



<http://jurnal.iaindarussalam.ac.id/index.php/tarbiyah>

Nilai Mujahadah dalam Tasawuf sebagai Basis Pembentukan Disiplin dan Produktivitas Mahasiswa

Ilham Syafaat¹, Khabibatul Khorriyyah², M. Rikza Chamami³

¹Universitas Islam Negeri Walisongo,

²Universitas Islam Negeri Walisongo,

³Universitas Islam Negeri Walisongo.

Pos-el : Ilhamsyafaat180@gmail.com¹

Khabibatulkhorriyyah20@gmail.com²

rikza@walisongo.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya kekhawatiran di kalangan akademisi terkait menurunnya disiplin diri dan produktivitas mahasiswa di era digital, yang tercermin dalam kebiasaan menunda-nunda, kesulitan berkonsentrasi, dan lemahnya pengendalian diri. Idealnya, pendidikan tinggi seharusnya membentuk individu yang disiplin dan produktif. Namun, kenyataannya banyak mahasiswa yang mengalami krisis konsistensi dan motivasi dalam belajar. Sebagian besar penelitian tentang produktivitas berorientasi pada psikologi dan manajemen, dengan sedikit penelitian mengenai dimensi spiritual. Pemikiran Islam, khususnya tasawuf. Keunikan penelitian ini adalah menempatkan nilai mujahadah dalam tasawuf, tidak hanya sebagai praktik spiritual, tetapi juga sebagai dasar untuk membangun disiplin diri dan etika akademik yang produktif. Penelitian ini merupakan studi kualitatif yang menggunakan metode tinjauan pustaka untuk menganalisis literatur tasawuf klasik dan modern yang berkaitan dengan produktivitas mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai pengendalian diri, konsistensi, kesadaran batin, dan tanggung jawab spiritual dalam mujahadah dapat berkontribusi pada pengembangan perilaku disiplin dan produktivitas yang berkelanjutan di kalangan siswa di era digital.

Kata kunci: Disiplin, Mujahadah, Produktivitas mahasiswa, Tasawuf

Abstract

This study is motivated by a growing concern in academia regarding a decline in students' self-discipline and productivity in the digital age, manifested in procrastination, attention deficits, and weak self-control. Ideally, higher education should shape disciplined and productive individuals. However, the reality is that many students are in a crisis of consistency and motivation in their studies. Much of the research on productivity has been predominantly psychological and managerial in its orientation with little research on the spiritual dimension of Islamic thought, particularly Sufism. The novelty of this research is to place the value of mujahadah in Sufism, not only as a spiritual practice, but also as the basis for establishing self-discipline and productive academic ethics. The present study is a qualitative study which uses literature review method to analyze classical and modern Sufi literature related to students' productivity. The results of the study indicate that the values of self-control, consistency, inner

awareness, and spiritual responsibility in mujahadah can contribute to the development of disciplined behavior and sustained productivity among students in the digital age.

Keywords: Discipline, Mujahadah, Productivity Students, Sufism

PENDAHULUAN

Dunia digital saat ini menghadirkan perubahan signifikan dalam berbagai bidang, termasuk di lingkungan pendidikan tinggi. Teknologi memang membuka akses informasi yang luas dan mempermudah komunikasi, namun juga menimbulkan tantangan baru yang cukup parah bagi mahasiswa, terutama dalam hal penurunan disiplin diri dan produktivitas belajar. Masalah seperti kebiasaan menunda tugas (*procrastination*), gangguan dalam mempertahankan fokus, serta kendali diri yang lemah kini semakin sering muncul di kalangan mahasiswa. Secara ideal, perguruan tinggi diharapkan tidak hanya menyampaikan ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk pribadi yang disiplin, konsisten, dan produktif. Namun dalam kenyataan, banyak mahasiswa justru mengalami masalah dalam menjaga motivasi dan konsistensi belajar mereka. Jika tidak segera diatasi, hal ini dapat mempengaruhi kualitas lulusan dan kinerja akademik mereka secara menyeluruh. Penelitian yang membahas produktivitas mahasiswa sebagian besar masih berfokus pada pendekatan psikologis dan manajerial. Misalnya, studi oleh Steel (2007) dan Sirotenko et al. (2021) mengkaji faktor psikologis seperti *self-regulation*, motivasi dari dalam diri, serta teknik manajemen waktu sebagai faktor utama produktivitas. Sementara itu, pendekatan manajerial seperti yang dikemukakan Robbins dan Judge (2017) menekankan pentingnya struktur organisasi, sistem penilaian, dan pemberian insentif untuk meningkatkan kinerja akademik. Walaupun demikian, penelitian yang menyentuh dimensi spiritual, khususnya dari sudut pandang pemikiran Islam, masih sangat terbatas dalam konteks membangun disiplin dan produktivitas yang berkelanjutan.

Dalam tradisi Islam, khususnya di bidang tasawuf, terdapat konsep **mujahadah**—praktik spiritual yang menekankan pengendalian diri, konsistensi, kesadaran terhadap hati, serta tanggung jawab spiritual terhadap diri sendiri dan Allah. Mujahadah bukan sekadar kegiatan ibadah ritual, melainkan perjuangan aktif untuk melawan sifat egois, kebiasaan yang merugikan, dan kelemahan internal yang menghambat perkembangan pribadi. Beberapa kajian tasawuf kontemporer, seperti yang dilakukan oleh al-Ghazali (2018) dan Rahman (2020), telah mengulas relevansi nilai mujahadah dalam pembentukan karakter dan etika kehidupan. Namun, belum ada penelitian yang secara sistematis memanfaatkan mujahadah sebagai landasan untuk membangun disiplin akademik dan produktivitas mahasiswa di era digital.

Penelitian ini menawarkan **kebaruan ilmiah** (*novelty*) yang unik, yaitu menempatkan nilai mujahadah dalam tasawuf bukan hanya sebagai praktik spiritual, tetapi juga sebagai fondasi untuk membentuk disiplin diri dan etika akademik yang produktif. Dengan cara ini, penelitian ini berusaha menutup celah (*gap*) antara pendekatan psikologis-manajerial yang dominan dengan pendekatan spiritual-Islami yang masih jarang dieksplorasi dalam kajian produktivitas mahasiswa.

Permasalahan utama yang diangkat dalam penelitian ini adalah: **Bagaimana nilai-nilai mujahadah dalam tasawuf dapat berkontribusi terhadap pengembangan disiplin diri dan produktivitas mahasiswa di era digital?** Hipotesis yang diajukan ialah bahwa nilai mujahadah berupa pengendalian diri, konsistensi, kesadaran batin, dan tanggung jawab spiritual dapat menjadi dasar kuat untuk membentuk perilaku disiplin serta produktivitas yang berkelanjutan.

Oleh sebab itu, tujuan kajian dalam artikel ini adalah untuk menganalisis literatur tasawuf klasik dan modern yang terkait dengan produktivitas mahasiswa, serta mengidentifikasi bagaimana nilai mujahadah dapat diimplementasikan sebagai strategi untuk meningkatkan disiplin diri dan produktivitas akademik di era digital.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kualitatif** yang menggabungkan dua strategi utama: **penelitian lapangan** (*field research*) dan **studi kepustakaan** (*library research*). Pemilihan pendekatan kualitatif didasarkan pada tujuan penelitian untuk memahami secara mendalam bagaimana nilai **mujahadah** dalam tasawuf memiliki relevansi terhadap pembentukan disiplin dan produktivitas mahasiswa. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menangkap makna, pengalaman, dan persepsi informan secara holistik, bukan sekadar mengukur variabel dalam bentuk angka.

Penelitian lapangan dilakukan melalui **wawancara langsung** dengan tujuh mahasiswa di lingkungan kampus. Mahasiswa dipilih sebagai informan karena mereka merupakan subjek yang langsung mengalami dinamika belajar di era digital. Dalam wawancara, peneliti menggali kebiasaan belajar, tingkat pengendalian diri, produktivitas akademik, serta pandangan mereka terhadap nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Proses wawancara dilakukan secara terbuka dan mendalam untuk memperoleh narasi yang kaya mengenai pengalaman mereka.

Sementara itu, **studi kepustakaan** digunakan untuk memperkuat analisis dengan merujuk pada berbagai literatur tasawuf klasik dan kontemporer, jurnal ilmiah (nasional maupun internasional), buku, serta penelitian terdahulu yang berkaitan dengan mujahadah, disiplin, dan produktivitas mahasiswa. Kajian

literatur ini berfungsi sebagai dasar teoretis untuk menginterpretasikan data lapangan dan menemukan hubungan antara konsep mujahadah dengan realitas kehidupan mahasiswa.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari dua kategori:

1. **Data primer:** diperoleh dari hasil wawancara langsung dengan tujuh mahasiswa sebagai informan penelitian.
2. **Data sekunder:** diperoleh dari buku tasawuf klasik dan kontemporer, jurnal nasional dan internasional, serta artikel ilmiah yang relevan dengan tema penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui empat cara:

- **Observasi sederhana:** peneliti mengamati secara langsung kebiasaan dan perilaku mahasiswa dalam lingkungan kampus.
- **Wawancara:** dilakukan secara mendalam untuk menggali pengalaman dan persepsi informan.
- **Dokumentasi:** catatan-catatan hasil wawancara dan observasi disimpan sebagai bukti tertulis.
- **Penelusuran literatur:** pencarian dan pembacaan sumber-sumber teoretis yang relevan dengan objek penelitian.

Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan **teknik analisis deskriptif-kualitatif**. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahap:

1. **Pengumpulan dan pengelompokan data:** data hasil wawancara dan kajian pustaka dikumpulkan lalu dikelompokkan berdasarkan tema pembahasan, seperti pengendalian diri, disiplin, dan produktivitas mahasiswa.
2. **Seleksi dan interpretasi:** data diseleksi untuk memastikan relevansi, kemudian diinterpretasikan untuk menemukan hubungan antara konsep mujahadah dalam tasawuf dengan realitas kehidupan mahasiswa di era digital.
3. **Penyusunan sistematis:** hasil analisis disusun secara tertib menjadi draft penelitian yang utuh, koheren, dan siap dipublikasikan dalam bentuk artikel jurnal ilmiah.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dirancang untuk menjawab rumusan masalah secara mendalam dan mendeskripsikan hubungan konseptual antara mujahadah dengan disiplin dan produktivitas mahasiswa. Dengan kombinasi wawancara dan kajian literatur, penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan temuan yang valid, andal, serta dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Mujahadah sebagai Aspek Pengendalian Diri di Kalangan Mahasiswa

Hasil observasi dan wawancara dengan mahasiswa A menunjukkan bahwa mahasiswa tidak mampu mengembangkan konsistensi dalam belajar karena gangguan dari platform media sosial, kemalasan, dan penundaan. Banyak mahasiswa mengaku sering kehilangan konsentrasi saat belajar karena lebih memilih menghabiskan banyak waktu menjelajahi media sosial atau terlibat dalam bentuk hiburan digital lainnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa selain kemampuan akademis, pengendalian diri merupakan aspek penting lain yang perlu dikembangkan oleh mahasiswa.

Menurut salah satu narasumber, ia sering merasa sulit untuk menjaga konsistensi saat belajar karena mudah terganggu oleh lingkungan di sekitarnya dan penggunaan ponselnya. Narasumber lain juga mengungkapkan bahwa tingkat produktivitasnya saat belajar cenderung meningkat ketika ia membatasi diri dari penggunaan platform media sosial dan menerapkan disiplin diri. Dari hasil tersebut, terlihat bahwa mahasiswa sebenarnya menyadari pentingnya disiplin, namun mereka masih mengalami kesulitan dalam menerapkannya secara berkelanjutan.

Dalam perspektif tasawuf mengaitkan kondisi semacam itu dengan mujahadah, yang merujuk pada praktik disiplin diri. Mujahadah memungkinkan seseorang untuk mengendalikan dorongan hatinya dan berkonsentrasi pada hal-hal yang benar-benar penting. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa konsep mujahadah cukup penting bagi kehidupan para mahasiswa saat ini karena membantu mengembangkan pengendalian diri dan kesadaran akan perilaku. Pernyataan ini semakin diperkuat oleh tinjauan pustaka yang menunjukkan bahwa pengendalian diri merupakan salah satu faktor terpenting dalam prestasi akademik. (Jannah, 2023)

Namun, para peneliti sebelumnya menggunakan konsep pengendalian diri dalam konteks psikologi, bukan tasawuf. Sedangkan penelitian ini mencoba melihat pengendalian diri melalui pendekatan spiritual tasawuf.

2. Nilai-Nilai Mujahadah dalam Meningkatkan Disiplin Mahasiswa

Berdasarkan temuan wawancara, mahasiswa C yang memiliki kebiasaan baik dalam mengatur waktu belajar, mengurangi penggunaan media sosial, dan menjaga jadwal shalat cenderung lebih disiplin. Dari tujuh mahasiswa yang diwawancarai, empat responden menyatakan bahwa kegiatan spiritual seperti shalat tepat waktu, membaca Al-Quran, dan merenung membuat mereka merasa lebih rileks dan tenang, sehingga mereka dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan mudah.

Ada satu siswa yang menyebutkan bahwa ketika ia mulai memiliki kebiasaan bangun pagi dan menjaga jadwal shalat, ia merasa mudah mengatur waktunya dan lebih fokus pada pekerjaannya, (Sulis, 2024). Responden lain menekankan bahwa disiplin bukan hanya mengikuti pedoman kampus, melainkan kemampuan untuk melatih diri sendiri dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab.

Dari temuan ini, dapat dikatakan bahwa nilai-nilai ketekunan, kesabaran, dan pengendalian diri dalam jihad spiritual berdampak positif terhadap kedisiplinan mahasiswa. Nilai pertama dapat dilihat dari upaya mahasiswa untuk tetap konsisten dalam belajar, sedangkan nilai kesabaran dapat dilihat melalui proses belajar yang panjang.

Dari temuan penelitian ini terlihat jelas bahwa terdapat kesamaan dengan beberapa studi sebelumnya yang menunjukkan peran spiritualitas dalam membantu seseorang membentuk karakternya melalui kedisiplinan. Namun, yang membedakan penelitian ini dari studi-studi lain adalah penekanannya pada fakta bahwa kedisiplinan spiritual bertahan lebih lama daripada kedisiplinan yang dipaksakan.

3. Tasawuf dan Produktivitas Mahasiswa di Era Digital

Berdasarkan hasil studi lapangan, (Responden B) memandang produktivitas sebagai penyelesaian tugas dan perolehan nilai akademik yang baik. Namun, melalui wawancara lanjutan dengan mereka, terungkap bahwa selain hal tersebut, mahasiswa juga membutuhkan ketenangan batin dan motivasi untuk mengatasi tekanan akademik.

Dari wawancara tersebut terungkap bahwa dari total tujuh peserta, lima di antaranya mengalami kelelahan (*burnout*), kehilangan motivasi, dan kelelahan mental akibat tekanan tugas akademik. Para mahasiswa merasa bahwa kegiatan akademik yang mereka lakukan tidak memiliki tujuan karena hal tersebut semata-mata ditujukan untuk mendapatkan nilai bagus di kampus. Hal ini berarti bahwa mahasiswa membutuhkan energi mental dan spiritual, selain kemampuan intelektual. Menurut tasawuf, produktivitas bukan hanya tentang jumlah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang; melainkan, seberapa besar seseorang mampu melakukan refleksi diri dalam menjalankan tugas-tugas hidup. Dengan mujahadah, seseorang tidak menjadi tidak konsisten, mudah menyerah, dan menjaga keseimbangan yang tepat antara kehidupan duniawi dan spiritual.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan tasawuf masih sangat relevan bagi mahasiswa di era digital. Tasawuf dapat menjadi pendekatan alternatif dalam membangun produktivitas yang lebih sehat dan bermakna. Produktivitas tidak lagi hanya dipahami sebagai pencapaian akademik semata, tetapi juga sebagai proses pembentukan karakter, pengendalian diri, dan tanggung jawab spiritual mahasiswa

4. keterbatasan dan Implikasi Studi

Masih terdapat beberapa keterbatasan dalam studi ini karena hanya melibatkan tujuh informan dari komunitas kampus yang menjadi subjek wawancara, sehingga studi ini tidak dapat mewakili kondisi mahasiswa secara umum. Selain itu, studi ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang terutama berfokus pada pengalaman dan perspektif mahasiswa terhadap disiplin dan produktivitas.

Namun, berdasarkan temuan studi ini, pentingnya mujahadah dalam sufisme memainkan peran penting dalam menciptakan disiplin dan produktivitas mahasiswa. Lebih jauh lagi, dapat disimpulkan bahwa melalui aspek spiritual, (Responden E, F, G) masalah mahasiswa modern menghadapi banyak masalah seperti gangguan, kurangnya konsistensi dalam belajar, dan krisis motivasi akademik,

Semoga hasil studi ini dapat digunakan oleh lembaga pendidikan sebagai dasar untuk tidak hanya memperhatikan akademik tetapi juga mengembangkan karakter dan spiritualitas mahasiswa.

Tabel.1

No	Bagian Pembahasan	Sub Bagian pembahasan	Uraian Hasil dan pembahasan
1	Mujahadah dalam tasawuf sebagai Proses Pengendalian Diri	Pengendalian diri mahasiswa di era digital	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep mujahadah dalam tasawuf memiliki hubungan erat dengan kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan distraksi digital, menjaga focus belajar, dan membangun
			konsistensi akademik. Mujahadah dipahami sebagai latihan spiritual yang membentuk ketahanan diri dan control terhadap hawa nafsu

		Relevansi mujahadah dengan self- regulation	Nilai mujahadah memiliki kesamaan dengan konsep self-regulation dalam psikologi modern karena sama-sama menekankan pengendalian diri. Perbedaannya terletak pada dasar spiritual mujahadah yang menjadikan disiplin sebagai bagian dari tanggung jawab moral dan spiritual manusia.
		Krisis disiplin mahasiswa	Rendahnya produktivitas mahasiswa tidak hanya dipengaruhi lemahnya kesadaran batin dan konsistensi diri dalam menghadapi tantangan di era digital.
2	Nilai-Nilai Mujahadah dalam Pembentukan Disiplin Mahasiswa	Istiqomah dalam kehidupan akademik	Nilai istiqomah membantu mahasiswa menjaga konsistensi belajar, menyelesaikan tugas akademik, dan mempertahankan tanggungjawab secara berkelanjutan
		Sabar dan Pengendalian hawa nafsu	Mujahadah mengajarkan kesabaran dalam proses belajar dan pengendalian diri terhadap kebiasaan instan seperti menunda tugas

			dan
			Penggunaan social media secara berlebihan
		Kesabaran Spiritual dan Disiplin	Disiplin yang dibangun melalui kesadaran spiritual cenderung lebih bertahan karena mahasiswa memahami belajar sebagai bagian dari amanah moral dan tanggung jawab diri.
	Relevansi Taswuf terhadap Produktivitas Mahasiswa di Era Digital	Tasawuf sebagai pendekatan produktivitas	Tasawuf tidak hanya dipahami sebagai spiritualitas ritual, tetapi juga sebagai pendekatan pembentukan etos kerja, tanggung jawab dan produktivitas mahasiswa.
		Produktivitas 9 dan makna belajar	Produktivitas dalam tasawuf tidak hanya berorientasi pada hasil akademik, tetapi juga pada proses pembentukan kualitas diri dan kesadaran hidup mahasiswa.

		Spiritualitas sebagai solusi krisis mental mahasiswa	Pendekatan spiritual dalam tasawuf membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik, menjaga motivasi belajar, dan membangun ketahanan mental di era digital.
4	Keterbatasan dan Implikasi Penelitian	Keterbatasan Penelitian	Penelitian ini dilakukan melalui observasi lapangan dan wawancara mendalam terhadap 7 mahasiswa sehingga hasil penelitian belum dapat menggambarkan
			Seluruh kondisi mahasiswa secara umum. Selain itu, penelitian masih terbatas pada lingkungan kampus
		Implikasi Penelitian	Penelitian ini menunjukkan bahwa nilai mujahadah dalam tasawuf memiliki relevansi terhadap pembentukan disiplin mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi kampus dalam mengembangkan pembinaan karakter dan spiritualitas mahasiswa di era digital.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menjawab pertanyaan utama mengenai bagaimana nilai **mujahadah** dalam tasawuf dapat berkontribusi terhadap pengembangan disiplin diri dan produktivitas mahasiswa di era digital. Berdasarkan analisis terhadap data wawancara dengan tujuh mahasiswa dan kajian literatur tasawuf klasik maupun kontemporer, dapat disimpulkan bahwa nilai mujahadah yang meliputi pengendalian diri, konsistensi, kesadaran batin, dan tanggung jawab spiritual memiliki relevansi kuat dengan pembentukan perilaku disiplin dan produktivitas yang berkelanjutan.

Secara **refleksi teoritis**, penelitian ini menunjukkan bahwa mujahadah bukan sekadar praktik spiritual yang bersifat ritual, melainkan sebuah pendekatan holistik yang dapat dioperasionalkan dalam konteks akademik. Nilai pengendalian diri dalam mujahadah membantu mahasiswa melawan kebiasaan menunda tugas (*procrastination*), sementara konsistensi (*istiqamah*) membentuk kebiasaan belajar yang teratur. Kesadaran batin (*murqabah*) meningkatkan fokus dan konsentrasi, sedangkan tanggung jawab spiritual terhadap Allah memberikan motivasi intrinsik yang lebih kuat dibandingkan insentif eksternal. Dengan demikian, mujahadah menawarkan alternatif pendekatan yang melengkapi dan bahkan memperkuat pendekatan psikologis dan manajerial yang dominan dalam penelitian produktivitas sebelumnya.

Penelitian ini juga mengonfirmasi hipotesis bahwa nilai mujahadah dapat menjadi fondasi untuk membangun disiplin akademik dan produktivitas yang berkelanjutan. Mahasiswa yang memahami dan menginternalisasi nilai mujahadah cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik, lebih konsisten dalam belajar, serta memiliki motivasi yang lebih kuat untuk mencapai tujuan akademik mereka.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini memberikan beberapa **rekomendasi**:

1. **Untuk institusi pendidikan tinggi:** Perlu adanya integrasi nilai-nilai spiritual, khususnya mujahadah, dalam program pengembangan karakter mahasiswa. Universitas dapat menyelenggarakan pelatihan, diskusi, atau kuliah umum yang membahas relevansi tasawuf dengan kehidupan akademik.
2. **Untuk mahasiswa:** Mahasiswa dapat mengadopsi prinsip mujahadah sebagai strategi self-regulation dalam belajar. Praktik seperti merencanakan waktu belajar dengan konsisten, menjaga fokus melalui kesadaran batin, dan memotivasi diri dengan tanggung jawab spiritual dapat meningkatkan produktivitas secara signifikan.
3. **Untuk peneliti selanjutnya:** Penelitian ini membuka ruang untuk kajian lebih lanjut tentang penerapan konsep tasawuf dalam konteks pendidikan modern. Penelitian empiris dengan sampel yang lebih besar dan pendekatan campuran (*mixed-method*) dapat menguji validitas temuan ini secara lebih luas.

4. **Untuk praktisi psikologi pendidikan:** Pendekatan spiritual seperti mujahadah dapat dijadikan terapi atau intervensi untuk mahasiswa yang mengalami masalah disiplin, prokrastinasi, atau penurunan motivasi belajar.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa nilai mujahadah dalam tasawuf memiliki potensi besar untuk berkontribusi pada pengembangan disiplin diri dan produktivitas mahasiswa di era digital. Dengan mengintegrasikan pendekatan spiritual dalam pendidikan tinggi, kita tidak hanya membentuk mahasiswa yang cerdas secara akademik, tetapi juga pribadi yang disiplin, konsisten, dan memiliki kedalaman spiritual

UCAPAN TERIMA KASIH (Tidak Wajib)

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penelitian ini dapat selesai hingga tahap publikasi.

Terlebih dahulu, penulis menghaturkan terima kasih kepada **pemberi dana penelitian** yang telah memfasilitasi kebutuhan finansial selama proses pengumpulan data dan analisis. Tanpa dukungan dana ini, pelaksanaan wawancara dengan mahasiswa serta pencarian literatur tambahan akan sangat sulit dilakukan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada **tujuh mahasiswa** yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini. Mereka telah memberikan waktu, tenaga, dan kepercayaan untuk berbagi pengalaman pribadi mengenai kebiasaan belajar, pengendalian diri, serta pandangan mereka terhadap nilai-nilai spiritual dalam kehidupan akademik. Partisipasi mereka menjadi fondasi utama dari data primer dalam penelitian ini.

Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada **dosen pembimbing** dan **rekan-rekan di lingkungan kampus** yang telah memberikan masukan konstruktif, saran, dan diskusi selama proses penelitian berlangsung. Masukan mereka membantu penulis untuk memperjelas arah analisis dan memperkuat argumentasi teoretis.

Penulis juga tidak lupa berterima kasih kepada **penulis-penulis tasawuf klasik dan kontemporer** yang karya-karya mereka menjadi rujukan utama dalam studi kepustakaan ini. Kajian mereka memberikan fondasi teoretis yang kuat untuk memahami konsep mujahadah dan relevansinya dengan kehidupan modern.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sangat diharapkan untuk perbaikan dan pengembangan penelitian serupa di masa mendatang.

DAFTAR RUJUKAN

Sumber Jurnal:

Jannah, G. R., & Sari, R. (2023). Exploring Self-Regulated Learning: A Comparative Analysis of Activist and Non-Activist University Students. *El-Tarbawi*, 16(2), 145–160. <https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol16.iss2.art1>

Jurnal Universitas Islam Indonesia

Paulina, M., Mutiah, D., & Panaemalae, A. R. A. (2023). The Effect of Self Efficacy on Self Regulated Learning Among Students of State Islamic University During Online Learning. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 9(1), 52–60.

<https://doi.org/10.19109/psikis.v9i1.14340>

Jurnal Raden Fatah

Al Maruf, M. W., Wahyuni, I., Paramita, M. Y., & Susilowati, A. Y. (2024). Analisis Tingkat Pemahaman dan Pengamalan Nilai Tasawuf pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi UINSSC. *Indonesian Journal of Islamic Education*, 2(3), 201–214. <https://doi.org/10.31949/ijie.v2i3.12363>

Ejournal Universitas Majalengka

Paulina, M., Qadriyah, S. R., Nurjamilah, & Wahyuni, E. S. (2024). Self-Regulation and Semester Level on Social Media Addiction Female Students at Islamic Universities. *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi*, 5(2), 115–128. <https://doi.org/10.19109/sh.v5i2.24162>

Jurnal Raden Fatah

Istiqomah, N. N., Setiawan, C., & Rismanto, F. (2022). Pengaruh Muhasabah terhadap Self Control di Fase Dewasa Awal (Studi Kasus pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung). *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 2(4), 321–334. <https://doi.org/10.15575/jpiu.19430>

eJournal UIN Sunan Gunung Djati

Triyuliasari, A., & Mubarak, A. S. (2024). Self-Adjustment in Modern Islamic Boarding Schools: A Study of Self-Regulation and Religiosity among Students. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 7(1), 57–68. <https://doi.org/10.15575/jpib.v7i1.28982>

eJournal UIN Sunan Gunung Djati

Utami, L. H., Mingtio, S. M., & Muhid, A. (2022). The Effect of Spiritual Intelligence and Religious Faith on Self-Regulation. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 3(2), 87–101. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v3i2.15296>

Jurnal UMY

Firdaus, F., Risnawati, R., & Afandi, M. (2024). The Influence of Self Concept and

Self Regulation on Student Learning Outcomes in the Tahfizh Al Qur'an Program at SMA- IT. *Ar-Rasyid: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(2), 88–99.

Jurnal UMSU

Al-Ghazali. (2016). *Ihya' Ulumuddin*. Beirut: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyah.

Hamka. (2019). *Tasawuf Modern*. Jakarta: Republika Penerbit.

Nasr, S. H. (2018). *Islamic Spirituality: Foundations*. New York: Routledge.

Bandura, A. (2019). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman and Company.

Duckworth, A. (2018). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. New York: Scribner.

Syukur, A. M. (2021). *Tasawuf Sosial dan Relevansinya dalam Kehidupan Modern*.

Jakarta: Kencana.

Mujib, A., & Mudzakir, J. (2020). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Jurnal (artikel)

Muttaqin, Z. (2021). Hukum Penyelesaian Pelaksanaan Pembagian Harta Warisan (Analisis Ushul Fiqh terhadap Hadis Alhiqul Faraidh Bi Ahliha). *Syaksia: Jurnal Hukum Perdata Islam*, 22(2), 183–196.

Nasution, I. F. A., Anzaikhan, M., & Latif, M. S. A. (2022). Covid-19 in Islamic Theology And Its Impact on Socio-Religious Affairs in Indonesia. *European Journal of Science and Theology*.

Mu'azzaz, N., & Rikza Chamami, M. (2025). Strategies for Improving the Quality of Santri through Sufi Healing. *Santri: Journal of Pesantren and Fiqh Sosial*, 6(1), 1-14.

<https://doi.org/https://doi.org/10.35878/santri.v6i1.1546>

Warsah, I., Chamami, M. R., Prastuti, E., Morganna, R., & Iqbal, M. M. (2023). Insights on mother's subjective well-being: The influence of emotion regulation, mindfulness, and gratitude. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 51–68. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.13655>

Iin Wahyu Mahmudah, & M. Rikza Chamami. (2025). Analisis Penerapan Model Pembelajaran Contextual Teaching And Learning Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti di Sekolah Dasar Hj Isriati Baiturrahman 2 Semarang. *IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 9–19. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i1.431>

Nurdin, R., & Ridwansyah, M. (2020). Aceh, Qanun and National Law: Study on Legal Development Orientation. *SAMARAH: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, 4(1), 107. <https://doi.org/10.22373/sjkh.v4i1.6416>

Wijaya, W. P. (2020). Ayat-Ayat Waris Dalam Tinjauan Tafsir Maudhu'i dan Penyimpangannya di Indonesia. *Wardah*, 21(1), 106–122. <https://doi.org/10.19109/wardah.v21i1.5826>

Buku

Rawan, P. (2000). *Logika dan Prosedur Penelitian: Pengantar Teori dan Panduan Praktik Penelitian Sosial bagi Mahasiswa dan Peneliti Pemula*. STIA LAN Press.

Siregar, M. G. (1995). *Marsitogol Perkawinan Dalam Budaya Batak Angkola*. Pusat Perabinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan