

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Marah merupakan fenomena yang sering dijumpai pada masyarakat dalam ranah sosial dan komunikasi,<sup>1</sup> baik bagi orang dewasa, maupun pada anak- anak. Terkadang juga dari emosi marah ini banyak sekali kejadian- kejadian yang tidak diinginkan oleh semua orang yang sedang mengalaminya. Terkadang bisa juga terjadi saat emosi marah ini tidak terkendalikan oleh jiwa atau keadaan fisik yang kurang menguntungkan. Marah ini akan lebih mudah timbul dan sampai ada juga orang yang marah dengan melempari barang- barang yang ada di sekitarnya. Serta bisa juga sampai mengeluarkan kata- kata yang negatif dan tindakan serta ucapan- ucapan yang negatif dan kurang sopan yang tidak diinginkan oleh diri subyek.

Menurut Teori Schacher dan Singer kita tidak merasa marah karena ketegangan otot kita rahang kita berdetak, denyut nadi kita menjadi cepat dan sebagainya, tetapi karena kita secara umum jengkel, kita mempunyai berbagai kognisi tertentu tentang sifat kejengkelan kita.<sup>2</sup>Teori ini dikenal sebagai teori yang paling klasik yang berorientasi pada rangsangan. Reaksi fisiologik dapat saja sama hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah dan sebagainya, namun jika rangsangannya menyenangkan – seperti diterima di perguruan tinggi

---

<sup>1</sup> Abdul Hidayat Saerodjie. 2001. *Terapi Terhadap 15 Penyakit Hati*, Jakarta: penerbit paramarta, ,53.

<sup>2</sup>Ibid : 401

yang diminati, emosi yang timbul dinamakan senang. Sebaliknya jika rangsangannya membahayakan misalnya melihat ular yang berbisa emosi yang timbul dinamakan takut. Para ahli psikologi melihat teori ini lebih sesuai dengan teori kognisi.

Oleh karenanya marah biasanya disebut sebagai gangguan setan yang biasanya dilakukan pada orang-orang yang keadaan emosinya lagi labil, badan atau keadaan fisik yang tidak mendukung sehingga sering terjadi kemarahan pada diri seseorang.<sup>3</sup> Marah menjadi bahan acuan dalam persepsi seseorang yang merupakan sebuah implikasi jiwa seseorang yang di tampilkan pada diri seseorang melalui perasaan yang dapat dilihat dari gejala-gejala marah itu sendiri. Hal seperti yang telah di ungkapkan di atas merupakan hal yang di jumpai di “Madrasah Muallimin Muallimat Atas” Bahrul Ulum Jombang.<sup>4</sup> Sebuah fenomena yang kerap di jumpai sebagai sebuah implikasi dari kepribadian seseorang.

Kemarahan merupakan hal yang manusiawi dialami oleh manusia namun jika kemarahan itu terlalu berlebihan dan menimbulkan efek yang kurang bagus untuk orang lain yang berupa moral yang tidak terarah, sedangkan pesantren merupakan pendidikan yang menjunjung tinggi moral dan nilai sosial yang sangat tinggi dan didasari syariat islam, maka kemarahan itu akan menimbulkan sebuah dampak yang sangat negatif pada siswa Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum sendiri dan

---

<sup>3</sup>Ibid, 54.

<sup>4</sup>Madrasah Mu'allimin Mu'allimat Atas, bahrul ulum adalah sekolah yang berada di bawah naungan yayasan pondok pesantren bahrul ulum atau yang biasa dikenal dengan pesantren Tambakberas di wilayah jombang, jawa timur Indonesia. Pondok pesantren Tambakberas didirikan oleh KH. Abdul Fatah tahun 1958 yang merupakan pendidikan lanjutan dari madrasah ibtidaiyah yang telah lama eksis di pondok pesantren Bahrul Ulum Jombang.

diri seseorang tersebut. Salah satu guru di “Madrasah Muallimin Muallimat Atas” Bahrul Ulum mengatakan bahwa emosi akan menjadi semakin kuat dan menantang jika diberi ekspresi fisik.<sup>5</sup> Oleh karenanya bila keadaan marah ada yang mengepalkan tinju, memaki-maki dan membentak-bentak, orang tersebut tidak mengurangi amarahnya, namun justru akan menjadi membludak emosi marahnya. Karena stabilitas keadaan fisik juga sangat diperlukan. Serta keadaan santai seseorang saat mengalami kemarahan juga sangat diperlukan. Untuk itu disini peran wudhu juga sangat penting bagi orang yang mengalami kemarahan untuk meredakan marahnya.

Menurut Teori James - Lange, disebutkan bahwa emosi timbul setelah terjadinya reaksi psikologik, jadi kita senang karena kita meloncat-loncat setelah melihat pengumuman dan kita takut karena lari setelah melihat ular. William James dari Amerika Serikat dan Carl Lange dari Denmark, mengemukakan bahwa pada saat yang hampir bersamaan, suatu teori tentang emosi yang mirip satu dengan yang lainnya, sehingga teori ini dikenal dengan nama teori James- Lange. Mengatakan bahwa emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon berbagai rangsangan yang datang dari luar. Dan emosi menurut kedua teori ini, terjadi karena adanya perubahan pada system vasomotor otot-otot. Oleh karenanya James melihat empat langka terjadinya suasana terjadinya suasana emosional yakni: pertama Kejadian itu dipahami. Kedua impuls itu bergerak dari system saraf pusat ke otot,

---

<sup>5</sup> Ishomuddin, wawancara, 25 maret 2013 di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum Jombang

kulit dan organ dalam. Ketiga sensasi yang disebabkan oleh perubahan bagian-bagian tubuh tersebut yang disalurkan ke otak. Keempat, Implus balik tersebut kemudian dipahami oleh otak dan setelah dikombinasi oleh stimulus pertama menghasilkan objek yang dirasakan emosional.<sup>6</sup>

Dengan demikian dapat diketahui bahwa emosi adalah kecenderungan siswa untuk memiliki perasaan yang khas jika berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya.<sup>7</sup> Dan emosi adalah suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *inneradjustment* penyesuaian diri dalam terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu. Oleh karena itu emosi itu sebenarnya tidak terlalu negatif untuk diri masing-masing manusia namun dari emosi tersebut bagaimana bisa mengendalikan dan menjinakkannya. Karena tanpa adanya emosi hidup setiap orang yang hidup di dunia ini kering kerontang tak ada warnanya.<sup>8</sup> Termasuk juga salah satunya adalah keadaan emosi marah seorang siswa jauh lebih tinggi di pesantren karena pesantren merupakan tempat berkumpulnya para siswa selama dua puluh empat jam penuh dalam kurun waktu yang cukup lama. Sehingga tingkat emosi sesama temanpun jauh lebih tinggi di bandingkan sekolah umum yang hanya delapan jam dalam satu hari.<sup>9</sup>

Untuk itu peran dan tindakan yang harus dilakukan oleh manusia atau setiap individu untuk meredam emosi kemarahannya sehingga tidak perlu khawatir dan labil dalam mengambil suatu tindakan yang akan

---

<sup>6</sup> Alex Sobur.2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia (dalam Efendi & Praja, 1993, Mahmud 1990, Dirgagunarsa, 1996)

<sup>7</sup> Ibid.

<sup>8</sup> Ibid.

<sup>9</sup> Observasi awal, 25 Maret 2013 di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum

diambilnya dan tidak perlu takut untuk menghadapi setiap individu yang dihadapannya karena takut akan pelampiasan kemarahannya berimbis pada diri individu tersebut.<sup>10</sup>

Oleh karena itu disini peran wudhu merupakan salah satu alternatif sebagai peredam marah seseorang yang dihadapinya. Tidak lain disini dimaksud adalah jika seseorang mengalami marah yang sangat tinggi, maka dengan berwudhu kemarahan seseorang itu akan meredam seorang siswa di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum, sebagai salah satu alternatif peredaman kemarahan seseorang tersebut. Fenomena tersebut kerap kali di temukan peneliti di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum dan merupakan anjuran dari *ustadz-ustadzah* dalam menetralsir kemarahan.

Kegitan spiritual dalam era globalisasi seperti sekarang ini merupakan sebuah kegiatan yang perlu ditingkatkan. Mengingat banyaknya tradisi-tradisi barat telah merambat kepada pesantren pada umumnya. Dengan demikian tradisi ketika didapati seorang siswa sedang marah dan di netralisir dengan bewudhu merupakan hal yang unik yang di lakukan pada era globalisasi ekarang ini. Era di mana telah tersebar luasnya internet dan ilmu pengetahuan umum. Ketika wudhu di praktekkan dalam sebuah wadah pendidikan memberikan *coure* yang lebih tinggi pada pendidikan pesantren pada umumnya, dan dapat menjadi contoh bagi pesantren-pesantren modern lainnya untuk tetap

---

<sup>10</sup> Abdul Hidayat Saerodjie. 2001. *Terapi Terhadap 15 Penyakit Hati*, Jakarta: penerbit paramarta.,53.

mempertahankan tradisi shalaf seperti di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum.

Wudhu ini merupakan sebuah petunjuk yang berhukum wajib, ketika seseorang mau mengerjakan sesuatu hal terutama sholat. Wudhu merupakan salah satu alternatif yang harus dilakukan oleh setiap orang untuk merendam emosi marahnya karena dengan berwudhu seseorang akan lebih mudah mengontrol keadaan kemarahannya.<sup>11</sup> Sebab dalam berwudhu terdapat do'a-do'a disertai dengan basuhan-basuhan pada anggota badan tertentu sehingga tidak perlu khawatir akan sesuatu yang membahayakan bagi diri dan fisik. Kegiatan berwudhu merupakan hal yang diwajibkan bagi kaum muslim dan menjadi pengawal dari segala kegiatan keislaman.

Dalam Islam Rosullullah pernah menyeruhkan pada kaum muslimin bahwa sifat pemaarah disuruh untuk dikendalikan dan dikontrol kemarahannya. Abu Hurairah berkata: "Seorang laki-laki berkata kepada Rosullulah, berilah saya wasiat". Rosullullah berkata. "Engkau jangan marah" lelaki itu mengulangi permintaannya beberapa kali, dan beliau jawabnya serupa "Engkau jangan marah".<sup>12</sup> Emosi marah merupakan yang yang di anggap negatif pada diri seseorang, sehingga islam melarang sebuah kemarahan karena mengandung nilai negatif pada diri seseorang. Demikian halnya, tentang hadits nabi yang di riwayatkan Abu Hurairah

---

<sup>11</sup> Ali Mu'nis.2002. *Pengobatan Para Nabi*.Jakarta: Kalam Mulia. 8.

<sup>12</sup> Ibid.,9-13.

yang disebutkan di atas. Melarang akan kemarahan. Karena adanya unsur yang negatif dalam kemarahan.<sup>13</sup>

Dari hadis nabi di atas dijadikan pijakan oleh para *asatidz-asatidzh* di pondok pesantren Bahrul ulum Jombang khususnya Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum untuk menetralsir kemarahan yang ditimbulkan dari adanya stimulus dari luar diri seseorang. Dari itu hal yang merupakan ajaran dari nabi dijadikan acuan yang tetap dalam lingkungan pesantren Bahrul Ulum, sehingga hal-hal relegius seperti ini kerap di temukan di pesantren Bahrul Ulum dan menjadi program non formal dalam Madrasah Muallimin Muallimat Atas.

Banyak problem yang terjadi pada kegiatan belajar mengajar bagi siswa yang memiliki emosi lebih tinggi dari pada yang lain, seperti yang terjadi di Madrasah Muallimin Muallimat Atas Bahrul Ulum telah ditemukan siswa marah karena faktor internal yaitu faktor yang penyebabnya terjadi didalam kelas seperti merasa sulit dalam memahami pelajaran yang didalamnya, gurunya *killer* dalam mengajar, suasana kelas kurang kondusif untuk belajar, dan sering tidak naik kelas pada saat kenaikan kelas. Maupun faktor eksternal merupakan faktor penyebab yang terjadi diluar kelas misalkan masalah keluarga, ekonomi, pacaran, dan juga masalah berteman.<sup>14</sup> Murid yang memiliki tingkat emosi lebih tinggi lebih sering terlihat marah dalam kelas baik pada guru berupa tidak menghiraukan materi yang disampaikan, teman, bahkan merasa pesimis

---

<sup>13</sup>Abdul Mujib.2006. *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*. Jakarta: Rajagrafindo Persada..

<sup>14</sup>Observasi, 15 Februari 2013

pada setiap keadaan dan tanpa introspeksi diri pada umumnya dimiliki seorang siswa yang belajar di lingkungan pesantren.

Dengan berwudhu juga kemarahan bisa diredam dan karenanya meneliti fenomena berwudhu sebagai peredam marah ini sangatlah menarik, jika dilakukan dengan benar dan dilakukan dengan maksimal. Berwudhu merupakan satu hal yang wajar dan biasa dilakukan oleh setiap orang muslim sebelum melakukan sholat dan membaca Al-Qur'an<sup>15</sup>. Namun bagaimana jika berwudhu sebagai peredam marah. Padahal kiat untuk peredam marah ini juga telah diajarkan pada Rosulullah. Namun disini kita belum bisa mengetahui secara lebih dalam lagi mengenai berwudhu sebagai peredam suatu emosi yang negatif yakni marah atau peredam marah dan amarah yang kerap dialami oleh manusia.

Berdasarkan penelitian mengenai hidrologi yang sudah dilakukan oleh salah satu ahli professor hidrologi dari Jepang Masaru Emoto dari Universitas Yokohama yang meneliti mengenai air menyebutkan bahwa kenapa wudhu bisa meredakan kemarahan seseorang. Karena pada air wudhu tersebut terdapat molekul-molekul air yang sudah terisi oleh untaian doa-doa. Sehingga jika seseorang melakukan wudhu air ini bisa meredakan energi negatif yang ada dalam diri seseorang tersebut. Sehingga kemarahan yang timbul tersebut dapat dikendalikan dengan baik.

Menurut Masaru Emoto Air murni dari mata air di Pulau Honshu didoakan secara agama Shinto, lalu didinginkan sampai -5oC di laboratorium, lantas difoto dengan mikroskop elektron dengan kamera

---

<sup>15</sup> Abdul Asziz Wahyudi.1991.*Psikologi Agama*, Bandung: Sinar Bintang.32.



kecepatan tinggi. Ternyata molekul air membentuk kristal segi enam yang indah. Percobaan diulangi dengan membacakan kata, “Arigato” terima kasih dalam bahasa Jepang di depan botol air tadi. Kristal kembali membentuk sangat indah. Lalu dicoba dengan menghadapkan tulisan huruf Jepang, *Arigato*. Kristal membentuk dengan keindahan yang sama. Selanjutnya ditunjukkan kata “setan”, kristal berbentuk buruk. Diputar musik Symphony Mozart, kristal muncul berbentuk bunga. Ketika music heavy metal diperdengarkan, kristal hancur.

Semakin kuat konsentrasi pemberi pesan, semakin dalam pesan tercetak di air. Air bisa mentransfer pesan tadi melalui molekul air yang lain. Barangkali temuan ini bisa menjelaskan, kenapa air putih yang didoakan bisa menyembuhkan si sakit. Dulu ini kita anggap musyrik, atau paling sedikit kita anggap sekadar sugesti, tetapi ternyata molekul air itu menangkap pesan doa kesembuhan, menyimpannya, lalu vibrasinya merambat kepada molekul air lain yang ada di tubuh orang sakit.

Tubuh manusia memang 75% terdiri atas air. Otak 74,5% air. Darah 82% air. Tulang yang keras pun mengandung 22% air. Air putih galon di rumah, bisa setiap hari didoakan dengan khushyu kepada Allah, agar anak yang meminumnya saleh, sehat, dan cerdas, dan agar suami yang meminum tetap setia. Air tadi akan berproses di tubuh meneruskan pesan kepada air di otak dan pembuluh darah. Dengan izin Allah, pesan tadi akan dilaksanakan tubuh tanpa kita sadari. Bila air minum di suatu kota didoakan dengan serius untuk kesalehan, insya Allah semua penduduk yang meminumnya akan menjadi baik dan tidak beringas.

Penelitian hidrology tersebut menjadi landasan awal bagi akademisi dalam meneliti air dan efek air pada psikologis seseorang. Sehingga mengkolaborasikan keislaman, biologi dan psikologi, dengan demikian keilmuan akan selalu berkembang seiring berjalannya waktu dan membentuk sebuah keilmuan yang baru. Hal tersebut diteliti professor Jepang dengan judul *The Power True Of Water* sebuah karang yang sangat spektakuler dan diperlihatkan di mata dunia. Dan dapat diterima dalam semua kalangan bahwa air yang berisi do'a-do'a akan merubah molekul-molekul air.

Dengan dilakukannya penelitian tersebut merupakan sebuah fenomena positif bagi orang muslim untuk melakukan penelitian tentang air dan hubungannya dengan keilmuan-keilmuan yang lain karena jauh sebelum itu telah menjadi sebuah hadis nabi namun tak satupun yang hendak melakukan sebuah *research* lanjutan mengenai hal tersebut. Sebuah keilmuan baru untuk mengungkapkan kebesaran islam dan keagungan Allah SWT.

Untuk itu dalam penelitian ini akan diketahui dan dilakukan sebuah penelitian fenomenologis yang mengimplikasikan sebuah kolaborasi antara *Islamic sains*, *biology sains*, dan *psikology sains*. Sebuah penelitian yang fundamental dan perlu untuk diteliti demi mengembangkan keilmuan keislaman dan psikologi bagaimana pengaruhnya marah dengan cara dikendalikan dengan berwujud

sebagaimana ajaran islam dan ajaran Rosulullah. Yang telah diajarkan pada sahabat dan umatnya yakni umat muslim.

Dari hal itu peneliti mengangkat judul penelitian “WUDHU SEBAGAI TERAPI MARAH (Penelitian Kualitatif di Madrasah Mu'allimin Mu'allimat Bahrul Ulum) dengan rumusan masalah sebagai berikut:

### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana bentuk-bentuk wudhu yang dilakukan siswa MMA Bahrul Ulum?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perilaku marah siswa MMA Bahrul Ulum?
3. Bagaimana proses wudhu sebagai terapi marah siswa MMA Bahrul Ulum?
4. Bagaimana bentuk perubahan perilaku marah setelah diberikan treatment wudhu bagi siswa MMA Bahrul Ulum?

### **C. Tujuan penelitian**

1. Untuk mengetahui bentuk-bentuk wudhu yang dilakukan di MMA Bahrul Ulum Tambakberas.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku marah.
3. Untuk mengetahui proses wudhu sebagai terapi marah.
4. Untuk menemukan bentuk perubahan perilaku pada subjek setelah diberikan treatment dengan wudhu.

#### **D. Manfaat penelitian**

Besar harapan pada hasil yang diperoleh dari tulisan ini, sehingga dapat memberikan manfaat, diantaranya adalah:

##### 1. Aspek Teoritis

Hasil ini menjadi tambahan literasi baru yang referen terhadap keilmuan psikologi pada khususnya, dan keilmuan integratif pada umumnya, sehingga dapat menambah pengetahuan akan semakin bertambah dalam dimensi kajian materi, baik sisi materi teori, materi fakta atau kolaborasinya.

##### 2. Aspek Praktis

###### a. Bagi Lokasi Penelitian

Sebagai media rekomendasi pelaksanaan peningkatan mutu kesejahteraan masyarakat dalam menangani pengendalian wudhu sebagai peredam emosi marah seseorang.

###### b. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman, pengetahuan, wawasan, dan keberagaman pola pikir dalam prosedur pelaksanaan sebuah kegiatan yang berdasarkan profesi, pengabdian masyarakat sekaligus penelitian.