar. Informan yang terpilih dalam penelitian ini adalah 30 santri yang terdiri dari 20 santri perempuan dan 10 santri laki-laki. Di samping itu santri kelas 6 juga ini telah mempelajari beberapa kitab tasawuf seperti *Kifayat al-Atqiya* karya Sayyid Bakrul Makky bin Sayyid Muhammad Satho Al-Dimyati, *al-Hikam* karya Ibn Athaillah, dan *Ihya Ulum al-Din* karya Al-Ghazali.

Kitab-kitab ini dipelajari dengan sistem kelas dimana kitab dan materi yang disampaikan ustadz dan ustadzahnya berbeda-beda di tiap-tiap kelas, jadwal belajar kitabnya adalah ketika sore hari dan malam hari, sore hari jadwalnya di hari selasa, kamis dan ahad sedangkan malam hari di malam selasa, malam kamis dan malam sabtu. Kitab *Kifayat al- Atqiya* dipelajari di kelas 4, kitab *Al-Hikam* dipelajari di kelas 5 dan 6, kitab *ihya Ulum Al-Din* juga dipelajari di kelas 5 dan 6. Selain kitab-kitab tersebut di Pondok Pesantren Darul Hikmah juga belajar kitab- kitab yang menunjang kemampuan bahasa Arab seperti *Jurumiyyah*, *Imriti*, dan *Alfiyyah Ibn Malik*.

Sebelum melakukan proses muhasabah para santri belum menyadari tentang arti pentingnya muhasabah dalam kehidupan mereka, dan mereka belum bisa medisiplinkan waktu dengan baik, dan belum mampu untuk mengendalikan diri mereka sendiri. Seperti ketika mereka sedang dihadapkan dengan ujian-ujian sekolah dan pondok, mereka giat belajar hingga larut malam yang pada akhirnya membuat kondisi tubuh.

D. Praktek Muhasabah Santri Pondok Pesantren Darul Hikmah

Dalam Islam, muhasabah adalah praktik yang sangat dianjurkan. Sebagai amalan yang dianjurkan, muhasabah memiliki kelebihan dan keunggulan yang fenomenal. Muhasabah diartikan dapat memberikan ketenangan dan keselarasan dalam jiwa seseorang. Selain itu, muhasabah juga dapat mendukung seseorang menuju kehidupan yang bermakna dan membangkitkan semangat untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Dengan bermuhasabah seseorang dapat menemukan rasa malunya sendiri, dapat

menjadikan diri individu sebagai dasar dalam memenuhi kebebasan Allah, membantu seseorang untuk *muraqabah* (merasa dilihat dan diamati oleh Allah), dapat meningkatkan *habl min al-nas* (hubungan manusia), dan menjauhkan diri dari hal-hal yang negatif.

Dalam ranah praktisnya, secara singkat santri menjelaskan pendapatnya tentang muhasabah dari berbagai aspek, diantaranya sebagai berikut:

1. Muhasabah berdasarkan prosesnya, yaitu:
 - a. Proses evaluasi diri dan introspeksi diri
 - b. Proses memperbaiki diri
 - c. Proses menghitung-hitung kesalahan
 - d. Proses menimbang mana perbuatan baik dan perbuatan yang buruk
 - e. Proses menganalisis hasil yang telah didapat setelah melakukan tindakan.
2. Muhasabah berdasarkan waktunya, yaitu:
 - a. Ketika seseorang tersebut diam
 - b. Ketika sebuah teguran tiba-tiba muncul dalam dirinya
 - c. Ketika merasa gelisah.

Secara langsung santri yang mengalami kejadian tersebut akan meninjau kejadian pada saat itu yang tidak sesuai dengan harapan sebelumnya. Mereka bertanya kepada diri mereka kenapa orang lain bisa sedangkan saya tidak, mengapa saya melakukan hal ini mengapa saya tadi tidak berpikir panjang. Pertanyaan-pertanyaan ini bagi mereka merupakan garis mulainya proses muhasabah.

1. Metode Penerapan Muhasabah

Naik turunnya prestasi belajar seorang santri merupakan reaksi yang wajar ketika seseorang mendapatkan stimulus dari lingkungannya atau dari dirinya sendiri, itulah alasan mengapa naik turunnya prestasi itu dianggap sebagai hal yang wajar bagi santri. Jika hal itu tidak dapat dikendalikan dengan baik, maka santri tidak akan terbiasa dalam mengontrol dirinya. Tidak terlepas dari apapun yang telah dilakukan, santri akan mendapatkan imbalannya, baik ketika mengalami prestasi yang meningkat atau prestasi yang sedang menurun. Untuk mengontrol prestasi tersebut agar dapat diketahui kualitasnya dan dirasakan dampaknya, tentunya setiap individu memiliki cara sendiri-sendiri, ada yang curhat dengan teman sebayanya, ada yang berdiam diri di tempat yang sepi, ada juga yang menangis di waktu usai melaksanakan sholat. Itu semua tidak ada yang salah dalam hal mengontrol diri, teknik-teknik tersebut terangkum dalam Ajaran Tasawuf yang disebut dengan Muhasabah Diri atau Evaluasi Diri.

Berdasarkan hasil wawancara dalam penelitian, santri memaparkan beberapa metode yang dilakukan pada saat Muhasabah atau Evaluasi Diri. Metode-metode tersebut yaitu: Berdasarkan Metode dalam Penerapan Muhasabah

a. Menyendiri

Menyendiri merupakan salah satu metode dalam melakukan Muhasabah, menyendiri merupakan waktu yang tepat bagi seseorang untuk memikirkan tentang dirinya sendiri secara leluasa, dan menyendiri ini biasanya dilakukan oleh orang-orang yang memiliki kepribadian Introvert atau tertutup.

Menyendiri juga disebut dengan *tafakkur diri*. Seseorang yang meluangkan waktunya untuk jujur terhadap diri sendiri akan mengetahui apa yang sekiranya akan Allah ketahui tentangnya. Hal ini berdampak ketika seseorang mendapat pujian mereka tidak terlalu berbangga diri dan ketika mendapatkan cacian tidak merasa sakit hati. Dengan kata lain apapun yang akan di dapatkan maka harus tetap disyukuri.

Bagi santri yang suka menyendiri, tidak jarang mendapatkan pandangan yang aneh dari teman-temannya. Akan tetapi hal ini tidak menjadi alasan mereka untuk merasa berbeda. Mereka beranggapan bahwa menyendiri merupakan potensi untuk mengetahui kekurangan dan kesalahan yang harus diperbaiki. Jika yang diperoleh adalah kelebihan maka bagaimana cara yang harus mereka lakukan untuk mempertahankan dan jika yang diperoleh adalah kekurangan maka bagaimana cara yang harus mereka lakukan untuk memperbaiki.

Saat menyendiri, santri tidak hanya berdiam dan melamun, tetapi mereka melakukan beberapatahapan yang harus dilalui yaitu: *Pertama*, bertanya kepada diri sendiri tentang kerugian apa saja yang telah diperoleh. Dalam tahap ini santri tertuntut untuk menelaah secara mendalam mengapa kerugian ini bisa berpotensi untuk diterima, apakah ada aspek yang diabaikan atau bahkan tidak diketahui bahwa aspek tersebut penting untuk diambil. *Kedua*, setelah mengetahui sesuatu yang kurang tepat, maka langkah selanjutnya adalah mencari solusi. Jika sebuah masalah diterima oleh seseorang, maka seseorang yang lebih mengetahui solusinya adalah dirinya sendiri. Orang lain memang bisa berkontribusi dalam memberikan saran atau masukan, akan tetapi yang menentukan solusi itu dilakukan atau tidak adalah diri sendiri. *Ketiga*, pelaksanaan, seberapa berkualitas suatu solusi telah direncanakan, jika tanpa pelaksanaan maka penyelesaian suatu masalah akan semakin terhambat. Dalam kegiatan menyendiri ini, santri secara tidak langsung telah melakukan proses pemahaman diri. Pemahaman diri yang sifatnya objektif akan membuat seseorang mengerti akandirinya, termasuk kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta sikap positif dalam menghadapi kelemahan tersebut. Tujuan utama dalam bermuhasabah dengan cara menyendiri bukanlah untuk membuat diri menjadi kecewa setelah mengetahui kelakuan yang telah diperbuat, melainkan agar setelah melakukan muhasabah diri mereka mampu menerima kenyataan yang ada, kemudian berusaha dengan yang ada pada dirinya untuk memperbaiki kelakuan yang akan diperbuat dengan pembiasaan yang berkarakteristik positif.

b. Berbagi dengan teman sebaya

Setiap manusia harus mempunyai cermin atas dirinya, termasuk ketika menjadi santri. Santriwan santriwati sebagai makhluk sosial tentunya memiliki lingkungan dan unsur-unsurnya yang mampu dijadikan cermin atas dirinya. Adapun cermin dari santri adalah teman sebaya mereka sendiri.

Ada banyak peristiwa dalam perjalanan menjadi santri yang dapat membuat seseorang menjadi sadar akan kelemahan dan kekuatannya. Lemah ketika santri merasa tidak memiliki keberuntungan untuk mendapatkan suatu hasil yang maksimal, sedangkan orang lain bisa. Dan kuat ketika santri mendapatkan hasil yang lebih baik dari temannya. Santri yang telah mengalami hal itu memiliki kesadaran bahwa berbagai peristiwa yang dialami merupakan pengalaman hidup yang berharga yang perlu direnungkan dan dijadikan pelajaran untuk terus mengembangkan pribadi positif yang ada dalam dirinya.

Oleh karenanya, melakukan hal tersebut sama halnya seseorang melakukan evaluasi diri. Evaluasi diri ini dibutuhkan kesadaran diri untuk memiliki kesadaran dalam menelaah apapun yang perlu untuk ditindak lanjuti. Kesadaran diri ini dapat dilakukan saat bercermin kepada diri sendiri, yaitu dengan melakukan proses perenungan. Perenungan ini dapat diterapkan dalam sikap penerimaan dan keterbukaan atas kritik dan saran yang diberikan atas orang lain.

Selain pada sikap penerimaan kritik dan sarandari orang lain, perenungan juga

dapat dilakukan melalui kepekaan seseorang dalam berkontribusi dan berpartisipasi atas peristiwa atau pengalaman yang dialami orang lain. Menjadi bagian yang berkenan untuk mengingatkan atau merasa bangga karena mereka telah mendapat hasil yang optimal dari usahakeras yang mereka tekuni.

Tidak semestinya jika santri melihat hal tersebut kemudian mundur dan merasa minder untuk berteman. Maka dari itulah santri dapat memetik hikmah dalam kehidupan bersosial. Santri tentunya tidak akan mampu melepaskan diri dari teman sebaya dalam menjalankan rutinitas sebagai santri.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa yang dimaksud cermin dalam bermuhasabah adalah adanya orang-orang yang berani jujur menyampaikan apa adanya tentang dirinya. Dalam proses bercermin santri juga menjelaskan tahap-tahap yang dilalui dalam rangka bermuhasabah yaitu:

Tahap Awal. Pada tahap ini, santri yang menjadi seseorang yang diteliti telah membangun hubungan yang bermakna dengan temannya yang dianggap konselor, sehingga dia sudah siap untuk melakukan proses berbagi dengan teman sebayanya tersebut.

Tahap Pertengahan. Pada tahap ini santri yang berposisi menjadi seseorang yang diteliti menyampaikan unek-unek yang ada didalam hatinya, agar teman yang mendengarkan dapat menjelajahi dan mengeksplorasi masalah temannya lebih jauh. Dimulai dari bertanya dengan teman sebaya tentang apa yang dilakukannya selama ini.

Dalam tahap ini, sikap keterbukaan harus dilandasi secara sadar bahwa seseorang berkenan untuk menerimakritik dari temannya, sekalipun itu pahit. Secara berkala, dalam lingkungan sosial yang mampu menangkap kebiasaan seseorang adalah teman sendiri, sehingga tidak heran lagi dengan apa yang kita lakukan terkadang dirasa heran bagi orang sekitar. Itulah pentingnya mengapa santri melakukan muhasabah dengan bertanya kepada teman sebayanya.

Meminta pendapat atau solusi apa yang harus dilakukan untuk memperbaiki kekurangan atau kesalahan yang diperbuat. Sejatinnya proses muhasabah yang dilakukan dengan melalui bertanya kepada teman sebaya bukanlah sikap menghakimi atau mencari kesalahan tetapi bentuk kebesaran hati untuk membantu memperbaiki atau menanggapi potensi yang seharusnya dikembangkan. Sebuah kritik yang dimaksud dalam hal ini adalah kritik yang membangun, bukan yang menjatuhkan. Inilah keuntungan hidup bersosial, ketika kita tidak mampu memecahkan masalah yang sedang dihadapi, ada orang lain yang berperan untuk membantu. Seseorang yang berpredikat santri tidak menjamin mampu menjadi orang yang tidak butuh ulur tangan orang lain, termasuk ketika menjawab keluh kesah dalam kebingungan yang dialami pribadi masing-masing, mereka masih memerlukan rangkulan dan saran dari orang-orang sekitar.

Tahap Akhir. Pada tahap ini santri yang menerapkan saran yang disampaikan oleh teman sebaya dan berusaha menciptakan perubahan yang lebih baik. Dari tahap ini santri yang lain juga belajar untuk bersikap dewasa, dengan memberanikan diri untuk melakukan perubahan. Karena tanpa perubahan seseorang hanyalah santri yang lemah, meminta saran tetapi tidak berani mempertanggungjawabkan dengan melakukan perubahan. Dengan perubahan seseorang telah masuk pada kehidupan yang lebih baik, karena sesungguhnya kunci dari muhasabah adalah melakukan perubahan.

Hal tersebut merupakan proses pembangunan dan pengembangan jiwa seorang pemimpin, atau yang sering disebut dengan istilah *building the spirit of leader* yaitu

pembangunan jiwa kepemimpinan, pemimpin atas dirinya sendiri.

2. Waktu penerapan Muhasabah

Pelaksanaan muhasabah yang dilakukan para santri secara garis besar dilaksanakan dalam beberapa variasi waktu sebagai berikut:

a. Menjelang Tidur

Dalam keseharian manusia, aktivitas yang padat menjadisebuah keharusan santri untuk mengahadapinya, pola kehidupandi pagi hari sampai sore hari tentunya mengurus banyak tenaga dan pikiran, karenanya mereka akan merasa lelah dan membutuhkan istirahat. Istirahat memang dapat dilakukan kapan saja, asalkan tidak berbenturan dengan waktu-waktu yang mengharuskan santri harus terlibat atau mengikuti kegiatan. Namun, istirahat yang dibutuhkan manusiaakan kesehariannya adalah dengan tidur. Proses tidur merupakan bagian mekanisme biologis dalam tubuh manusia, karena saat tidur manusia akan mengalami proses detoksifikasi atau proses penetralan toksin dalam tubuh. Tidak hanya dalam sudut pandang biologi masalah tidur dikaji, tetapi jauh sebelum itu Islam sudah membahas mengenai tidur. Hal ini sebagaimana dijelaskan dalam Al-Quran surat Al- Rum: 23, *“dan diantara anda-tanda kekuasaan-Nya ialah tidurmu diwaktu malam dan siang hari dan usahamu mencari sebagian karunia-Nya, sesungguhnya pada yan demikian itu terdapat tanda-tanda bagi kaum yang mendengarkan.* (QS. Al-Rum:23).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa ketika santri bisa tiduradalah kekuasaan dari Allah, diberikan kepada manusia sebagai kesempatan untuk beristirahat. Di dalam islam, bukan hanya meyakini rukun Iman dan rukun Islam saja, melainkan hal kecil seperti tidur juga diberikan panduannya.

Menjelang tidur, sebenarnya banyak sekali amalansunnah yang harus dilakukan, baik yang dianjurkan dalam bidang biologis, agama, maupun tasawuf. Berfokus pada masalah tentang yang dibahas dalam tasawuf, adab yang terbaikyangat dianjurkan dalam islam adalah dengan muhasabah. Dalam hal ini pelaku muhasabah adalah santriwan santriwati kelas 6, sebelum tidur sebagian dari mereka selalu melakukan perhitungan terhadap dirinya.

Adakah dosa yang diperbuat hari ini? Adakah orangyang disakiti hari ini? Adakah tindak negatif yang dilakukan hari ini? Jika “ya, ada”, maka mereka akan meminta maaf kepada diri mereka masing-masing, kemudian kepada orang yang bersangkutan, dan disempurnakan dengan meminta maaf kepada Allah SWT dengan memperbanyak mengucapkan istighfar.

Mereka berpendapat, bahwa tidur itu merupakan bentuk pelatihan dalam menghadapi kematian. Hal ini bisa dipahami dari segi makna yang terkandung dalam do’a menjelang tidur, *“Dengan namaMu wahai Allah, yan menghidupkan hamba, dan dengan namaMu pulayang mematikan hamba”*

Niatilah tidur sebagai waktu istirahat untukmengumpulkan semangat, tenaga, pikiran lalu ibadah lagi karena Allah. Oleh sebab itu, hendaknya sebelum tidur pastikan diri dalam keadaan suci.

Berbicara tentang kesucian, dalam hal ini santri memanfaatkan waktu menjelang tidur sebagai kesempatan untuk muhasabah diri, sebab bagi mereka bermuhasabah yang paling gampang adalah ketika tubuh dalam keadaan rileks, pikiran dalamkeadaan tenang dan ketika lepas dari hal keduniaan sejenak. Karena apabila diwaktu menghamba seperti melakukan sholat sunnah menjelang tidur tidak bisa dilakukan, maka setidaknya sebelum memejamkan mata seseorang berbijaksana dalam mengingat segala sesuatu yang telah

terjadi hari ini. Di antara hal-hal penting yang diperhatikan oleh santri menjelang tidur yaitu:

- 1) Sebelum tidur meluangkan waktu untuk mengingat segala kejadian yang terjadi di hari ini, selama di pondok, di asrama terutamatentang kesalahan dan dosa dalam proses belajar atau melakukan kewajiban sebagai seorang santri.
 - 2) Mencari penyebab atas apa yang telah dilakukan, baik yang dilakukan secara sengaja maupun yang tidak sengaja.
 - 3) Merenung secara bijaksana tindakan apa yang harus dilakukan untuk memperbaiki, yang bersifat penting dan harus di prioritaskan.
 - 4) Mengajak hati untuk melakukan taubat kepada Allah, walau hanya sekedar mengucapkan kalimat istighfar,
 - 5) Memiliki kesadaran bahwa seseorang tidak pernah tahu kapan ajal akan menghampiri, maka perlu melakukan persiapan kapanpun, termasuk menjelang tidur meskipun hanya dengan menimbang diri sebelum dihisab pada *yaum al-mizan*.
- b. Seminggu dua kali

Banyak kesempatan yang diberikan oleh Allah SWT kepada hamba-Nya untuk beribadah kepada-Nya dan banyak pula kesempatan yang diberikan untuk Muhasabah atas apa yang dilakukan selama beribadah. Hal tersebut tiada lain adalah untuk meningkatkan ketaatan dan ketaqwaan kepada-Nya.

Mayoritas seseorang melakukan muhasabah adalah saat mereka mendapat cobaan atau hal yang tidak diinginkan. Namun bagi salah satu santri muhasabah baiknya dilakukansetiap saat, artinya dalam dirinya telah ditanamkan sifat peka terhadap apapun yang telah diperbuat. Hal ini diterapkan tidak lain adalah agar terwujud pribadi yang lebih bijak dalam menentukan sikap.

Pendapat tersebut dikuatkan oleh wali asrama kelas 6, bahwa muhasabah itu baiknya diterapkan kapanpun dan dimanapun seseorang itu berada. Karena seorang hamba tidak pernah tau kapan kesempatan untuk memperbaiki apapun yang kurang atau bahkan yang salah akan berakhir.

Pada intinya proses muhasabah itu dipraktikkan dalam keadaan sadar dan tenang, sehingga seseorang dapat menerimakonsekuensi dengan lapang dan pada suasana yang sepi dan tenang, sehingga kesadaran dan ketenangan tersebut bisa didapatkan.

E. Peran Muhasabah dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Santri di Pondok Pesantren Darul Hikmah

Muhasabah adalah sebuah aktifitas yang dilakukan oleh seseorang dengan cara melakukan *review* dan evaluasi terhadap berbagai pekerjaan yang telah dilakukan sebelumnya. Muhasabah dalam perspektif lain juga memuat keyakinan seseorang bahwa Allah mengetahui segala pertimbangan, perbuatan dan fakta batin dalam hati yang membuat seseorang merasa takut, dan tunduk kepada-Nya. Ketika seseorang melakukan muhasabah ia memikirkan dan kemudian menganalisis perkembangan hati yang paling rahasia. Ia menghitung dirinya sekarang tanpa menunda sampai hari pemulihan.

Dalam Islam muhasabah adalah praktik yang sangat dianjurkan. Sebagai amalan yang dianjurkan, muhasabah memiliki kelebihan dan keunggulan yang fenomenal. Muhasabah diartikan dapat memberikan ketenangan dan keselarasan dalam jiwa seseorang. Selain itu, muhasabah juga dapat mendukung seseorang menuju kehidupan yang bermakna dan membangkitkan semangat untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Muhasabah adalah perenungan diri untuk menghitung semua yang telah dilakukan sebelum Allah SWT menghisab amal seseorang pada hari pembalasan. Muhasabah diartikan juga dapat memberikan ketenangan dan keselarasan dalam jiwa seseorang dan mendukung seseorang menuju kehidupan yang bermakna dan membangkitkan semangat untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah. Salah satu santriwati Aisyah Nahla menjelaskan bahwasannya ia mengetahui tentang peran muhasabah, ia mengungkapkan bahwa pertama yang harus dilakukan adalah dengan mengetahui muhasabah. Hal ini dikarenakan seseorang tidak akan bisa melakukan muhasabah jika ia tidak mengetahui muhasabah tersebut.

1. Urgensi Muhasabah

Perputaran roda kehidupan dari hari ke hari, bulan dan juga tahun. Apabila diperhatikan pergantian waktu ini, sesungguhnya kehidupan dunia makin lama makin menjauh sedangkan pada kesempatan yang sama kehidupan akhirat makin mendekat.

Maka dalam melakukan muhasabah seseorang menilaidirinya apakah dirinya lebih banyak berbuat baik ataukah lebih banyak berbuat kesalahan dalam kesehariannya. Oleh karena itu melakukan muhasabah atau introspeksi diri merupakan hal yang sangat penting untuk menilai apakah amal perbuatannya sudah sesuai dengan ketentuan Allah tanpa introspeksi jiwa manusia tidak akan baik.

Praktek Muhasabah dapat dilakukan dengan baik jika seseorang memahami makna muhasabah. Dari penelitian yang dilakukan terhadap santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah bahwa seluruh santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah mengetahui makna Muhasabah. Tidak satupun di antara merekayang menjawab bahwa ia tidak memahami makna muhasabah.

Selanjutnya dari penelitian yang dilakukan terhadap santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah terkait urgensi Muhasabah, bahwasantri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah menyatakan bahwa muhasabah sangat penting terhadap diri mereka sendiri. Seluruh responden menjawab bahwa mereka memahami urgensi Muhasabah. Dengan muhasabah mereka mengupayakan diri mereka kepada Allah SWT sehingga mereka memahami hal-halyang harus mereka lakukan dan hal-hal yang harus mereka hindari sebagai hamba Allah.

2. Kesadaran terhadap pentingnya Muhasabah

Muhasabah adalah salah satu kebutuhan primer dalam mengawasi diri dan mengendalikan hidup seseorang. Namun, tidak semua orang memiliki kesadaran akan pentingnya penerapan muhasabah.

Ada diantara mereka yang lebih memilih untuk menyibukan diri dengan urusan yang sifatnya hanya menuruti hawa nafsu, tanpa memikirkan apa yang akan menjadi bekalnya dikemudian hari, ada pula yang beribadah namun hanya sebagai bentuk rutinitas, disinilah pentingnya muhasabah untuk diterapkan oleh semua orang.

Dari penelitian yang dilakukan terhadap santri kelas 6 Pondok pesantren Darul hikmah terkait dengan kesadaran akan pentingnya muhasabah bahwa sebagian dari mereka menyadarinya dan sebagian yang lain tidak merasa atau sadar akan petingnya muhasabah.

Abimanyu Zaki salah satu santri kelas 6 pondok Pesantren Darul Hikmah menyatakan bahwasannya ia sadar akan pentingnya muhasabah. Sedangkan ussy fadiyah santriwati kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah menyatakan bahwasannya ia hanya mengetahui akan muhasabah tanpa menyadari akan pentingnya muhasabah.

3. Frekuensi Muhasabah

Seorang santri secara spontan akan meninjau kejadian yang menimpa dirinya pada saat hal tersebut tidak sesuai dengan harapannya. Mereka bertanya kepada diri mereka kenapa orang

lainbisa sedangkan saya tidak, mengapa saya melakukan hal ini, mengapa saya tadi tidak berfikir panjang, pertanyaan-pertanyaan ini bagi mereka merupakan garis mulainya proses muhasabah.

Muhasabah secara garis besar biasanya dilakukan sebulan sekali, seminggu dua kali dan malam hari sebelum beristirahat, yaitu dengan mengoreksi segala sikap, kelemahan, perbuatan, kesalahan diri di sepanjang hari tersebut. Hal ini dimaksudkan agar kesalahan tersebut tidak terulang di kemudian hari dan berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

Dari penelitian yang dilakukan terhadap santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah terkait dengan Frekuensi Muhasabah bahwa mayoritas santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah melakukan Muhasabah setiap hari sebelum tidur, dari 30 responden, 18 orang menjawab setiap hari sebelum tidur, 8 orang menjawab seminggu dua kali dan 4 orang menjawab sebulan sekali.

F. Peran Muhasabah dalam Meningkatkan Prestasi Belajar

Muhasabah adalah keyakinan seseorang bahwa Allah mengetahui segala pertimbangan, perbuatan dan fakta batin dalam hati yang membuat seseorang merasa takut, dan tunduk kepadanya. Ketika seseorang melakukan muhasabah ia memikirkan dan kemudian menganalisis perkembangan hati yang paling rahasia. Ia menghitung dirinya sekarang tanpa menunda sampai hari pemulihan. Salah satu hal yang mesti dapat pertain terkaitmuhasabah adalah prestasi belajar

Prestasi belajar adalah gabungan dari dua kata lebih spesifiknya “Prestasi” dan “Belajar”. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil yang telah dicapai, dan hasil yang didapat dari latihan-latihan pembelajaran yang telah diselesaikan. Istilah belajar tidak sama dengan hasil belajar, prestasi belajar sebagian besar terkait dengan bagian-bagian informasi, sedangkan hasil belajar mencakup bagian-bagian yang membentuk kepribadian siswa.

Prestasi belajar adalah akibat dari suatu tindakan belajaryang disertai dengan perubahan-perubahan yang dilakukan oleh seorang individu yang dikomunikasikan dalam bentuk gambar, angka huruf dan kalimat sebagai perbandingan tingkat ketuntasan belajar siswa dengan norma-norma yang telah ditetapkan sebelumnya dan menjadi kesempurnaan bagi siswa baik dalam pemikiran.

Muhasabah adalah menerima bahwa Allah mengetahui segala pertimbangan perbuatan dan fakta batin dalam hati, yang membuat seseorang merasa takut dan tunduk kepadanya.

Sebagian dari santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah melakukan muhasabah untuk proses belajar, sedangkan sebagian yang lain melakukan muhasabah lebih kepada perubahan sikap dan prilaku kesehariannya contohnya yaitu dari yang awalnya pemaarah setelah melakukan muhasabah menjadi lebih sabar.

Waktu yang dimanfaatkan santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah untuk bermuhasabah terhadap proses belajar adalah menjelang tidur dan setelah selesai sholat hajat di malam jum’at artinya seminggu sekali. Dengan demikian praktek muhasabah yang dilakukan sebanyak 1 kali seminggu.

Dari penelitian yang dilakukan terhadap santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah terkait dengan frekuensi muhasabah bahwa mayoritas santri kelas 6 melakukan muhasabah setiap hari menjelang tidur dibandingkan seminggu sekali setelah melakukan shalat hajat karena setiap hari lebih berpengaruh terhadap semangat belajarnya sehingga menghasilkan hasil yang maksimal. Hal ini terlihat bahwa 20 santri melakukan muhasabah menjelang tidur dan 10 santri melakukan muhasabah seminggu sekali. Muhammad Dafi juga menyatakan bahwa ia merasakan pengaruh muhasabah akan prestasi belajarnya, dari yang mendapat hasil kurang dari

targetnya setelah melakukan muhasabah kemudiangiat belajar ia mendapatkan hasil dari apa yang ia targetkan.

Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)* pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikutmembentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang (Abdillah dan Prasetya, 2003:256). Menurut Badudu Zain pengaruh ialah daya yang menyebabkan sesuau terjadi, dalam artian sesuatu yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain dengan arti lain pengaruh merupakan penyebab sesuatu terjadi atau dapat mengubah sesuatu ke bentuk yang diinginkan (Zain, 1996:1031).

Muhasabah adalah menghitung perjalanan hidup seseorang untuk mengetahui perbandingan antara amal baik dan keburukan yang telah dilakukan. Muhasabah juga merupakan salah satu cara membersihkan diri dari kesalahan-kesalahan yang pernah diperbuat. Jadi pengaruh muhasabah terhadap prestasi belajar adalah praktek muhasabah yang dilakukan akankah mengubah terhadap tingkah laku keseharian seorang santri yang membuat prestasinya meningkat jauh lebih baik kepada hasil yang diinginkannya.

Dari penelitian yang dilakukan bahwa yang menyatakan berpengaruh terhadap prestasinya hanya beberapa santri, sedangkan mayoritas santri menyatakan bahwa terapi muhasabah tersebut lebihberpengaruh terhadap perubahan sikap tingkah laku seseorang. Hal ini dapat dilihat bahwasannya 13 santri menyatakan adanya pengaruh terhadap prestasi dan 18 santri lainnya menyatakan berpengaruh tapi terhadap tingkah laku atau sikap keseharian.

KESIMPULAN

Muhasabah adalah sebuah aktifitas yang dilakukan oleh seseorang dengan cara melakukan *review* dan evaluasi terhadap berbagai pekerjaan yang telah dilakukan sebelumnya. Muhasabah dalam perspektif lain juga memuat keyakinan seseorang bahwa Allah mengetahui segala pertimbangan, perbuatan dan fakta batin dalam hati yang membuat seseorang merasa takut, dan tunduk kepada-Nya. Ketika seseorang melakukan muhasabah ia memikirkan dan kemudian menganalisis perkembangan hati yang paling rahasia. Ia menghitung dirinya sekarang tanpa menunda sampai hari pemulihan.

Dalam Islam muhasabah adalah praktik yang sangat dianjurkan. Sebagai amalan yang dianjurkan, muhasabah memiliki kelebihan dan keunggulan yang fenomenal. Muhasabah diartikan dapat memberikan ketenangan dan keselarasan dalam jiwa seseorang. Selain itu, muhasabah juga dapat mendukung seseorang menuju kehidupan yang bermakna dan membangkitkan semangat untuk senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Terkait dengan peran Muhasabah dalam meningkatkan prestasi santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah dapat disimpulkan bahwa muhasabah yang diterapkan santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah dilihat berdasarkan metode penerapannya dilakukan dengan cara menyendiri dan berbagi kepada teman sebayanya. Sedangkan berdasarkan waktu pelaksanaannya, muhasabah yang diterapkan santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah sangat variatif yaitu sebulan sekali, seminggu dua kali dan setiap hari menjelang tidur. Pemilihan waktu di atas berdasarkan kenyamanan setiap santri dalam melakukan muhasabah. Dari penelusuran yang dilakukan diperoleh informasi bahwa terapi muhasabah yang dilakukan santri kelas 6 Pondok Pesantren Darul Hikmah dinyatakan bahwa hanya sebagian santri saja yang merasakan ada perubahan terhadap prestasi belajar, sementara sebagian yang lain merasakan dampak muhasabah terhadap sikap dan tingkah laku kesehariannya yang awalnya malas- malasan untuk belajar akhirnya menjadi semangat kendatipun belum memberikan dampak pada prestasi belajarnya.

DAFTAR REFERENSI

- Abdillah, Pius dan Danu Prasetya, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, Surabaya: Arloka, 2003
- Al-Aziz, Moh. Saifulloh, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, Surabaya: Terbit Terang, 1998
- Al-Dzaki, M. Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004
- Al-Ghazali, Imam, *Taman Kebenaran: Sebuah Destinasi Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan* diterjemahkan dari *Raudhah al-Thalibin Wa Umdah al-Salikin*, oleh Kaserun AS Rahman, Jakarta: Tuross Pustaka, 2017
- Al-Ghazali, Imam, *Ihya 'Ulum Al-Din*, Kairo: Dar al-Kutub Al-Islamiyyah
- Al-Jauziyyah, Ibn Qayyim, *Konsep Penyucian Jiwa Menurut Ulama Salafushalih*, diterjemahkan dari *Tazkiyah an-Nafs*, oleh Imtihan Asy-Syafi'I, (Solo: Pustaka Arafah, 2001),
- Al-Jazair, Abu Bakar Jabir, *Pola Hidup Muslim: Etika*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993
- Al-Taftazani, Abu Al-Wafa' Al-Ghanimi, *Sufi dari Zaman Ke Zaman*, (Bandung: Pustaka, 1985)
- Al-Ulyawi, Shalih, *Muhasabah (Intropeksi Diri)*, Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007
- Amin, Samsul Munir, *Ilmu Tasawuf*, Jakarta: Amzah, 2012
- Ancok, Djameluddin, *Psikologi Islami: Solusi Atas Berbagai Problem-Problem Psikologi*, Yogyakarta: 1995
- Anwar, Rosihon, *Akhlaq Tasawuf*, Bandung: Pustaka Setia, 2010.
- Davi Bya, Asfa, *Jejak Langkah Mengenal Allah*, Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2006
- Denim, Sudarwan, *Menjadi Peneliti Kualitatif Rancangan Metodologi, Presentasi, dan Publikasi Hasil Penelitian untuk Mahasiswa dan Penelitian Pemula Bidang Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002
- Dermawan, Deni, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung, PT RemajaRosda Karya, 2013
- Djamarah, Syaiful Bahri, *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*, Surabaya: Usaha Nasional, 1994
- Gredler, Margaret E Bell, *Belajar dan Membelajarkan*, Jakarta: CV. Rajawali, 1991
- Gulen, Fathullah, *Kunci-Kunci Rahasia Sufi*, Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2001
- Hawari, Dadang, *Al-Quran dan Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997
- Herdiansyah, Haris, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Humanika, 2011
- Syukur, Amin, *Tasawuf bagi Orang Awam, (Menjawab Problema Kehidupan)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006
- Zain, Badudu, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1996