

## ABSTRAK

### **Olvia Nursaadah : Pola Makan dan Dampaknya Terhadap Kondisi Psikologis dan Spiritualitas (Studi Perbandingan Santri Pengamal TQN di Ponpes Suryalaya dan Siswa SMA non Pengamal TQN)**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kehidupan masyarakat modern yang kian padat dengan beragam aktivitas yang berakibat mengabaikan salah satu hal terpenting dalam kehidupan yaitu pola makan, pola makan menjadi terbawa pula mengikuti arus modernisasi yang terjadi. Sementara di tengah kehidupan modern seperti saat ini ada sekelompok anak-anak muda yang tergabung pada sebuah tarekat, yaitu Tarekat Qodiriyah wa Naqshabandiyah yang berada di Pondok Pesantren Suryalaya, menjadi pengamal Tarekat dan tinggal di sebuah pondok Tarekat serta mengikuti amalan Tarekat dalam kehidupan sehari-harinya, dari mulai bangun tidur hingga tidur kembali, termasuk pola makan yang diterapkan. Hidup di era yang sama adakah perbedaan dampak dari pola makan santri pengamal TQN di pondok pesantren Suryalaya dan siswa non pengamal TQN.

Penelitian ini menggunakan metode campuran dengan strategi *sekuensial eksplanatoris*, yaitu mengambil data secara kuantitatif terlebih dahulu setelah dianalisis kemudian ditindak lanjuti dengan menggunakan metode kualitatif berupa wawancara untuk menjelaskan hasil kuantitatif. Analisis data kuantitatif menggunakan analisis deskriptif, uji korelasi dan uji regresi. Sementara analisis data kualitatif menggunakan analisis kualitatif deskriptif.

Hasil penelitian ini mengungkapkan beberapa hal, (1) Pola makan yang diterapkan oleh siswa non pengamal TQN lebih seimbang antara pola makan modern dan pola makan sufi. (2) Sementara pola makan yang diterapkan oleh santri pengamal TQN di ponpes Suryalaya menunjukkan hasil lebih besar menerapkan pola makan sufi dibandingkan pola makan modern. (3) Kondisi spiritualitas siswa SMA non pengamal TQN termasuk dalam kategori tinggi. (4) Kondisi spiritualitas santri pengamal TQN di pondok pesantren Suryalaya termasuk dalam kategori tinggi. (5) Kondisi psikologis siswa SMA non pengamal TQN termasuk dalam kategori tinggi. (6) Kondisi psikologis santri pengamal TQN termasuk dalam kategori tinggi. (7) Pengaruh pola makan yang diterapkan oleh masyarakat modern terhadap kondisi spiritual dan psikologis 22,6% & 4,6% menunjukkan hasil yang signifikan. (8) Sementara pola makan yang diterapkan oleh pengamal Tarekat Qodiriyah wa Naqshabandiyah 2% dan 6,7% hasil keterpengaruhannya lebih kecil.

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa dampak pola makan terhadap kondisi psikologis dan spiritualitas pada siswa non pengamal TQN berdampak 4,6% & 22,6%, hasil kualitatif menjelaskan nilai altruisme dan emosi negatif yang mempengaruhi kondisi psikologis dan spiritualitas dari pola makan. Sementara dampak pola makan terhadap kondisi psikologis dan spiritualitas pada santri pengamal TQN berdampak 6,7% & 2%, hasil kualitatif menjelaskan nilai altruisme dan emosi positif yang paling mempengaruhi kondisi psikologis & spiritualitas dari pola makan.

**Kata Kunci : Pola Makan Modern, Pola Makan Sufi, Masyarakat Modern, Pengamal Tarekat Qodiriyah wa Naqshabandiyah Pondok Pesantren Suryalaya, Spiritualitas, Psikologis.**