

**INTERNALISASI NILAI MANAJEMEN QOLBU DALAM  
MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI SANTRI DAARUT  
TAUHID BANDUNG**

**NITA AZIZAH**

**1404621022**



Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

**PRODI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2025**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

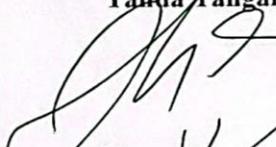
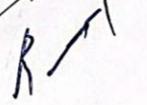
**Penanggung Jawab  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum**

**Universitas Negeri Jakarta**



**Firdaus Wajdi, S.Th.I., M.A., Ph.D.**

**NIP. 198107182008011016**

No.	Jabatan	Nama Lengkap dan Gelar	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Ketua Sidang	Dr. Andy Hadiyanto, M.A NIP. 197410212001121001		31/07 - 2025
2.	Sekretaris	Dr. Khairil Ikhsan Siregar, Lc., MA NIP. 196803152005011003		30/07 - 2025
3.	Penguji Ahli	Dr. Rihlah Nur Aulia, M.A NIP. 197909122008012018		1/08 - 2025
4.	Pembimbing 1	Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D NIP. 197909122008012018		30/07 - 2025
5.	Pembimbing 2	Dr. H. Sa'dullah, S.Ag., M.Ag., M.Si NIP. 197105152006042015		23/07 - 2025

**Tanggal Lulus :**

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam  
Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Univesitas Negeri Jakarta:

Nama : Nita Azizah

Nomor Registrasi: 1404621022

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**INTERNALISASI NILAI  
MANAJEMEN QOLBU DALAM MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI SANTRI  
DAARUT TAUHIID BANDUNG**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dan pengembangan pada bulan Maret s/d Mei 2025
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau menjiplak karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 14 Juli 2025

Pembuat Pernyataan



Handwritten signature of Nita Azizah.

Nita Azizah

NIM. 1404621022



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nita Azizah  
NIM : 1404621022  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum / Pendidikan Agama Islam  
Alamat email : ritaazizah789@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Internalisasi Nilai Manajemen Qalbu dalam Meningkatkan  
Manajemen Diri Santri Daarut Tauhid Bandung

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 9 Agustus - 2025

( Nita Azizah )

## MOTTO

**“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupan-nya”**

**(Q.S Al-Baqarah : 286)**

**"Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia"**

**(Baskara Putra – Hindia)**

**“Jangan sampai jadi manusia yang hidup tanpa rencana, karena istimewanya kita punya otak dan doa yang bisa diandalkan”**

**(3726 Mdpl)**

## PERSEMBAHAN

*Segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah mengizinkan akal ini berpikir, hati ini bertahan, dan tangan ini menulis. Tanpa rahmat-Nya, takkan ada satu pun langkah yang mampu kutempuh hingga titik ini.*

*Skripsi ini bukan hanya sekadar tugas akhir, tapi jejak perjuangan panjang yang penuh ujian, kelelahan, dan harapan. Setiap halaman yang tertulis menyimpan cerita—tentang kesabaran, ketulusan, dan doa yang tak pernah henti.*

*Dengan penuh rasa syukur dan ketundukan, karya ini kupersembahkan kepada:*

*Ayah dan Ibu tercinta, pelita hidupku, yang doanya menjadi pelindung dalam diam. Terima kasih atas cinta tanpa syarat, lelah yang tak terlihat, dan kesabaran yang tak ternilai. Kalian adalah alasan terbesarku untuk terus melangkah.*

*Para dosen dan pembimbing, yang telah membimbing dan menuntunku dengan penuh kesabaran dan keikhlasan. Terima kasih atas ilmu yang tak hanya tertulis, tapi juga tertanam dalam hati.*

*Sahabat-sahabat seperjuangan, yang hadir bukan hanya saat tawa, tapi juga ketika air mata jatuh tanpa suara. Terima kasih telah berjalan bersamaku melewati setiap liku perjalanan ini.*

*Dan untuk diriku sendiri, terima kasih telah bertahan. Terima kasih telah terus melangkah, bahkan ketika dunia seakan memintamu menyerah.*

*Semoga karya ini menjadi bagian dari amal kebaikan, dan mampu membawa manfaat yang nyata di dunia dan akhirat. Aamiin.*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, segala puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat, Taufiq, dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul:

“INTERNALISASI NILAI MANAJEMEN QOLBU DALAM MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI SANTRI DAARUT TAUHID BANDUNG”

Sholawat dan Salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, para sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum di Universitas Negeri Jakarta. Dalam penyusunannya, penulis telah mendapatkan arahan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum UNJ sekaligus Dosen Pembimbing I, yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan banyak masukan dalam proses penulisan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Sari Narulita, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Agama Islam, yang selalu mendukung serta memberikan motivasi kepada penulis selama masa studi.
3. Bapak Dr. H. Sa’dullah, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing II, yang dengan tulus memberikan arahan, waktu, dan ilmu yang sangat berarti bagi penyempurnaan skripsi ini.

4. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan staf Program Studi Pendidikan Agama Islam, atas ilmu, bimbingan, dan dukungan yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
5. Ustadz Abdul Halim, serta seluruh santri dan santriwati Dauroh Qolbiyah Pesantren Daarut Tauhiid Bandung, yang telah bersedia menjadi narasumber dan bagian penting dari penelitian ini.
6. Bapak Kasanudin dan Ibu Suaeni, ayah dan ibu tercinta, yang telah menjadi sumber kekuatan, teladan ketulusan, dan tempat berpulang terbaik dalam hidup penulis. Doa yang tak pernah henti, cinta yang tak bersyarat, dan pengorbanan yang luar biasa adalah pondasi dari semua langkah yang penulis tempuh hingga saat ini. Tanpa kalian, perjalanan ini takkan mungkin sejauh ini.
7. Mas Iful, Mas Oji, dan Mas Handi, kakak-kakak tersayang yang selalu memberi dukungan dan semangat dalam berbagai bentuk. Teristimewa untuk Mas Handi, terima kasih yang sebesar-besarnya atas setiap saran, bimbingan, dan waktu yang telah diluangkan untuk berdiskusi bersama penulis. Pemikiran dan nasihatmu telah menjadi bekal yang sangat berharga dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Aa Robi, yang telah banyak berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, di tengah kesibukan dan aktivitas pribadi masih selalu meluangkan waktu untuk mendampingi penulis baik dalam proses pencarian data, pengetikan, maupun di saat penulis merasa lelah dan hampir menyerah. Kehadirannya tidak hanya sebagai pendamping, tetapi juga sebagai penyemangat yang selalu menguatkan, mengingatkan, dan menghibur penulis. Terima kasih telah kebersamaan dengan sabar dan sepenuh hati.
9. Ajeng Nazwa Azzahra, sahabat sejati penulis yang telah kebersamaan sejak semester pertama hingga kini, selalu hadir sebagai teman diskusi yang setia,

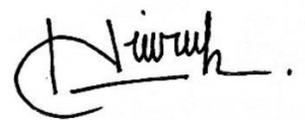
memberikan masukan berharga dalam proses penulisan skripsi ini, serta menemani penulis dalam setiap langkah perjalanan akademik maupun kegiatan lainnya. Kehadirannya memberikan semangat, dan inspirasi sehingga penulis dapat melewati fase sulit. Terima kasih karena sudah selalu siap mendengarkan, berbagi cerita, serta memberikan motivasi dalam segala kondisi.

10. Asti Siti Nur Ajijah, sahabat yang begitu berarti, yang tak hanya hadir sebagai teman, tetapi juga sebagai penopang di kala penulis hampir menyerah. Dalam diam dan sibukmu, kamu selalu menyempatkan diri untuk membantu, mendengarkan, dan menguatkan. Terima kasih karena telah kebersamai penulis dalam suka maupun duka, dalam diam maupun tangis. Kebaikan dan ketulusanmu akan selalu penulis kenang sebagai salah satu anugerah terindah dalam proses perjuangan ini.
11. Elsa, Risma, Ainun, Nabila, Shinta, Lela, Aca, Salwa, Halima, Adella, Zahrah, Winny, dan Janur, teman-teman Jamaah Haji yang selalu kebersamai dalam suka dan duka selama perkuliahan.
12. Seluruh teman-teman Prodi PAI angkatan 2021, yang telah menjadi bagian dari perjalanan dan perjuangan akademik penulis.
13. Untuk diri sendiri, terima kasih telah berjuang sejauh ini, tetap bertahan, dan tidak menyerah walau dalam banyak keterbatasan.
14. Serta kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan dukungan moral, spiritual, maupun material dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di tahap selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi pijakan awal yang baik untuk penelitian yang akan dilaksanakan.

Jakarta, 1 Juli 2025

Penulis



**Nita Azizah**

NIM : 1404621022



## ABSTRAK

### **Nita Azizah, Internalisasi Nilai Manajemem Qolbu Dalam Meningkatkan Manajemen Diri Santri Daarut tahiid Bandung, Program Studi Agama Islam, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta, 2025**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan Internalisasi Nilai Manajemen Qolbu (MQ) yang diterapkan di Pesantren Daarut Tauhiid Bandung dalam meningkatkan manajemen diri santri. Latar belakang penelitian ini didasari oleh maraknya krisis mental di kalangan Generasi Z yang ditandai dengan meningkatnya kasus kecemasan, stres, dan ketidakmampuan mengelola emosi. Meskipun berada dalam lingkungan religius seperti pesantren, tidak semua santri mampu menerapkan manajemen diri secara optimal. Oleh karena itu, pendekatan spiritual seperti MQ dinilai relevan untuk membina karakter dan ketahanan diri remaja.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan santri, musyrif, dan pengurus pesantren, serta observasi langsung terhadap kegiatan pembinaan MQ. Analisis data dilakukan dengan mereduksi, menyajikan, dan menarik kesimpulan dari data temuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa internalisasi nilai MQ di Daarut Tauhiid diterapkan melalui kegiatan dzikir, muhasabah, mentoring, disiplin ibadah, serta pembinaan akhlak secara rutin. Internalisasi nilai ini secara signifikan mampu meningkatkan empat aspek utama manajemen diri santri, yaitu: pengendalian emosi, perencanaan hidup, disiplin pribadi, dan evaluasi diri (muhasabah). Internalisasi nilai melalui MQ menjadikan santri lebih tenang, sadar diri, dan bertanggung jawab terhadap perilaku mereka.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Manajemen Qolbu berperan penting dalam meningkatkan manajemen diri santri secara holistik, baik secara spiritual, emosional, maupun sosial. MQ dapat dijadikan model pendidikan karakter berbasis Islam yang relevan untuk diterapkan di kalangan remaja, terutama dalam konteks peningkatan kesehatan mental dan pembinaan diri.

**Kata Kunci :** *Manajemen Qolbu, Manajemen Diri, Santri, Pendidikan Karakter, Kesehatan Mental, Daarut Tauhiid*

## ABSTRACT

**Nita Azizah, The Strategy of Qolbu Management in Improving Self-Management of Santri at Daarut Tauhiid Bandung, Islamic Studies Program, Faculty of Social Sciences and Law, State University of Jakarta, 2025.**

This study aims to examine the application of internalization of Qolbu Management (MQ) at Daarut Tauhiid Islamic Boarding School in Bandung in enhancing students' self-management. The background of this research stems from the increasing mental health crisis among Generation Z, marked by rising cases of anxiety, stress, and poor emotional regulation. Despite living in a religious environment, not all students are able to practice effective self-management. Therefore, a spiritual approach such as MQ is considered relevant in fostering character development and emotional resilience among youth.

This research uses a qualitative method with a case study approach. Data were collected through in-depth interviews with students, mentors, and program coordinators, as well as direct observation of MQ activities. The data were analyzed through data reduction, presentation, and drawing conclusions.

The findings reveal that MQ is implemented through daily spiritual routines including remembrance (dzikir), self-reflection (muhasabah), mentoring, and structured character-building practices. These strategies significantly improve four key aspects of self-management: emotional regulation, life planning, self-discipline, and self-evaluation. The internalization of Islamic values through MQ fosters calmness, self-awareness, and a greater sense of responsibility among students.

It is concluded that Qolbu Management plays a crucial role in enhancing students' self-management holistically—spiritually, emotionally, and socially. MQ serves as a practical model for Islamic character education, particularly relevant in addressing mental health challenges among today's youth.

**Keywords :** *Qolbu Management, Self-Management, Students, Islamic Education, Mental Health, Boarding School*

## المخلص

نيتا عزيزة، استراتيجية إدارة القلب في تعزيز إدارة الذات لدى طلاب معهد دار التوحيد في باندونغ، برنامج الدراسات الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية والقانون، جامعة جاكرتا الحكومية، ٢٠٢٥

يهدف هذا البحث إلى دراسة استراتيجية إدارة القلب التي تُطبَّق في معهد دار التوحيد باندونغ في تعزيز إدارة الذات لدى الطلاب. تنطلق خلفية هذا البحث من تزايد أزمة الصحة النفسية بين جيل "زد"، التي تتجلى في ارتفاع معدلات القلق، والتوتر، والعجز عن ضبط المشاعر. وعلى الرغم من وجود الطلاب في بيئة دينية مثل المعهد، إلا أن ليس جميعهم قادرين على ممارسة إدارة الذات بشكل مثالي. ومن هنا، يُعتبر النهج الروحي مثل إدارة القلب مناسبًا في تنمية الشخصية والصلابة النفسية لدى المراهقين.

أُستُخدمت في هذا البحث المنهج النوعي بأسلوب دراسة الحالة. جُمعت البيانات من خلال المقابلات المعمقة مع الطلاب، والمشرفين، وإدارة المعهد، بالإضافة إلى الملاحظة المباشرة لأنشطة تنمية إدارة القلب. وتم تحليل البيانات من خلال تقليصها، وعرضها، واستخلاص النتائج منها.

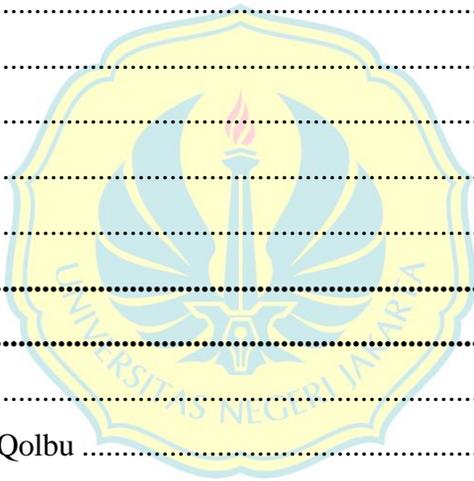
أظهرت نتائج البحث أن استراتيجية إدارة القلب في معهد دار التوحيد تُطبَّق من خلال أنشطة الذكر، والمحاسبة النفسية، والإرشاد، والانضباط في العبادات، وتنمية الأخلاق بشكل منتظم. وتساهم هذه الاستراتيجية بشكل ملحوظ في تعزيز أربعة جوانب رئيسية لإدارة الذات لدى الطلاب، وهي: ضبط المشاعر، وتخطيط الحياة، والانضباط الذاتي، وتقييم الذات. وتؤدي عملية ترسيخ القيم من خلال إدارة القلب إلى جعل الطلاب أكثر هدوءًا، ووعيًا بالذات، ومسؤولية تجاه سلوكهم.

ويخلص البحث إلى أن إدارة القلب تؤدي دورًا مهمًا في تعزيز إدارة الذات لدى الطلاب بشكل شمولي، سواء من الجانب الروحي، أو العاطفي، أو الاجتماعي. ويمكن اعتماد إدارة القلب كنموذج للتربية الأخلاقية الإسلامية الملائم لتربية المراهقين، خاصة في سياق تحسين الصحة النفسية وتطوير الذات.

الكلمات المفتاحية: إدارة القلب، إدارة الذات، الطلاب، التربية الأخلاقية، الصحة النفسية، دار التوحيد



<b>JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI... ..</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
G. Sistematika Penulisan .....	9
<b>BAB II.....</b>	<b>11</b>
<b>KAJIAN TEORI.....</b>	<b>11</b>
A. Manajemen Qolbu .....	11
1. Konsep Manajemen Qolbu .....	11
2. Tahapan Manajemen Qolbu.....	15
3. Tujuan Manajemen Qolbu .....	17
B. Manajemen Diri .....	20
1. Konsep Manajemen Diri Secara Umum .....	21
2. Konsep Manajemen Diri dalam Prespektif Islam .....	23
3. Aspek-Aspek Manajemen Diri.....	25
C. Internalisasi Nilai.....	29
1. Tahapan Internalisasi Nilai .....	30
2. Internalisasi Nilai di Pesantren Daarut Tauhiid .....	33



D. Kerangka Berpikir .....	36
E. Penelitian Terdahulu .....	37
<b>BAB III.....</b>	<b>40</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Jenis Penelitian .....	40
B. Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian.....	40
C. Tahap-Tahap Penelitian .....	41
D. Teknik Pengumpulan Data .....	42
E. Teknik Analisis Data .....	43
F. Keabsahan Data .....	43
<b>BAB IV .....</b>	<b>45</b>
<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>45</b>
A. Latar Belakang Objek .....	45
1. Sejarah Daarut Tauhid .....	45
2. Letak Geografis.....	47
3. Struktur Organisasi .....	48
4. Visi dan Misi.....	50
5. Latar Belakang Manajemen Qolbu di Daarut Tauhid.....	51
B. Penyajian Data .....	52
1. Konsep Manajemen Qolbu dalam Kehidupan Santri Daarut Tauhid .....	52
2. Pengaruh Internalisasi Nilai Manajemen Qolbu terhadap Manajemen Diri Santri .	61
3. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Manajemen Qolbu .....	83
<b>BAB V.....</b>	<b>95</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>95</b>
A. Kesimpulan .....	95
B. Saran .....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>100</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>103</b>