

**ALTERNATIF SOLUSI KRISIS MENTAL GEN Z DALAM  
KOMIK SEJUKNYA HATI HAMBA ILAHI**

**SKRIPSI**



**INSTITUT AL FITRAH (IAF)  
SURABAYA**

**Oleh:**

**AHMAD SA'DAN HADIYUDIN**

**NIM: 202012137210**

**PRODI ILMU TASAWUF  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
INSTITUT AL FITRAH SURABAYA**

**2025**

**ALTERNATIF SOLUSI KRISIS MENTAL GEN Z DALAM  
KOMIK SEJUKNYA HATI HAMBA ILAHI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah untuk memenuhi sebagian syarat  
memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S-1) dalam Program Studi Ilmu Tasawuf

**Oleh:**

**AHMAD SA'DAN HADIYUDIN**

**NIM : 202012137210**

**PROGRAM STUDI ILMU TASAWUF**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH INSTITUT AL  
FITHRAH SURABAYA**

**2025**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Ahmad Sa'dan Hadiyudin

NIM : 202012137210

Prodi : Ilmu Tasawuf

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi dengan judul: "Alternatif Solusi Krisis Mental Gen Z Dalam Komik Sejuknya Hati Hamba Ilahi" adalah observasi, pemikiran, dan pemaparan asli yang merupakan hasil karya saya sendiri yang belum pernah dipublikasikan baik secara keseluruhan maupun sebagian, dalam bentuk jurnal, working paper, atau bentuk lain. Karya ilmiah ini sepenuhnya merupakan karya intelektual saya dan seluruh sumber yang menjadi rujukan dalam karya ilmiah ini telah saya sebutkan sesuai akidah akademik yang berlaku umum, termasuk para pihak yang telah memberikan kontribusi pemikiran pada isi, kecuali yang menyangkut ekspresi kalimat dan desain penelitian.

Demikian pernyataan ini saya nyatakan secara benar dengan penuh tanggung jawab dan integritas.

Surabaya, 09 Oktober 2025

**Yang menyatakan,**



A 10,000 Indonesian Rupiah banknote featuring a portrait of Soekarno. The number '10000' is printed vertically on the left. The word 'METAL TEMPIL' is printed at the bottom right. A handwritten signature is overlaid on the banknote.

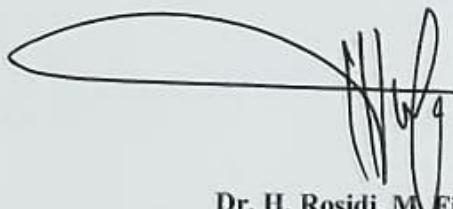
**Ahmad Sa'dan Hadiyudin**

## **LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi berjudul “Alternatif Solusi Krisis Mental Gen Z Dalam Komik Sejuknya Hati Hamba Ilahi” yang ditulis oleh Ahmad Sa’dan Hadiyudin ini telah disetujui pada tanggal...

Oleh:

Pembimbing



**Dr. H. Rosidi, M. Fil. I**

**NIDN. 2119047201**

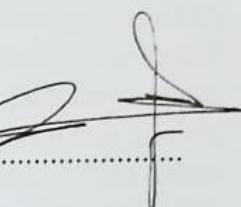
## PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi berjudul “Alternatif Solusi Krisis Mental Gen Z Dalam Komik Sejuknya Hati Hamba Illahi” yang ditulis oleh Ahmad Sa’dan Hadiyudin ini telah disetujui pada tanggal 10 Oktober 2025

Tim Penguji:

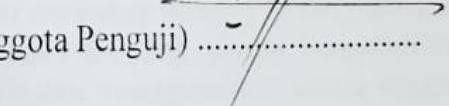
1. Abdullah Hanif, M. Ag

(Ketua Penguji) .....



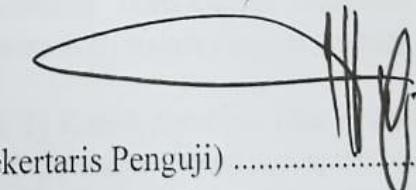
2. Ahmad Syatori, M. Fil. I

(Anggota Penguji) .....



3. Dr. H. Rosidi, M. Fil. I

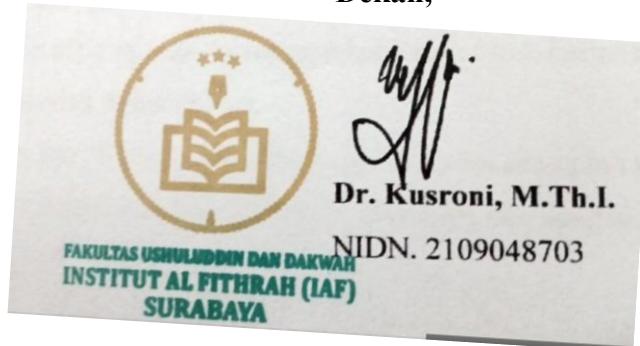
(Sekertaris Penguji) .....



Surabaya, 09 Oktober 2025

Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Dekan,



## ABSTRAK

Ahmad Sa'dan Hadiyudin, NIM. 20200121321, Alternatif Solusi Krisis Mental Gen Z Dalam Komik Sejuknya Hati Hamba Ilahi.

Generasi Z merupakan tumpuan masa depan yang digadang-gadang akan menjadi pemimpin Indonesia Emas 2045. Namun, realitas menunjukkan bahwa banyak di antara Generasi Z mengalami krisis mental yang dapat berdampak negatif pada aspek sosial maupun ekonomi. Kondisi ini, apabila tidak ditangani dengan baik, berpotensi menghambat peran mereka sebagai generasi penerus bangsa. Oleh karena itu, diperlukan solusi yang tidak hanya menyentuh aspek fisik dan psikis, tetapi juga spiritual.

Tasawuf hadir sebagai salah satu alternatif solusi yang tepat untuk mengatasi problematika tersebut. Tasawuf menekankan pembersihan jiwa (*tazkiyatun nafs*) melalui nilai-nilai seperti zuhud, sabar, ikhlas, tawakal, rida, dan dzikir. Buku Sejuknya Hati Hamba Ilahi karya Husni Assaerozi dan Sen Seno menjadi media yang menarik karena mengemas ajaran-ajaran tasawuf dalam bentuk komik yang ringan, sehingga mudah dipahami dan relevan dengan selera Generasi Z. Komik ini terinspirasi dari kitab legendaris *Al-Hikam* karya Imam Ibnu Atha'illah al-Sakandari, sehingga memiliki nilai spiritual yang mendalam.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis library research (penelitian kepustakaan). Data primer adalah komik Sejuknya Hati Hamba Ilahi, khususnya bab-bab yang relevan dengan kondisi mental Generasi Z. Data sekunder mencakup literatur tentang Generasi Z, tasawuf, artikel jurnal, skripsi, wawancara, dan buku-buku lain yang relevan. Pengumpulan data dilakukan melalui studi literatur, sedangkan analisis data menggunakan metode *content analysis* (analisis isi) dengan pendekatan hermeneutika Hans-Georg Gadamer untuk mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan menginterpretasikan makna yang terkandung dalam komik.

Skripsi ini menghasilkan dua penemuan di antaranya: 1) Komik *Sejuknya Hati Hamba Ilahi* merupakan komik yang memiliki kandungan tasawuf di dalamnya karena terinspirasi dari kita legendaris *Al-Hikam* karya Imam ibnu Atha'illah Al-Sakandari, yang penulis ambil beberapa isi kandungannya, diantaranya seperti zuhud, sabar, ikhlas, tawakal, rida dan dzikir. 2) komik *Sejuknya Hati Hamba Ilahi* yang bernuansakan tasawuf memiliki alternatif solusi untuk para generasi Z yang memiliki masalah *mental Health* diantaranya, depresi yang tinggi, kecanduan internet, cinta akan kebebasan dan tidak suka diatur, cenderung individual, dan berperilaku instan.

Kata Kunci: Generasi Z, Tasawuf, Komik *Sejuknya Hati Hamba Ilahi*, krisis Mental.

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi merupakan proses mengubah huruf abjad suatu bahasa ke dalam abjad bahasa lain, bertujuan utama agar kata-kata asal dapat terbaca dengan benar dan tidak menimbulkan kesalahan pemahaman. Pedoman transliterasi Arab Indonesia yang digunakan di Institut Al Fithrah Surabaya adalah sebagai berikut:

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ا	A	ط	ṭ
ب	B	ظ	ẓ
ت	T	ع	‘
ث	Th	غ	gh
ج	J	ف	f
ح	ḥ	ق	q
خ	Kh	ك	k
د	D	ل	l
ذ	Dh	م	m
ر	R	ن	n
ز	Z	و	w
س	S	ه	h
ش	Sh	ء	‘
ص	s	ي	y
ض	d		

Untuk menunjukkan bunyi hidup panjang (*madd*), caranya ialah dengan menuliskan coretan horisontal (*macron*) di atas huruf, seperti ā, ī, dan ū. Contoh: al-*Islām* (الإِسلام), al-*Hadīth* (الْحَدِيثُ). bunyi hidup dobel (*diphthong*) Arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay” dan “aw”, seperti *khayr* (خير) dan *khawf* (خوف). Kata yang berakhiran tā’ marbūtah (ة) dan berfungsi sebagai sifat (*modifer*) atau muḍaf *ilayh* ditransliterasikan dengan “ah”, seperti *dirārah* دراسة *islāmiyah* إسلامية (), sedangkan yang berfungsi sebagai muḍaf ditransliterasikan dengan “at”, seperti *dirāsat* al-*Qur’ān*.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Komik *Sejuknya Hati Hamba Ilahi* Sebagai Alternatif Solusi Krisis Mental Gen Z” Sholawat dan salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta para keluarga dan sahabatnya hingga akhir zaman. Aamiin...

Skripsi ini disusun sebagai bagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata Satu (S- 1) dalam Program Studi Ilmu Tasawuf di Institut Al Fithrah Surabaya. Penulis mengakui adanya banyak kekurangan dan ketidak sempurnaan dalam skripsi ini, yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis.

Penulis sangat menghargai masukan, kritik, dan saran yang membangun untuk perbaikan dan penyempurnaan.

Penyelesaian skripsi ini tidak dapat terwujud tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua yang terhormat:

1. Beliau Hadhrotus Syaikh Ahmad Asrori al-Ishaqy ra. Sebagai pembimbing, penuntun dan guru rohani penulis.
2. Bapak Dr. H. Rosidi, M. Fil. I selaku Rektor Institut Al Fithrah dan Dosen Pembimbing Skripsi, dengan bimbingan dan arahannya, penulis termotivasi untuk selalu berusaha menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Abdullah Hanif, M. Ag. selaku Kaprodi Ilmu Tasawuf.
4. Segenap Dosen Institut Al Fithrah Surabaya yang telah memberikan banyak pengetahuan dan wawasan selama perkuliahan berlangsung kepada penulis.
5. Keluarga penulis yang selalu berusaha memberikan kasih sayang dan dukungan secara langsung maupun tidak langsung, bapak dan ibuk yang selalu mendukung dan *support* perjalanan penulis baik dalam hal pendidikan maupun hobi, kakak dan adik yang selalu menjadi teman bercerita dan sharing.
6. Ustadz Husni Assaerozi M. Pd. Selaku penulis buku *Sejuknya Hati Hamba Ilahi* dan mentor menggambar penulis sejak MTs.
7. Mas Sen Seno selaku penulis buku *Sejuknya Hati Hamba Ilahi* dan mentor menggambar.
8. Teman-teman seangkatan IT (Ilmu Tasawuf) 2020 yang mensupport juga agar segera menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman Studio Assaerozi, yang juga sebagai teman *sharring*.
10. Teman-teman CBI Team Peace yang selalu menyemangati agar cepat terselesaikannya skripsi ini.
11. Teruntuk diriku sendiri, terima kasih telah berusaha, bertahan, dan berjuang. Terima kasih atas keberaniannya dan komitmen yang telah ditunjukkan!

Penulis berharap bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi bagi para pembaca, terlebih bagi penulis pribadi.

Surabaya, 09 Oktober 2025  
Penulis,

**Ahmad Sa'dan Hadiyudin**



**INSTITUT AL FITRAH (IAF)  
SURABAYA**

## MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ (١١).

“Sesungguhnya Allah SWT tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaanya sendiri.” (Q. S. Ar-Ra’d: 11).

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥)، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦).

“Maka, Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (5). Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (6).” (Q. S. Al-Insyirah: 5-6)



**INSTITUT AL FITRAH (IAF)  
SURABAYA**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN COVER .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat penelitian.....	10
F. Penelitian terdahulu.....	11
G. Metode penelitian.....	14
H. Rencana pembahasan.....	19
I. Outline.....	20
<b>BAB II .....</b>	<b>22</b>
<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>22</b>
A. Komik.....	22
B. Elemen Komik .....	26
C. Pengertian Generasi Z .....	31
D. Karakteristik Generasi Z .....	38
E. Problematika Generasi Z .....	42
F. Pengertian Tasawuf Secara Etimologi .....	45

G. Pengertian Tasawuf Secara Terminologi .....	47
H. Nilai-nilai Tasawuf.....	49
<b>BAB III.....</b>	<b>58</b>
<b>BIOGRAFI HUSNI ASSAEROZI DAN SEN SENO, SEJARAH DAN KANDUNGAN ISI KOMIK “SEJUKNYA HATI HAMBA ILAHI” .....</b>	<b>58</b>
A. Sejarah Lahirnya Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi” .....	58
1. Latar Belakang Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi.....	58
2. Identitas Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi” .....	60
3. Biografi Penulis.....	63
B. Isi Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi” .....	70
<b>BAB IV .....</b>	<b>83</b>
<b>ANALISIS KOMIK “SEJUKNYA HATI HAMBA ILAHI” SEBAGAI ALTERNATIF SOLUSI KRISIS MENTAL GEN Z .....</b>	<b>83</b>
A. Kandungan Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi” dari Perspektif Tasawuf...	83
B. Alternatif Solusi dalam Komik “Sejuknya Hati Hamba Ilahi” terhadap Krisis Mental Generasi Z .....	92
<b>BAB V.....</b>	<b>105</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>105</b>
J. Kesimpulan .....	105
K. Saran.....	106
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>108</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>112</b>