



OPEN ACCESS

## Praktik Khalwāt dan Spiritualitas: Pengalaman Religius Santri di Pondok Pesantren

Defa Fatma Sari<sup>a\*</sup>, Zainul Abas<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

### Abstract

**Objective:** This study aims to explore the meanings and dynamics of the religious experiences of students undertaking *khalwāt* at Al-Hikmah Islamic Boarding School in Gatak, Sukoharjo. **Method:** A qualitative approach with a phenomenological design was employed. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation, and analyzed using *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*. Data validity was ensured through method and source triangulation. **Results:** *Khalwāt* is perceived not merely as a spiritual ritual but as a process of constructing personal and transformative religious meaning. Participants reported significant changes across affective, cognitive, and spiritual dimensions, including increased inner tranquility, greater discipline in religious practice, and deeper self-awareness. They also experienced mystical phenomena, interpreted as part of spiritual testing and purification. **Conclusion:** *Khalwāt* functions as a strategic inner spiritual space that strengthens spirituality and fosters the sustained development of students' religious subjectivity. This study aims to explore the role of the concept of tawakkul in enhancing the resilience of bullying victims.

**Keywords:** Religious Experience, Pesantren, Khalwāt, Spirituality; Santri

### Article History:

Received 2 Oktober 2025  
Accepted 12 December 2025

### To cite in APA style:

Sari, D. F. & Abas, Z. (2025). Praktik Khalwāt dan Spiritualitas: Pengalaman Religius Santri di Pondok Pesantren. *SUHU: Journal of Sufism and Humanities*, 1, (2), 147-158.

Copyright © 2025 Authors  
This is an open access article  
under CC-BY-NC 4.0 license



## Pendahuluan

Pengalaman keagamaan merupakan aspek penting dalam kehidupan spiritual individu. Melalui pengalaman ini, seseorang dapat merasakan kedekatan dengan Tuhan atau sesuatu yang dianggap sakral, dan hal tersebut berpengaruh pada nilai serta perilaku dalam kehidupan sehari-hari (Hidayatulloh & Saumantri, 2023). Dalam tradisi tasawuf, pembahasan mengenai pengalaman keagamaan memiliki kedalaman tersendiri, sebagaimana dijelaskan oleh Imam al-Ghazālī melalui konsep *ma'rifat bi-llāh* dan ilmu mukāshafah (*fanā*). Al-Ghazālī menjelaskan bahwa pengalaman spiritual seorang sufi kerap disalahpahami, terutama dalam pengalaman kesatuan antara yang jamak dan yang tunggal saat mencapai keadaan *fana*. Pada titik ini, seorang sufi tidak lagi melihat kecuali Allah semata, bahkan dirinya sendiri hanya dipandang sebagai hamba. Ia mengklasifikasikan tauhid dalam empat tingkatan, salah satunya adalah tauhid *al-siddiqīn* yang didasarkan pada penyaksian langsung (Komarudin, 2018). Pemahaman al-Ghazālī mengenai pengalaman keagamaan memiliki kesamaan

\* Corresponding Author: [defafatmasari@gmail.com](mailto:defafatmasari@gmail.com)

dengan pandangan William James yang menekankan bahwa pengalaman religius bersifat unik dan personal. James menggarisbawahi bahwa pengalaman keagamaan berakar dari kondisi kesadaran mistis dan mencakup perasaan, tindakan, dan pengalaman seseorang dalam relasi dengan Tuhan (James, 2015). Ia juga menguraikan empat karakteristik utama dari pengalaman keagamaan: *ineffability* (tidak terungkapkan), *noetic quality* (pemahaman intuitif), *transiency* (berlangsung singkat), dan *passivity* (kepasifan) (James, 1902).

Penelitian-penelitian sebelumnya mendukung pemahaman yang ada, seperti menekankan bahwa pengalaman keagamaan memiliki karakter mistik seperti persatuan dengan Tuhan dan tidak dapat dijelaskan secara verbal, serta dapat muncul melalui praktik-praktik ritual seperti shalat, dzikir, wirid, hingga *khalwāt*. Dalam konteks tasawuf, *khalwāt* merupakan bentuk jihad spiritual yang dilakukan dengan cara mengasingkan diri dari dunia, berpuasa, membatasi interaksi, dan memperbanyak dzikir. Praktik ini bukan sekadar menyendiri, tetapi juga melibatkan renungan dan penguatan relasi batin dengan Allah (Aini & Santoso, 2023). Pada kitab klasik seperti *al-Risālah al-Qushayriyyah* menjelaskan bahwa *khalwāt* adalah sifat para sufi sejati dan bagian dari perjalanan ruhani menuju Tuhan (An-Nisaiburi, 2007). Shaykh 'Abd al-Qādir Īṣā juga menegaskan pentingnya bimbingan murshid dalam *khalwāt* serta menjelaskan bahwa *khalwāt* adalah bentuk penyucian hati yang dilakukan dengan menghindari kesibukan duniawi, memperbanyak dzikir, dan tafakur. Pengalaman spiritual ini pun memiliki legitimasi dari hadis Nabi Muhammad saw., yang menyebutkan bagaimana wahyu pertama beliau diawali dengan *khalwāt* di Gua Hira (Isa, 2005).

Realitas kontemporer, praktik *khalwāt* masih diterapkan, terutama di lingkungan pesantren yang mengikuti tarekat seperti Naqsyabandiyah dan Syattariyah. Di Pondok Pesantren Al-Hikmah Gatak Sukoharjo, *khalwāt* dijadikan program tahunan khusus tanpa syarat baiat, menjadikannya unik dibandingkan pesantren lain seperti Pondok Pesantren Al-Manshur atau Girikusumo, yang mensyaratkan keikutsertaan dalam tarekat tertentu (Faiz et al., 2019). Program *khalwāt* di Al-Hikmah berlangsung selama 3 hari 2 malam dengan bimbingan murshid dan diisi oleh aktivitas-aktivitas spiritual seperti dzikir, puasa, dan diam. Dalam praktiknya, pengalaman keagamaan yang dirasakan santri melalui *khalwāt* menunjukkan variasi. Beberapa santri melaporkan perasaan tenang, kedekatan dengan Tuhan, serta transformasi batin yang mendalam. Namun ada juga yang hanya merasakan efek dzikir tanpa transformasi spiritual yang signifikan. Perbedaan ini menunjukkan adanya kompleksitas dalam merasakan pengalaman keagamaan, sebagaimana disinggung oleh William James bahwa tidak semua individu merasakan efek spiritual yang sama, sekalipun menjalani ritual yang serupa (James, 1902).

Fenomena ini menunjukkan adanya relevansi penting dalam mengkaji praktik *khalwāt* sebagai medium pembentuk pengalaman keagamaan santri.

Terjadinya krisis spiritual yang melanda generasi muda dan tantangan modernisasi di lingkungan pesantren (Jamilah & Baiquni, 2023), praktik *khalwāt* menjadi upaya untuk menjaga keseimbangan spiritual dan membangun kesadaran religius yang lebih mendalam. Pesantren, sebagai lembaga pendidikan Islam, perlu memberikan ruang praktik spiritual yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga transformatif secara batiniah. Memperhatikan fenomena tersebut, Pondok Pesantren Al-Hikmah Gatak Sukoharjo menjadi salah satu contoh konkret bagaimana *khalwāt* dijadikan sebagai jalan bagi santri untuk menumbuhkan spiritualitas melalui pengalaman keagamaan. Berangkat dari kompleksitas dan signifikansi tersebut, penting untuk menggali lebih jauh bagaimana santri mengalami pengalaman keagamaan melalui praktik *khalwāt* dalam konteks pendidikan pesantren.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan memberikan kesempatan pada peneliti untuk memahami subjek penelitian dengan memaknai prespektif yang dimilikinya (Hefferon & Gil-Rodriguez, 2011). Metode ini bertujuan menggali makna subjektif dari pengalaman keagamaan santri yang menjalani praktik *khalwāt* di Pondok Pesantren Al-Hikmah Gatak Sukoharjo. IPA memungkinkan peneliti memahami pengalaman secara mendalam dari perspektif informan. Informan dalam penelitian ini adalah santri berusia 18–25 tahun, yang pernah menjalani *khalwāt*, baik yang masih menetap di pesantren maupun tidak. Sebagian besar informan juga berstatus sebagai mahasiswa, sehingga memiliki peran ganda dalam kehidupan sehari-hari. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi semi-partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara bertujuan menggali pengalaman spiritual secara langsung, sementara observasi digunakan untuk menangkap ekspresi dan perilaku informan. Dokumentasi meliputi catatan dzikir dan unggahan media sosial yang relevan. Analisis data dilakukan melalui empat tahapan IPA yaitu membaca transkrip, mencatat komentar awal, mengidentifikasi tema emergen, dan menyusun tema superordinate (Kahija, 2017). Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi metode dan sumber, yaitu dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dokumentasi, serta data dari informan pendukung seperti teman sekamar dan pengasuh pesantren (Moleong, 2017).

## Hasil dan Diskusi

Istilah bullying berasal dari bahasa Inggris dan hingga saat ini belum memiliki padanan dalam bahasa Indonesia yang sepenuhnya mampu merepresentasikan

makna konseptualnya secara presisi. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), bullying diterjemahkan sebagai perundungan, yang berasal dari kata dasar rundung, bermakna mengganggu, merendahkan, atau menimpakan penderitaan kepada orang lain secara terus-menerus. Terjemahan ini berupaya menangkap esensi tindakan yang bersifat berulang dan menimbulkan dampak psikologis maupun fisik bagi korban. Formulasi akademik awal mengenai konsep ini diperkenalkan oleh psikolog Norwegia, Dan Olweus, yang mendefinisikan bullying sebagai perilaku negatif dan agresif yang dilakukan secara berulang dalam jangka waktu tertentu terhadap individu yang berada dalam posisi sulit untuk membela diri. Menurut Olweus, bullying mencakup berbagai bentuk perilaku merugikan, seperti penghinaan verbal, pengucilan sosial, agresi fisik, intimidasi, serta penyebaran rumor jahat dan tidak benar. Perspektif ini kemudian menjadi landasan bagi berbagai penelitian lanjutan mengenai kekerasan di lingkungan sekolah dan menegaskan bahwa bullying bukanlah peristiwa tunggal yang terisolasi, melainkan pola dominasi yang berulang dan bertujuan untuk menekan serta menimbulkan penderitaan. Pemahaman ini selanjutnya memengaruhi perkembangan riset kontemporer dalam bidang psikologi pendidikan, kesehatan mental, dan perilaku sosial, yang menekankan dampak mendalam bullying terhadap kesejahteraan emosional, perkembangan, dan resiliensi korban (Dhamayanti, 2021).

### **Pelaksanaan *khawlāt* di Pondok Pesantren Al-Hikmah Gatak Sukoharjo**

Pondok Pesantren Al-Hikmah yang merupakan pondok pesantren berbasis salaf dengan metode pembelajaran kitab kuning. Kemudian memiliki program tahunan yang cukup berbeda dari pondok pesantren lainnya yaitu *khawlāt*. *Khawlāt* mulai diterapkan dipondok pesantren ini sejak tahun 2004 yang mana ini menjadi program khusus tahunan untuk para santri. Menurut pengasuh pondok pesantren Al-Hikmah Kyai Miftahul Huda tujuan dari *khawlāt* sendiri adalah untuk membersihkan diri dengan cara merasakan gejolakan hati untuk mawas diri dan mendekatkan diri kepada Allah swt. sehingga membentuk spiritualitas dan akhlak yang baik untuk para santrinya. *Khawlāt* ini ada dengan dilatarbelakangi dari pengasuh pondok pesantren Al-Hikmah sendiri yaitu Kyai Miftahul Huda seorang mursyid dari Tarekat Naqsabandiyah Syattariyah yang merupakan gabungan dari dua tarekat yang berkembang di Indonesia yaitu Naqsabandiyah dan Syattariyah. Pada dasarnya tarekat Naqsabandiyah sendiri adalah salah satu tarekat utama ajaran tasawuf dan tarekat Syattariyah adalah tarekat yang beraliran *Ahl al-Sunnah wa al-Jamā'ah*. Sehingga dengan dasar beground dua tarekat tersebut dan ilmu ketasawufan yang dimiliki pengasuh Kyai Miftahul Huda beliau membentuk program khusus tahunan untuk para santrinya melaksanakan *khawlāt* untuk mawas diri dan mendekatkan diri kepada Allah swt.

Analisis data dalam penelitian ini didasarkan pada hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang diperoleh melalui tiga informan. Data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), yang melibatkan interpretasi temuan untuk mengidentifikasi pola makna. Berdasarkan kerangka teori yang digunakan menyatakan bahwa *khalwāt* dapat meningkatkan spiritualitas santri, hal tersebut dapat dilihat melalui proses analisis yang kemudian menghasilkan lima temuan tema yang kemudian dikelompokan kembali menjadi tiga temuan tema besar. Pengalaman keagamaan melalui *khalwāt* menjadi momen transformatif bagi para santri dalam perjalanan spiritual mereka. *Khalwāt*, yang dipahami sebagai praktik menyendiri untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah dengan bimbingan dari *murshid* dalam waktu yang ditentukan. Hal tersebut bertujuan memberikan ruang bagi santri untuk merefleksikan diri, memperdalam keimanan, serta mencapai ketenangan batin (Abdullah, 2018).

Hasil dari wawancara dan observasi yang dilakukan para santri menggambarkan *khalwāt* sebagai pengalaman yang penuh makna, dimana mereka merasakan peningkatan koneksi spiritual dan kesadaran akan kehadiran Tuhan dalam kehidupannya. Hal tersebut dijelaskan oleh ketiga informan yang mengatakan bahwa dengan zikir yang dilakukan saat *khalwāt* membuat dirinya merasakan suatu kedekatan dengan Rabnya. Selain dari hasil wawancara ketiga informan juga terdapat hasil pengamatan yang ditemukan bahwa pengalaman yang dirasakan oleh setiap informan adalah kesadaran terhadap koneksi spiritualnya dengan merasakan kedekatan dengan Tuhan melalui dzikirnya saat melakukan *khalwāt*. Hal tersebut jelas dikarenakan tujuan dari *khalwāt* yang dijelaskan *Shaykh 'Abd al-Qādir Īsā* bahwa *khalwāt* sebagai sarana penyingkapan yang sangat besar dalam hati (Isa, 2005). Sehingga dengan penyingkapan yang menyelimuti hati memberikan pengalaman suatu rasa kedekatan dengan Tuhan. Hal tersebut seperti yang dijelaskan pada teori ilik William James terkait pengalaman keagamaan yang dimiliki seseorang sebab saat menjalani proses hubungan dengan Tuhan dalam melakukan suatu peribadatan dalam agama (James, 1902).

Transformasi spiritual yang dialami individu pasca praktik *khalwāt* tidak hanya tercermin dalam peningkatan koneksi spiritual dan kesadaran akan kehadiran Tuhan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga mencakup perubahan mendalam dalam aspek psikologis dan eksistensial individu. Proses *khalwāt*, yang secara esensial merupakan metode penyucian hati (*tazkiyat al-nafs*) dan pembersihan jiwa untuk mendekatkan diri kepada Allah, membawa dampak signifikan terhadap pembentukan diri (*self-transformation*). Hal ini dikarenakan keterlibatan mendalam dalam aktivitas spiritual seperti dzikir dan kontemplasi selama *khalwāt* memungkinkan individu untuk merefleksikan kehidupannya,

menata ulang orientasi batin, dan memperkuat hubungan transendental dengan Tuhan.

Perubahan tersebut tidak hanya bersifat internal, tetapi juga memiliki manifestasi yang nyata dalam kehidupan sehari-hari, seperti peningkatan stabilitas emosi, ketenangan batin, pembentukan cara pandang hidup yang lebih positif, serta peningkatan kualitas dan konsistensi dalam beribadah. Hal tersebut terdapat pada hasil wawancara dengan tiga informan, bahwa terdapat transformasi yang tampak jelas pada setiap informan seperti mereka menggambarkan adanya kedamaian yang mendalam *pasca-khalwāt*, kemudian menunjukkan adanya perubahan dalam kesadaran diri dan peningkatan motivasi ibadah, dan merasa dengan adanya *khalwāt* dapat membentuk persepsi baru tentang makna kehidupan. Pada dasarnya *khalwāt* memang memiliki dampak positif yang signifikan terhadap keseimbangan psikologis individu, terutama dalam hal pengendalian emosi dan stabilitas mental (Aini & Rosyad, 2019).

Setiap transformasi yang terjadi dalam diri individu dapat dilihat sebagai indikator meningkatnya kualitas spiritualitas. Ketika seseorang mampu mengelola emosinya dengan lebih baik, memiliki cara pandang yang sehat terhadap hidup, serta mengalami peningkatan dalam kualitas ibadah, hal tersebut menandakan bahwa individu tersebut tengah mengalami pertumbuhan spiritual. Seperti yang dijelaskan oleh *al-Ghazālī* dalam pemikirannya, spiritualitas merupakan fondasi utama dari terbentuknya harga diri, nilai-nilai moral, rasa memiliki, serta arah dan makna hidup yang mendalam (Arisanti & Hasanah, 2022). Dengan demikian, *khalwāt* bukan hanya praktik ibadah yang bersifat individu, tetapi juga merupakan proses eksistensial yang mampu membentuk identitas spiritual seseorang.

Namun, pengalaman spiritual yang mendalam melalui *khalwāt* tidak terjadi dengan mudah. Setiap individu yang menjalani praktik ini akan dihadapkan pada berbagai bentuk ujian batin, termasuk rintangan dan gangguan yang berasal dari dalam diri maupun dari luar. Informan dalam penelitian ini mengungkapkan adanya pengalaman-pengalaman spiritual yang intens, seperti bisikan-bisikan ghaib, rasa was-was yang mendalam, serta gangguan batin yang datang secara tiba-tiba saat *khalwāt* berlangsung. Meskipun demikian, mereka tidak terpengaruh secara signifikan oleh gangguan tersebut karena mampu menjaga fokus pikiran dan hatinya pada dzikir dan kesadaran akan kehadiran Allah.

Fenomena ini telah dijelaskan oleh Shaykh 'Abd al-Qādir 'Īsā dalam karya klasiknya *Haqīqat al-Tasawwuf*, yang menyatakan bahwa seseorang yang tengah melakukan dzikir dalam kesunyian *khalwāt* harus mampu menguasai hatinya dari berbagai godaan batin. Menurut beliau, jika seorang murid tidak mampu melawan dan mengendalikan godaan-godaan tersebut, maka hatinya akan

kosong dari dzikir, dan proses spiritualnya tidak akan mencapai hasil yang optimal. Namun apabila godaan tersebut berhasil diatasi dan kesadaran hati dapat dikembalikan kepada dzikir, maka ujian-ujian selanjutnya akan datang dalam bentuk yang berbeda untuk terus menguji keteguhan spiritual hingga *khalwāt* mencapai kesempurnaannya (Isa, 2005). Dengan demikian, *khalwāt* bukan sekadar praktik kontemplatif, melainkan proses spiritual yang dinamis dan kompleks, yang menuntut keteguhan iman serta kesiapan mental dan emosional yang tinggi.

Pengalaman batin dan emosional yang terjadi saat melakukan praktik *khalwāt* merupakan tema yang menggambarkan bahwa praktik *khalwāt* sendiri tak hanya melakukan berbagai amalan dengan tujuan *tazkiyat al-nafs* namun didalam praktiknya terdapat berbagai ujian batin yang diterima oleh setiap orang yang sedang menjalankannya. Pada ujian tersebutlah yang akan membentuk spiritualitas seorang pelaku *khalwāt*. Pengalaman batin dan emosional seseorang saat *khalwāt* adalah bentuk suatu ujian apakan bertahan tidaknya seseorang saat melakukan *khalwāt* untuk penyucian dan pendekatan diri kepada Allah swt. Kemudian pengalaman batin yang dimiliki seorang pelaku *khalwāt* biasanya berupa pengalaman mistik yang akan mempengaruhi emosional seseorang seperti merasakan rasa takut, was-was, khawatir, dan perasaan mengganggu lainnya. Hal tersebut adalah bentuk ujian seseorang dalam melakukan *khalwāt*. Hal tersebut dirasakan pada setiap subjek penelitian.

Menurut pengalaman yang diterima dari tiga subjek penelitian yang mewakili terdapat pengalaman gangguan-gangguan seperti mendapati suara kuntilanak saat tengah fokus berdzikir yang membuat takut dan berfikir negatif. Kemudian merasa dipantau oleh Abah Yai selama melakukan *khalwāt* terutama diwaktu malam, sehingga dalam dirinya timbul rasa was-was dan merasa terpantau. Hal tersebut membuat emosional dua subjek tersebut kurang baik karena menunjukkan respon emosional yang negatif. Kemudian pada subjek lainnya memiliki pengalaman mistik yang hampir sama namun memiliki respon emosional yang berbeda yaitu mendapati sebuah bisikan dari Ibu Nyai dan menghadirkan respon emosional yang cukup positif yang mana terdapat ketenangan batin setelah bisikan ghaib tersebut. Sehingga dari berbagai pengalaman mistik dan respon emosional tiga informan tersebut dapat memperkuat diri dari berbagai godaan yang ada saat mendekatkan diri kepada Allah swt.

Kesadaran dan transformasi diri seseorang yang melakukan *khalwāt* adalah suatu bentuk spiritualitas yang meningkat. Hal tersebut didapat serangkaian *khalwāt* yang dilakukan sebagai bentuk muhasabah seseorang kepada Allah swt. seperti dzikir dan meditasi yang dilakukan dimalam hari saat *khalwāt*. Dengan *khalwāt* sebagai refleksi yang mengarah pada kesadaran diri, penerimaan, serta perubahan dalam pola pikir, dan gaya hidup seseorang. Sehingga dengan

kesadaran diri yang diterima akan menjadikan diri seseorang bertransformasi menjadi yang lebih baik. Menurut para santri yang melakukan *khalwāt* mereka menemukan kesadaran pada dirinya dalam memandang dunia. Sehingga hal tersebut menjadikan jalan untuk diri mereka bisa berubah lebih baik, dan menjalankan kehidupanya dengan penuh makna. Para santri setelah melakukan *khalwāt*, sering kali merasakan kedamaian batin yang mendalam, sebagai hasil dari pencarian spiritual. Rasa kedekatan dengan Allah tercipta melalui kesendirian ini, yang memberikan kesempatan untuk bermunajat secara lebih intim. Seseorang merasa seolah-olah mendapatkan petunjuk atau kedamaian yang tidak dapat ditemukan dalam keramaian dunia. Sehingga hal tersebut membuat mereka merasakan kedekatan dengan Allah swt.

Proses *khalwāt* sering kali tidak mudah. Banyaknya tantangan mental yang bisa muncul, seperti godaan untuk merasa cemas, rasa kesepian yang bisa menimpa, atau bahkan pikiran-pikiran duniawi yang datang begitu saja. Menghadapi proses ini membutuhkan ketekunan dan kekuatan mental, serta kemampuan untuk menenangkan pikiran agar fokus tetap pada tujuan spiritual. Tantangan mental ini bisa menjadi bagian dari ujian yang memperkuat jiwa seseorang dalam pencarian spiritual. Hal tersebut seperti yang dirasakan oleh santri-santri yang melakukan *khalwāt* dengan mengalami berbagai ujian seperti perasaan was-was, perasaan takut, dan perasaan khawatir.

Setelah menjalani pengalaman *khalwāt*, banyak santri yang merasakan adanya perubahan dalam sikap dan pandangan hidup mereka. Mereka bisa menjadi lebih menerima, lebih bijaksana, dan lebih yakin. Ada perubahan dalam cara mereka memandang kehidupan dan orang lain yaitu lebih memperhatikan kualitas hubungan dengan sesama dan lebih bersyukur atas apa yang dimiliki. Rasa kedekatan dengan Tuhan sering kali juga memperkaya pandangan hidup mereka terhadap makna hidup dan tujuan yang lebih tinggi. Seperti santri yang sebelumnya adalah orang yang pendendam kini menjadi lebih menerima dan berserah diri, kemudian terdapat juga yang sebelumnya adalah pribadi yang emosional kemudian sekarang menjadi pribadi yang santai dan bodo amatan, dan yang sebelumnya adalah pribadi yang susah menerima kini menjadi lebih pasrah dan yakin kepada Allah swt.

## **Pengaruh Praktik *khalwāt* pada Santri di Pondok Pesantren Al-Hukmah Gatak Sukoharjo**

Penelitian ini menemukan bahwa praktik *khalwāt* yang dilakukan oleh santri di Pondok Pesantren Al-Hukmah Gatak Sukoharjo memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dimensi spiritual, emosional, dan perilaku individu. Temuan penelitian disintesiskan menjadi tiga tema besar (superordinat) yang merepresentasikan proses, tantangan, dan hasil dari praktik *khalwāt*. Ketiga tema tersebut adalah sebagai berikut:

### *Tantangan Psikis dan Ujian Spiritual dalam Proses *Khalwāt**

Praktik *khalwāt* yang sejatinya bertujuan untuk menyucikan jiwa (tazkiyat al-nafs) dan memperkuat kedekatan dengan Allah SWT, ternyata tidak lepas dari tantangan spiritual yang bersifat menguji kekuatan batin santri. Dalam suasana yang sunyi dan gelap, santri lebih fokus dalam berdzikir dan melakukan *riādah* ruhani. Hal ini selaras dengan pandangan Abdullah (2018), yang menyatakan bahwa *khalwāt* membantu mengunci pancaindra lahir dan mengaktifkan indra batin, sehingga memungkinkan tercapainya kesadaran spiritual yang lebih dalam. Hal tersebut dialamai oleh santri Pondok Pesantren Al-Hikmah saat melalukan praktik *khalwāt*, dimana mereka mengalami seperti mendengar suara ghaib yang menyerupai makhluk mistik seperti kuntilanak, hingga ada yang merasa melihat mahluk tak kasat mata. Namun hal tersebut merupakan bentuk ujian spiritual saat seseorang sedang *khalwāt* yang perlu dilalui dengan terus fokus berdzikir dan tidak mengikutinya. Hal ini diperkuat oleh Djamaruddin dalam satu penelitian yang menyatakan bahwa gangguan setan dalam praktik *khalwāt* dapat menyerang melalui bisikan dan gelombang-gelombang pikiran yang masuk melalui saraf manusia (Lailatul Izzah, 2022). Pengalaman-pengalaman yang hadir menegaskan pentingnya bimbingan mursyid dalam proses *khalwāt*, karena setiap individu akan melalui tahapan ujian batin untuk mengukur kekuatan dzikir dan keteguhan niat dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT.

### *Transformasi Diri melalui Proses Penyucian Batin*

Praktik *khalwāt* tidak hanya membawa santri pada pengalaman spiritual, tetapi juga mendorong terjadinya transformasi kepribadian dan pengendalian emosi. Sebagaimana dijelaskan dalam beberapa literatur, *khalwāt* bertujuan untuk mengosongkan jiwa dari sifat buruk dan menggantinya dengan akhlak terpuji (Aini & Rosyad, 2019). Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah menjalani *khalwāt*, santri mengalami perubahan dalam berbagai aspek diri mereka. Seperti terdapat santri yang sebelumnya dikenal emosional dan ambisius dalam urusan dunia, mengaku lebih sadar dan tenang setelah menjalani *khalwāt*. Kemudian juga ada yang mengalami perubahan dari pribadi yang cepat marah menjadi lebih tenang dan santai dalam menghadapi persoalan hidup. Dan ada yang mengalami peningkatan dari sisi religiusitas, yakni menjadi lebih tekun menjalankan ibadah-ibadah sunnah seperti shalat malam, dzikir, dan merasa lebih dekat dengan Tuhan. Terdapat literatur yang menunjukkan bahwa praktik *khalwāt* berdampak pada penguatan kontrol emosi dan peningkatan kualitas ibadah (Lailatul Izzah, 2022). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *khalwāt* memberikan dampak positif terhadap proses transformasi diri santri, baik dari segi spiritualitas, emosi, maupun perilaku sosial.

### **Implikasi Spiritualitas dan Ketenangan Jiwa Pasca-*Khalwāt***

Praktik *khalwāt* berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan spiritualitas dan ketenangan batin santri. Pada pengalaman spiritual seorang sufi ditandai oleh kekhusukan dalam berdzikir dan ketekunan dalam bertafakur (Abdullah, 2018). Hal tersebut dirasakan oleh santri saat telah melakukan *khalwāt*, bahwa mereka mengonfirmasi setelah menjalani *khalwāt*, mereka mengalami perubahan dalam kualitas ibadah dan ketenangan jiwa, seperti merasa lebih ikhlas dan berserah diri kepada Allah dalam menghadapi persoalan, meskipun dalam hatinya masih ada luka emosional. Kemudian merasakan kedekatan spiritual yang intens saat berdzikir, dan menjadi lebih tenang dalam menghadapi tantangan hidup, serta mengalami peningkatan spiritualitas yang ditunjukkan melalui konsistensi ibadah sunnah serta penggunaan dzikir sebagai metode menenangkan diri saat menghadapi masalah. Terdapat hikmah dari *khalwāt* meliputi meningkatnya ketenangan jiwa, penguatan spiritualitas, dan kedekatan dengan Allah SWT. Oleh karena itu, praktik *khalwāt* dapat dianggap sebagai salah satu metode spiritual yang efektif dalam membentuk ketenangan batin dan kestabilan psikologis santri (Aini & Rosyad, 2019).

### **Kesimpulan**

Pengalaman keagamaan merupakan elemen penting dalam kehidupan spiritual seseorang karena membantu memperkuat hubungan dengan Tuhan dan meningkatkan kualitas spiritualitas. Namun, pengalaman ini tidak didapat secara instan, melainkan melalui proses dan ritual tertentu, salah satunya adalah *khalwāt*, praktik penyendirian dalam tradisi tasawuf Islam. Penelitian ini mengkaji pengalaman keagamaan santri Pondok Pesantren Al-Hikmah Gatak Sukoharjo dalam menjalani *khalwāt*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri mengalami berbagai dinamika batin dan transformasi spiritual. Pertama, mereka menghadapi ujian mental selama *khalwāt*, seperti rasa takut, bisikan batin, dan konflik emosi. Kedua, setelah melewati proses tersebut, muncul transformasi diri yang ditandai dengan peningkatan kesadaran diri, perubahan cara pandang hidup, serta kemampuan menghadapi masalah dengan sikap positif dan penuh husnudzan kepada Tuhan. Ketiga, mereka merasakan ketenangan jiwa dan kedekatan yang lebih dalam dengan Allah SWT, yang tercermin dalam ibadah yang lebih khusuk dan perasaan damai dalam menjalani kehidupan. Dengan demikian, *khalwāt* berperan penting dalam membentuk kedewasaan spiritual, memperkuat ketenangan batin, dan memperdalam hubungan individu dengan Tuhan.

### **Daftar Pustaka**

Abdullah, F. (2018). Spiritualitas Sosial Tarekat Naqsabandiyah: Kajian terhadap

- Prinsip Khalwat Dar Anjuman. *Tsaqafah*, 14(2), 223. <https://doi.org/10.21111/tsaqafah.v14i2.2341>
- Aini, P. F., & Rosyad, R. (2019). Khalwat dalam mengendalikan emosi. *Syifa Al-Qulub*, 3(2), 53–64. <http://dx.doi.org/10.15575/saq.v3i2.4321>
- Aini, S., & Santoso, B. (2023). Pengaruh Dzikir Terhadap Kesehatan Mental Santri di MTs Terpadu Pondok Pesantren Haji Abdul Karim Syu'aib. *Journal of Educational Management and Strategy*, 2(1), 11–20. <https://doi.org/10.57255/jemast.v2i1.224>
- An-Nisaiburi, A. Q. A. K. H. al-Q. (2007). *Risalah Qusyairiyah: Sumber Kajian Ilmu Tasawuf* (A. M. Asrori (ed.)). Pustaka Amani.
- Arisanti, K., & Hasanah, A. (2022). Peningkatan Spiritualitas Santri Melalui Dzikir Senja Di Musalla Subulussalam Sentong. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 1349–1358.
- Faiz, M., Sodiq, I., & Amin, S. (2019). Sejarah dan Perkembangan Pondok Pesantren Girikusumo di Demak Tahun 1997- 2008. *Journal of Indonesian History*, 8(1), 167–180. <https://doi.org/10.7591/9781501718977-014>
- Hefferon, K., & Gil-Rodriguez, E. (2011). Interpretative phenomenological analysis. *Psychologist*, 24(10), 756–759. <https://doi.org/10.4324/9781315105246-7>
- Hidayatulloh, T., & Saumantri, T. (2023). Kerukunan Beragama dalam Lensa Pengalaman Keagamaan Versi Joachim Wach. *Al-Adyan: Journal of Religious Studies*, 4(1), 24–37. <https://doi.org/10.15548/al-adyan.v4i1.5876>
- Isa, S. 'Abdul Q. (2005). *Terjemah Haqoiq 'an at-Tashawwuf [Hakekat Tasawuf]* (Indonesia). Qisthi Press.
- James, W. (1902). The Varieties of Religious Experience. In *Proceedings from the International Thermal Spray Conference* (Vol. 83669). <https://doi.org/10.31399/asm.cp.itsc2006p0637>
- James, W. (2015). *The Varieties Of Religious Experience: Pengalaman-Pengalaman Religius*.
- Jamilah, M., & Baiquni, M. M. (2023). Metode Pendidikan Spiritual Santri: Studi Komparasi di Pondok Pesantren Mansyaul Ulum dan Pondok Pesantren Miftahul Ulum Putri/PPRU IV Ganjaran Gondanglegi Malang. *Ma'arif: Journal of Education, Madrasah Innovation and Aswaja Studies*, 2(2), 60–72. <https://doi.org/10.69966/mjemias.v2i2.33>
- Kahija, Y. La. (2017). *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup* (G. Sudibyo (ed.). PT Kanisius.
- Lailatul Izzah. (2022). Pengaruh Khalwat Tareqat Naqsabandiyah Terhadap Emotional Control dan Kualitas Ibadah pada Santri di Ponpes Darus Shofa

- Kandis. *Nathiqiyah*, 5(2), 83–94.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (36th ed.). Remaja Rosdakarya,.