

## ABSTRAK

**Devi Ardhitia, 1930310036, Dinamika Regulasi Emosi Pada Remaja Penari Sufi Di Rumah Cinta Abah Budi. Skripsi : Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, IAIN Kudus 2023.**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tentang sejauh mana proses pengendalian emosi pada remaja penari sufi. Fase remaja sangat rentang menghadapi permasalahan seperti kesulitan dalam mengendalikan emosinya dan rentang melakukan tindakan agresif. Selain itu tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan kondisi emosi, penghayatan nilai-nilai tari sufi dan gambaran dinamika regulasi emosi pada remaja penari sufi di rumah cinta Abah Budi Semarang. Jenis penelitian yang dilakukan peneliti yaitu penelitian kualitatif dengan menggunakan penelitian lapangan (*field research*). Adapun pendekatan yang dipilih adalah pendekatan fenomenologi dengan metodologi yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Penelitian ini melibatkan 4 orang informan berusia dari 18 – 20 tahun yang telah menjadi penari sufi selama 3-5 tahun di rumah cinta Abah Budi Semarang.

Melalui wawancara yang telah dilakukan kondisi emosi keempat informan ini cenderung mengalami gejala emosi ketika mempunyai permasalahan dengan orang lain dan cenderung ingin melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri maupun merugikan orang lain. Tetapi mereka dapat mengatasinya dengan caranya sendiri. Nilai – nilai penghayatan tari sufi yang muncul pada remaja penari sufi yaitu terkait nilai *habluminalloh* yang terwujud ketika para remaja penari sufi sedang bersuci, bertawassul dan berdziki; nilai *habluminnas*, yang terwujud ketika para remaja penari sufi bertawassul dengan cara dengan cara membaca Al-Fatihah sebagai penghormatan kepada sanad guru; nilai meditasi yang terwujud dalam proses pelaksanaan tari sufi sehingga mengalami ketenangan, kebahagiaan dan merasa dekat dengan Allah; dan yang terakhir adalah nilai yang berkaitan dengan kondisi selalu ingat kepada Allah yang terwujud dalam perilaku ketika remaja penari sufi mengalami kesulitan dan mengatasinya dengan terus belajar dan berserah diri kepada Allah.

Sedangkan gambaran dinamika regulasi emosi para remaja penari sufi dilihat dari para remaja penari sufi memantau emosinya yang diindikasikan dengan munculnya kesadaran akan adanya perubahan emosi pada dirinya dimana setelah menerapkan tari sufi, mereka mampu mengenali dengan baik emosi yang muncul dalam diri mereka. Selanjutnya para remaja penari sufi mulai mampu mengevaluasi kondisi yang ditunjukkan dengan usaha mereka dalam melakukan pengelolaan suasana hatinya dan merubah suasana hatinya dengan cara yang efektif sehingga berhasil mengelola emosinya dan membawa ke dampak yang positif. Serta pada akhirnya para remaja penari sufi dapat memodifikasi emosi menjadi lebih baik dan memudahkan mereka dalam mencari solusi.

**Kata kunci :** *Remaja Penari Sufi, Penghayatan Nilai Tari Sufi, Regulasi Emosi.*