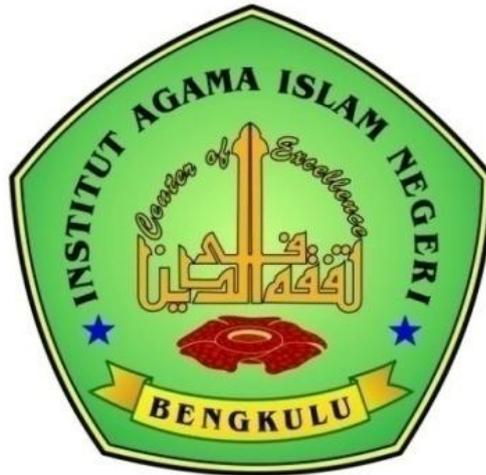


**MANFAAT ZIKIR BAGI KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA  
JAMAAH TAREKAT SYADZILIJAH DI PONDOK PESANTREN  
HIDAYATUL MUBTHADI-IEN KOTA BENGKULU)**



**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh  
Gelar Sarjana Agama (S.Ag)  
Dalam Ilmu Tasawuf**

**Oleh:**

**DESPA RENI SURYANI  
NIM. 131 635 1565**

**PROGRAM STUDI ILMU TASAWUF  
JURUSAN USHULUDDIN  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU  
2018/1439 H**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi atas NAMA : **DESPA RENI SURYANI NIM : 1316351565** yang berjudul **“Manfaat Zikir bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus Pada Jamaah Tarekat Syadziliyah Di Pondok Pesantran Hidayatul Mubthadi-len Kota Bengkulu)”**. Program Studi Ilmu Tasawuf (IT) Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu. Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan pembimbing II. Oleh karena itu, sudah layak untuk diujikan dalam sidang munaqasyah/skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah IAIN Bengkulu.

Bengkulu, Desember 2017

Pembimbing I

Pembimbing II

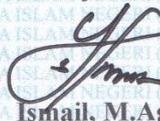


**H. Jonsi Hunadar, M.Ag**  
NIP. 197204091998021001



**Emzinetri, M.Ag**  
NIP. 197105261997032002

Mengetahui  
Ketujurusan



**Ismail, M.Ag**  
NIP. 197206112005011002



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Alamat: Jl. Raden Fatah Pagar Dewa Bengkulu Telp. (0736) 51172

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi atas Nama: DESPA RENI SURYANI NIM: 1316351565 yang berjudul “Manfaat Zikir Bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus Pada Jamaah Tarekat Syadzilyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu),” telah di uji dan dapat dipertahankan di depan tim Sidang munaqasyah Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.

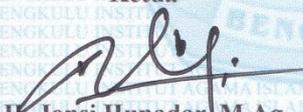
Hari : Rabu

Tanggal : 31 Januari 2018

Dan dinyatakan **LULUS**, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S,Ag) dalam Ilmu Ushuluddin.

**Sidang Munaqasyah**

**Ketua**

  
**H. Jonsi Hunadar, M.Ag**

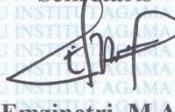
NIP. 197204091998031001

**Penguji I**

  
**Dr. Murkilim, M.Ag**

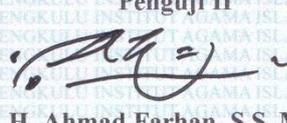
NIP. 195909171993031002

**Sekretaris**

  
**Emzinetri, M.Ag**

NIP. 197105261997032002

**Penguji II**

  
**H. Ahmad Farhan, S.S., M.S.I**

NIP. 198103112009011003

Bengkulu, Februari 2018

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah



**Dr. Suhirman, M.Pd**

NIP. 196802191999031003

## MOTTO

الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ لِلَّهِ بِذِكْرِهِ أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ ﴿٢٨﴾

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram” (Q.S. Ar Ra’d: 28)

Dari Abu Hurairah RA, sesungguhnya Rasulullah Saw bersabda,  
 “Orang yang kuat itu bukanlah orang yang kuat dalam bergulat, tetapi orang yang kuat itu ialah orang yang bisa menahan dirinya dari marah”,  
 (HR.Bukhari)

### **PERSEMBAHAN:**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- Untuk bapak dan ibu ku tercinta (Bapak Saparuddin Ardi dan Ibu Uliya) yang telah membesarkan dan mendidik serta tiada henti-hentinya mendo'akan ananda, yang tiada lelah bersabar demi menanti keberhasilan ananda. Izinkan anak mu ini untuk dapat membahagiakan bapak dan ibu Amiin.
- Untuk Adikku tersayang (Pandra Udiansyah) terima kasih atas dorongan semangat yang telah diberikan sehingga kakakmu dapat menyelesaikan skripsi ini.
- Segenap keluarga besarku, Kakek, Nenek, Makwo, Pakwo, Makcik, Pakcik, cik Zukman Effendi, cik Leli Suryani, yuk Peka, yuk Reka, yuk Iqlima, Shelvi Riyani, Kustan Apriadi, Sri Pratiwi, Kasandra, Dedi Candra dan semua sepupu-sepupuku, terima kasih telah memberikan semangat, dukungan, motivasi dan mendo'akan demi keberhasilanku ini.
- Untuk Dosen Pembimbing Bapak Jonsi Hunadar, M.Ag dan Ibu Emzinetri, M.Ag yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing ananda dalam penulisan skripsi ini.
- Untuk Bapak Ustad Anwar dan jamaah Tarekat Syadziliyah serta Pimpinan KH, Abdul Muntaqim Ahmad yang telah membantu ananda, menyemangati, dan bersedia meluangkan waktu dan pikirannya dalam penulisan skripsi ini.
- Untuk semua teman-teman seperjuangan Ilmu Tasawuf dan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang telah memotivasi, memberi semangat dan dorongan selama ini.
- Untuk semua guru dan dosen-dosenku, serta untuk Almamater ananda.

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Skripsi dengan judul “Manfaat Zikir bagi Ketenangan Jiwa (Studi Kasus pada Jamaah Tarekat Syadziliyah Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Jen Kota Bengkulu)”. Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di IAIN Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Januari 2018  
Mahasiswa yang menyatakan



**Despa Reni Suryani**  
**NIM. 1316351565**

## ABSTRAK

### **DESPA RENI SURYANI, NIM. 1316351565, MANFAAT ZIKIR BAGI KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA JAMAAH TAREKAT SYADZILİYAH DI PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTHADI-IEN KOTA BENGKULU).**

Pada era globalisasi ini, manusia berpandangan bahwa ketenangan jiwa hanya didapat ketika manusia itu mempunyai materi, kekuasaan, kemewahan serta keindahan dunia dalam hidupnya. Sehingga manusia banyak melupakan siapa pencipta dirinya, dunia dan keindahannya. Zikrullah merupakan usaha manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat Allah SWT. Persoalan yang dikaji dalam skripsi adalah manfaat zikir bagi ketenangan jiwa pada jamaah tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien. Untuk mengungkap persoalan tersebut secara mendalam dan menyeluruh, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Responden adalah 8 orang jamaah tarekat Syadziliyah yang berasal dari provinsi Bengkulu dan luar provinsi Bengkulu yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan wawancara dan observasi dan dokumentasi. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa zikir secara umum sangat bermanfaat bagi ketenangan jiwa jamaah tarekat Syadziliyah. Zikir sangat bermanfaat, dalam pengendalian emosi, sehingga membuat manusia lebih tenang, lebih sabar, tidak gelisah, gundah, cemas dan lainnya, selalu bersyukur kepada Allah. Menjadikan jamaah semakin rajin beristighfar kepada Allah, dan semakin tawadhu' kepada Allah, dengan zikrullah semakin mendorong jiwa jamaah selalu berusaha untuk memperbaiki kualitas ibadahnya baik ibadah mahdhoh maupun ghairu mahdoh serta mengamalkan ajaranagama. Maka dengan itu akan menumbuhkan jiwa yang selalu ingin berbuat kebajikan, adanya sikap toleran terhadap sesama, lebih mudah memaafkan, lebih sabar,selalu berkhushudzon kepada Allah, tidak mudah su'udzon kepada orang lain, mencari rezeki yang halal dan toyyibah, selalu ingin berbuat amal shaleh untuk mendapatkan keberkahan dan ridha Allah SWT serta hidup sederhana dan tidak haus dan rakus akan kegemerlapan dunia.

Kata Kunci :Zikir, Ketenangan Jiwa, Tarekat Syadziliyah

## **KATA PENGANTAR**

Segala Puji dan syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul **“MANFAAT ZIKIR BAGI KETENANGAN JIWA (STUDI KASUS PADA JAMAAH TAREKAT SYADZILYAH DI PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADHI-IEN KOTA BENGKULU)”**. Shalawat serta salam tidak lupa kita curahkan kepada Nabi Besar junjungan kita yakni Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari alam kegelapan sampai kealam yang terang benderang yang penuh dengan ilmu pengetahuan, juga kepada keluarga besarnya, para sahabatnya dan semua pengikutnya yang setia hingga akhir zaman. ini penulis menyadari masih ada kekurangan dari berbagai segi.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat guna untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada program studi Ilmu Tasawuf (IT) Jurusan Ushuluddin Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu. dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak. Dengan demikian penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Sirajuddin M, M.Ag. MH, selaku Rektor IAIN Bengkulu.
2. Dr. Suhirman, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.
3. Ismail, M.Ag selaku Ketua Jurusan Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.
4. H. Jonsi Hunadar, M.Ag selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan arahan dengan penuh kesabaran.
5. Emzinetri, M.Ag selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, motivasi, semangat, dan arahan dengan penuh kesabaran.
6. Drs. Lukman, SS, MPd selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberikan arahan, nasehat dan motivasi

7. Kedua orang tuaku, Bapak Saparudin Ardi dan Ibu Uliya yang selalu memberikan semangat, dukungan serta mendo'akan kesuksesan penulis.
8. Staf dan karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang telah memberikan pelayanan dengan baik dalam hal administrasi.
9. Bapak KH. Abdul Muntaqim Ahmad, selaku pimpinan tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien kota Bengkulu.
10. Bapak dan ibu Dosen Jurusan Ushuluddin IAIN Bengkulu yang telah mengajar dan membimbing serta memberikan berbagai ilmunya dengan penuh keikhlasan.
11. Teman-teman seperjuangan anak Ilmu Tasawuf dan Ilmu Al-Qur'an dan tafsir dan semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.
12. Informan penelitian yang telah memberikan waktu dan informasi secara terbuka.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari banyak kelemahan dan kekurangan dari berbagai sisi. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini kedepan.

Bengkulu, Januari 2018

Penulis



Despa Reni Suryani

NIM. 1316351565

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	13
C. Batasan Masalah .....	14
D. Tujuan Penelitian .....	14
E. Kegunaan Penelitian .....	14
F. Kajian Pustaka .....	15
G. Sistematika Penulisan .....	17
<b>BAB II. LANDASAN TEORI</b>	
A. Zikir .....	19
1. Pengertian Zikir .....	19
2. Macam-Macam Zikir .....	22
3. Anjuran Zikir dalam Islam.....	24
4. Keutamaan dan Manfaat Zikir .....	26
5. Zikir dalam Tradisi Tasawuf dan Tarekat .....	36
B. TarekatSyadziliyah .....	43
1. Sejarah Tarekat Syadziliyah .....	43
2. Ajaran Tarekat Syadziliyah .....	46
3. Zikir dalamTarekat Syadziliyah .....	47
4. TujuanTarekat Syadziliyah .....	54
C. Ketenangan Jiwa dalam PerspektifTasawuf .....	55
1. Definisi Jiwa.....	55
2. Pengertian Ketenangan Jiwa.....	59
3. Jiwadalam Perspektif Al-Qur'an danTasawuf.....	61
4. Faktor-Faktor Ketenangan Jiwa Perspektif Tasawuf.....	65
5. Definisi/Konsep Ketenangan Jiwa .....	68
D. Hubungan Zikir dengan Ketenangan Jiwa.....	72
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	76

B. Lokasi Penelitian .....	76
C. Informan Penelitian .....	77
D. Sumber Data .....	77
E. Teknik Pengumpulan Data .....	78
F. Teknik keabsahan Data.....	81
G. Teknik Analisa Data .....	83
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Wilayah Penelitian .....	85
1. Sejarah Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien Kota Bengkulu .....	85
2. Visi Misi .....	86
3. Identitas Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien Kota Bengkulu .....	87
4. Tujuan Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien Kota Bengkulu.....	88
5. Keadaan Tenaga Pendidik di Podok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien Kota Bengkulu .....	89
6. Sejarah Tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien Kota Bengkulu .....	90
7. Frofil Informan .....	92
B. Pemaparan Hasil Penelitian .....	93
1. Pemahaman Jamaah Tarekat Syadziliyah Tentang Zikir ..	93
2. Manfaat Zikir Bagi Ketenangan Jiwa.....	97
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	106
1. Makna Zikir .....	106
2. Metode Zikir yang Diamalkan dalam Tarekat Syadziliyah	107
3. Manfaat Zikir terhadap Pengendalian Emosi Jamah Tarekat Syadziliyah .....	108
4. Manfaat Zikir bagi Hubungan Spiritualitas dengan Allah	108
5. Manfaat Zikir terhadap Dorongan Jiwa untuk Meningkatkan Ibadah .....	109
<b>BAB V. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	114
B. Saran .....	115

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Islam sejatinya adalah agama kemanusiaan. Islam sebagai agama kemanusiaan berarti juga menjadi pedoman hidup yang dipercaya dapat membimbing dan mengarahkan manusia untuk tetap berada pada martabat kemanusiaannya yang mulia dan agung. (Alm) Nurcholish Majid merupakan cendekiawan muslim yang mempromosikan bahwa Islam adalah agama kemanusiaan.<sup>1</sup>

Sedangkan Al- Qur'an adalah kitab suci yang menjadikan pedoman hidup umat Islam. Di dalamnya terdapat petunjuk hidup yang berkaitan dengan hubungan vertikal individu dengan Tuhan maupun hubungan horizontal individu dengan manusia.<sup>2</sup> Al-Qur'an banyak mempunyai keistimewaan yang dapat memecahkan setiap permasalahan dan problematika kemanusiaan dalam berbagai segi kehidupan baik jasmani, rohani, sosial, ekonomi, maupun politik dengan pemecahan yang bijaksana, dan salah satu fungsi Al-Qur'an adalah sebagai kitab petunjuk bagi umat manusia.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Zainul Bahri, *Tasauf Mendamaikan Dunia*, (Erlangga :Gaprint, 2010), hlm, 2

<sup>2</sup> M. Ihson El-saha, *Sketsa Al-Qur'an: Temapt, Tokoh, Nama dan Istilah Dalam Al-Qur'an* (Jakarta : Lista Fariska Putra, 2005), hlm, xii

<sup>3</sup> Rohimin, *Tafsir di Indonesia Dan Upaya Pengembangan Metode Tafsir Kotemporer*. (Makalah disampaikan pada acara seminar nasional Orientasi Metodologi Penafsiran Al-Qur'an himpunan mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu, pada hari Kamis Tanggal 5 November 2015, Dilaksanakan Di Auditorium IAIN Kota Bengkulu)

Kedatangan Islam pertama kali pada komunitas Arab penyembah pagan (berhala) sesungguhnya juga membawa misi kemanusiaan. Prinsip-prinsip kesetaraan, keadilan, kesucian dan keseimbangan hidup, kemerdekaan jiwa dan martabat manusia serta penghormatan terhadap hak-hak azazi manusia ditawarkan Islam guna mengubah cara dan kebiasaan hidup mereka yang bertentangan dengan semua kaidah-kaidah mulia di atas. Humanisme Islam ini kemudian secara perlahan disadari oleh masyarakat Arab sebagai “pencerahan” bagi kehidupan (individual dan sosial) mereka yang lebih bermartabat. Dalam sejarah agama-agama Ibrahim, wawasan kemanusiaan berdasarkan konsep dasar bahwa manusia dilahirkan dalam bentuk kesucian, yakni konsep yang dikenal dengan istilah fitrah. Karena fitrah-nya manusia memiliki sifat dasar kesucian, yang kemudian harus dinyatakan dalam sikap-sikap yang suci dan baik kepada sesamanya. Sifat dasar kesucian itu disebut hanifiyah, oleh karenanya, manusia adalah makhluk yang hanif. Sebagai makhluk yang hanif, manusia akan terus-menerus memiliki dorongan naluri ke arah kebaikan dan kebenaran atau kesucian. Dan seorang yang hanif juga berarti seseorang yang terus bersemangat mencari kebenaran secara tulus dan murni, dimana pusat dorongan hati itu terdapat dalam diri manusia yang terdalam dan termurni, yang disebut (hati) nurani, artinya “bersifat nur atau cahaya”.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup>Zainul Bahri, *Tasauf Mendamaikan Dunia*, hlm, 2-3

Sementara persoalan hidup semakin kompleks dan beragam, baik persoalan yang berasal dari dalam diri manusia maupun dari luar. Kemajuan peradaban manusia seharusnya memberikan kebahagiaan yang lebih banyak kepada manusia dalam hidupnya. Namun, fakta yang terjadi malah sebaliknya. Sebagian ketentraman dan ketenangan ternyata semakin jauh. Hidup semakin sulit. Kesulitan materil ternyata menjadi beban mental dan psikis bagi manusia. Jiwa mereka semakin berat. Kegelisahan, ketegangan dan tekanan lebih sering mereka rasakan.

Tragedi ini muncul disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah kebutuhan hidup yang semakin meningkat, perasaan individualistik dan egois, persaingan dalam hidup, dan keadaan lingkungan yang tidak stabil. Dalam menghadapi persoalan hidup tersebut manusia lebih cenderung mudah putus asa, karena gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan itu bisa menyebabkan gangguan jiwa seperti kecemasan, gelisahan dan kekhawatiran. Hal ini bisa memicu pikiran manusia menjadi kacau dan mengakibatkan manusia menjadi depresi dan frustasi. Oleh karena itu ia membutuhkan pegangan atau petunjuk untuk kembali ke jalan yang benar.<sup>5</sup>

Sebagai makhluk yang memiliki kesadaran, manusia menyadari adanya problema yang mengganggu kejiwaannya. Oleh karena itu sejarah mencatat adanya upaya untuk mengatasi problem tersebut. Adapun beberapa upaya yang dilakukan untuk mengatasi problema tersebut yaitu

---

<sup>5</sup> Zainul Bahri, *Tasauf Mendamaikan Dunia*, hlm, 3-5

dengan jalan yang bersifat mistik irrasional (tasawuf) rasional, konsepsional dan ilmiah. Secara alamiah manusia merindukan kehidupan yang tenang dan bahagia.

Dewasa ini, kita dihadapkan kepada berbagai macam persoalan kehidupan yang semakin kompleks, dan tidak semuanya dapat kita selesaikan dengan mudah. Namun, kita senantiasa dituntut agar dapat memecahkan persoalan itu secepat mungkin. Menghadapi hal demikian, sebagai umat yang beragama, kita akan kembali ke asal segala sesuatu, kepada Sang Maha Pencipta, pencipta diri kita dan pencipta permasalahan yang kita hadapi, kita akan mengadu kepada-Nya. Dalam hal ini, seperti yang dijelaskan Yunasril, jalan yang harus kita tempuh ialah dengan mengingat Allah (zikir) dan doa.<sup>6</sup>

Sebagaimana telah dijelaskan Q.S Al- Ra'd ayat 28 yang berbunyi:<sup>7</sup>

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۲۸

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenang.

Dari ayat di atas sangat jelas bahwa ketenangan jiwa hanya dapat dirasakan oleh orang-orang beriman dan senantiasa mengingat Allah. Apabila seseorang mukmin senantiasa mengingat Allah maka hatinya akan menjadi tenang, tenang dan damai. Namun pada kenyataan dalam kehidupan manusia yang modern banyak manusia yang lupa akan

<sup>6</sup> Yunasril Ali, *Jalan Kearifan Sufi, Tasawuf Sebagai Terapi Derita Manusia*, (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), Cet 1, hlm, 144

<sup>7</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan terjemahannya*, (Bandung: Penerbit Diponegoro), hlm, 252

eksistensi Tuhannya, karena mereka disibukkan oleh urusan dunia yang menurut mereka lebih penting daripada akhirat yang hakiki. Manusia modern lebih cenderung mengedepankan kehidupan materi dibanding kehidupan spiritualitas, fenomena ini tidak hanya ditemukan di masyarakat perkotaan akan tetapi juga mulai ditemukan di masyarakat pedesaan. Mereka asyik mencari materi, dimana menurut pemahaman mereka ketenangan dan kebahagiaan itu hanya dapat dirasakan apabila mereka banyak mempunyai materi ataupun harta yang berlimpah. Mereka menginginkan kehidupan yang glamour dan mewah. Untuk mencapai keinginan mereka, manusia bisa berbuat apa saja dalam mencapai keinginan tersebut.

Ketika masyarakat menginginkan kehidupan yang serba materi tanpa diimbangi dengan nilai-nilai keagamaan yang baik, tentu hal ini akan menimbulkan ketidaktenangan jiwa. Mereka bisa mengalami kehampaan spiritualitas. Seperti dijelaskan sebelumnya, menurut masyarakat modern, ukuran ketenangan dan kebahagiaan itu dilihat dari segi materi, namun pada kenyataan yang sebenarnya tidak seperti itu. Ketenangan dan kebahagiaan yang hakikihanya dapat dirasakan apabila manusia senantiasa dekat dengan penciptanya atau selalu mendekatkan diri ke pada Allah SWT dengan cara menjalan perintahnya dan menjauhi semua larangan-Nya.

Sebagaimana dijelaskan oleh Marzani Anwar, munculnya tasawuf atau sufisme sebagai alternatif yang terpilih untuk merespon kemiskinan

spiritual masyarakat modern pada saat ini. Hal itu sangat beralasan karena tasawuf atau sufisme mengajarkan hal-hal yang cukup rasional. Pemahaman agama secara rasional ditambah dengan pelaksanaannya secara formal tidak cukup menjamin kesetiaan orang pada agamanya.

Tasawuf menjadi pilihan karena bentuk kebajikan spiritual dan tasawuf dapat memberikan kepuasan dan kenikmatan batin yang selama ini tidak didapatkan sebelum mengikuti ajaran tasawuf. Kedamaian dengan tasawuf, yang selama ini didambakan sedikit demi sedikit dan secara perlahan menghampiri dalam kehidupan sehari-hari, baik kedamaian dalam rumah tangga, maupun dalam kehidupan sosial yang lebih luas. Dengan tasawuf sifat-sifat negatif dalam diri manusia dapat dihilangkan jika mereka dapat menghayati dan menyadari sepenuhnya sifat-sifat sabar, tawakkal, dan ridha akan apa yang diajarkan oleh Islam.<sup>8</sup>

Secara bahasa zikir berasal dari ungkapan bahasa Arab *dhikr* yang berarti mengingat, menyebut dan mengenang. Adapun zikir yang dimaksud dalam amaliah agama adalah mengingat atau menyebut nama Allah. Para ulama yang berkecimpung dalam bidang olah jiwa mengingatkan bahwa zikir kepada Allah, secara garis besar dapat dipahami dalam artian sempit dan dapat dipahami dalam pengertian luas. Yang dalam pengertian sempit adalah dengan lidah saja. Zikir dengan lidah ini adalah menyebut-nyebut nama Allah atau apa yang berkaitan dengan-Nya, seperti mengucapkan *tasbih, tahmid, takbir, hauqalah* dan lain-lain. Bisa juga pengucapan lidah

---

<sup>8</sup> Marzani Anwar, *Sufi Perkotaan, (Menguak Fenomena Spiritualitas di Tengah Kehidupan Modern)*, cet. ke-1. Jakarta: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Jakarta, 2007, hlm, 14

disertai dengan kehadiran qalbu, yakni membaca kalimat-kalimat tersebut disertai dengan kesadaran hati tentang kebesaran Allah dilukiskan oleh kandungan makna kata yang disebut-sebut itu. Sedangkan zikir secara luas adalah kesadaran hati tentang kehadiran Allah di mana dan kapan saja, serta kesadaran akan kebersamaan-Nya dengan makhluk kebersamaan dalam arti pengetahuan-Nya apapun di alam raya ini serta bantuan dan pembelaan-Nya terhadap hamba-hamba-Nya yang taat.

Arti zikir adalah suatu media untuk menyebut atau mengingat nama Allah. Jadi, dalam pengertian yang luas semua bentuk aktivitas yang tujuannya mendekatkan diri kepada Allah dinamakan zikir seperti solat.

Dalam al-Qur'an Allah berfirman :<sup>9</sup>

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ۚ ١٤

Artinya: “Sesungguhnya aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, Maka sembahlah aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat Aku”. (Q.S Thaaha 14).

Tetapi secara spesifik, zikir dibatasi dengan dengan kata mengingat allah dengan dengan lisan dan hati. Dalil berzikir Q.S al-ahzab ayat:41.<sup>10</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ۚ ٤١

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, berzdikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya”. (Q.S. Al-Ahzab: 41)

<sup>9</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan terjemahannya*,, hlm, 313

<sup>10</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan terjemahannya*,, hlm, 423

Zikir yang diperintahkan oleh Allah SWT dapat dilakukan dengan qauliy, yakni dengan mengucapkan *tasbih, tahmid, tahlil, hauqalah* dan sebagainya. Dengan kata lain dengan menyebut nama Allah dan sifat-sifatnya. Dalam kaitan ini Allah memerintahkan: <sup>11</sup>

وَأَذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ بُكْرَةً وَأَصِيلاً ٢٥

Artinya: “... Dan sebutlah nama Tuhanmu (waktu) pagi dan petang.” (QS. Al-Insan[76]: 25). Selain itu zikir.<sup>12</sup>

Dalam berzikir terdapat terapi/pengobatan bagi orang-rang yang merasakan gelisah dan kepedihan hidup. Zikir juga mampu menetralkan berbagai prolematika dan melapangkan segala beban jiwa sebaliknya, kelalaian dari zikir. Selain membuahkan kegelisahan, kesulitan dan penguasaan diri. Selain itu zikir juga bermanfaat memantapkan iman, energi akhlak, terhindar dari bahaya, dan terafi jiwa.

Zikir merupakan salah satu ibadah yang ditekankan dalam tasawuf, sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an. Zikir berasal dari kata *dzikir/dzakara*, yang artinya mengingat, memerhatikan, mengenang, mengenal dan mengerti. Al-Qur'an menjelaskan bahwa zikir membangkitkan daya ingat dan kesadaran. Zikir berarti pula ingat terhadap hukum-hukum Allah SWT. Zikir juga bermakna mengambil pelajaran/peringatan. Zikir secara sederhana diartikan “ingat”. Ingat dari kelupaan dan ketidaklupaan, serta sikap senantiasa menjaga sesuatu dalam ingatan. Allah berfirman, “ dan ingatlah kepada Tuhanmu jika kamu lupa”.

<sup>11</sup> Depatemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan terjemahannya*, hlm, 579

<sup>12</sup> Alam Suskha, *Konsep Zikir Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Skripsi Program Study Tafsir Hadist, Jurusan Usuludin, STAIN Kota Bengkulu. hlm, 3-4

(Q.S. al-kahf [18]: (24). Zikir merupakan alat membersihkan hati. Apabila hati seseorang itu baik maka baiklah pribadinya dan apabila hati seseorang itu buruk, maka buruk juga pribadinya. Zikir dari segi bahasa atau etimologi yaitu, mengingat, mengucapkan dan berbuat baik. Sedangkan menurut istilah zikir dapat diartikan membasahi lidah dengan pujian-pujian kepada Allah.

Syaikh Ahmad Fatani mengatakan zikir dapat diartikan bersih (*ashafa*) wadahnya adalah menyempurnakan (*al-wafa*), dan syaratnya adalah hadir dihadap-Nya (*hudhur*), harapannya adalah amal saleh dan hasilnya adalah dekat dengan Allah SWT.

Ibnu Qodamah dalam kitabnya Minhajul Qoshidin mengatakan bahwa ibadah yang paling utama bagi lidah setelah membaca al-qur'an adalah *zkrullah* (mengingat Allah dengan berzikir) dengan penuh keikhlasan kepada Allah.<sup>13</sup>

Zikir untuk selalu mengingat Allah. Lebih jauh lagi adalah *uz'lah* yang berarti konsentrasi semata hanya pada Allah dapat dilakukan dalam situasi apapun, karena *uz'lah* itu ada dalam hati dan jiwa. Fisik boleh berada dalam kondisi apapun, tetapi hati tidak boleh lebur dalam situasi dan kondisi tersebut.

Oleh sebab itu, di era modern ini walaupun seseorang aktif dan disibukkan oleh kegiatan tertentu, sama sekali tidak ada halangan untuk berzikir dan *uz'lah*. Dengan demikian kita akan senantiasa ingat kepada

---

<sup>13</sup> Alam Suskha, *Konsep Zikir Dalam Perspektif Al-Qur'an*, 3-4

Allah, kapan, dimana dan dalam kondisi apapun.<sup>14</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziah berkata, “dengan berzikir kepada Allah, maka akan tertolak baerbagai malapetaka, terlepas dari berbagai musibah yang menimpa, jika bala’ itu memang tidak bisa dihindarkan, maka kepada Allah-lah mereka mengembalikan itu.

Zikir adalah ladang surga yang mereka akan senantiasa merindukannya. Zikir juga dapat bernilai seperti harta benda yang mereka akan merasa bahagia dengannya. Zikir adalah penawar dan obat hati ketika ia diliputi kegundahan. zikir adalah pintu terbesar Allah yang senatiasa terbuka diantara hamba-Nya yang selalu berzikir, kecuali hamba-nya itu sendiri yang menguncinya, yakni dengan melupakan zikir. Adapun zikir yang dimaksud dalam amaliah agama adalah mengingat atau menyebut nama Allah.

Salah satu jalan untuk selalu mendekati diri kepada Allah ialah dengan bertarekat, tarekat berasal dari kata thoriqoh yang artinya jalan, metode, atau cara. Dalam lingkup tasawuf tarekat artinya jalan yang harus ditempuh setiap calon sufi untuk mencapai tujuannya, yaitu berada dimaqam yang terdekat disisi Allah. Berbicara mengenai tarekat banyak sekali tarekat yang berkembang di Indonesia yang yang muktabarah ataupun ghairu muktabarah, salah satu tarekat muktabarah yang berekmbang di Indonesia ialah tarekat Syadziliyah.

---

<sup>14</sup> Marzani Anwar, *Sufi Perkotaan, (Menguak Fenomena Spiritualitas di Tengah Kehidupan Modern)*, hlm, 16-17

Tarekat Syadziliyah di dirikan oleh Abu Al-Hasan Al-Syadzili Ali Bin Abdillah Bin Abd Al Jabbar Al-Syadzili, lahir disebuah desa bernama Chamarah, tidak jauh dari kota Saptah, negeri maghrib Al-Aqsha atau Maroko, Afrika Utara bagian ujung paling barat, pada tahun 593h/1197 M. Al-Syadzili merupakan *dzuriyyat* atau keturunan ke-22 dari junjungan kita nabi besar Muhammad Saw. Sejak kecil Abu Al-Hasan Al-Syadzili biasa dipanggil dengan nama Ali, ia dikenal sebagai orang yang memiliki akhlak yang amat mulia. T tutur katanya fasih, halus, indah, dan santun serta cita-cita yang tinggi dan luhur, Al-Syadzili juga tergolong orang yang memiliki kegemaran menuntut ilmu.<sup>15</sup>

Mengenai Perkembangan tarekat Syadziliyah hingga ke Indonesia, sebagaimana tarekat mektabarah lainnya, tarekat Syadziliyah bersumber dari Rabb Al-Izzah Rabb Al-Alamin ajaran tarekat atau jalan atau cara atau metode menuju kepada Allah SWT kemudian disampaikan kepada Rasulullah Saw. Melalui malaikat Jibril As, selanjutnya oleh Rasulullah metode itu diajarkan kepada beberapa para sahabat beliau, kemudian diajarkan kepada muridnya, turun temurun sampai akhir kepada Syaikh Abdus Salam, kemudian diajarkan kepada Syaikh Abu Al-Hasan-Al-Syadzili, selang beberapa tahun kemudian tarekat ini dikembangkan dan disebarluaskan kepada masyarakat umum berikut dengan ajaran-ajaran tasawufnya. Pada masa ini tarekat Syadziliyah berkembang pesat hingga menyebar kepenjuru dunia. Tarekat ini banyak memiliki pengikut

---

<sup>15</sup> KH, Munawir kertosono Ngarjuk, Silabus Shalikin: *Ensiklopedi Thariqah/Tasawuf*, hlm 437

disebagian besar Negara-negara di Afrika Utara, Kenya, Tanzania Tengah, sampai ke Negara-negara di Amerika Barat dan Amerika Utara, serta Negara-negara Asia termasuk Srilanka, Thailand, Malaysia Dan Indonesia.<sup>16</sup>

Maka Dari itu, dari itu untuk mengantisipasi krisis moral dan kehampaan spiritual tersebut banyak manusia melarikan diri mereka ke dunia tasawuf. Tasawuf merupakan jalan untuk mensucikan dan membersihkan jiwa. Ada banyak cara yang dilakukan oleh manusia dalam bertasawuf yakni mengikuti pengajian, tarekat dan lain sebagainya. Berbicara tarekat banyak sekali tarekat yang berkembang di Bengkulu, salah satunya adalah Tarekat Syadziliyah yang ada di Pondok Pesantren Assalafi Hidayatul Mubtadi-ien Kota Bengkulu, yakni Toriqoh Idaroh Wustho Jam'iyah Ahlith Thariqah Al-Muktabarah An-Naholiyah Provinsi Bengkulu, yang dipimpin oleh KH. Ahmad Muntaqim, beliau mengetahui semua tarekat muktabarah yang ada di Provinsi Bengkulu, dan menganut tarekat Syadziliyah. Sebenarnya tarekat Syadziliyah ini sudah lama ada di kota Bengkulu namun belum diketahui oleh banyak orang, tarikat ini mulai tersebar dan dikenal di Kota Bengkulu mulai tahun 2004. Pengikut tarekat Syadziliyah di daerah kota Bengkulu sekitar 300 orang lebih, dan jumlah pengikut tarekat ini di satu provinsi Bengkulu mencapai seribu jamaah.

---

<sup>16</sup> *Ensiklopedi Thariqah/Tasawuf*, hlm, 460-461

Tarekat Syadziliyah tersebar diberbagai daerah Bengkulu meliputi, kabupaten Seluma, kabupaten Bengkulu Utara, Bengkulu Selatan, Muko-Muko Rejang Lebong. Tarekat ini menurut penuturan Ustad Anwar yaitu (Murid dari KH Ahmad Muntaqim) dan KH Ahmad Muntaqim yakni bagaimana agar kita bisa menata dan mengelola hati supaya menjadi bersih dan suci, yaitu bersih dari penyakit hati yakni penyakit kufur, iri, dengki, ujub, sombong dan ria'. Menjadikan manusia takwa kepada Allah SWT, dan tarekat Syadziliyah ini mengajarkan bagaimana mengikuti sunnah-sunnah rosul, baik dalam ucapan dan perbuatan, bagaimana mengosongkan hati dari segala sesuatu selain Allah, ridha kepada Allah baik dalam kekurangan dan kelebihan, serta kembali kepada Allah dalam suka maupun duka.<sup>17</sup>

Adapun mengenai zikir yang diamalkan dalam tarikat Syadziliyah ini yang pertama membaca surat Al-Fatihah yang ditujukan kepada nabi Muhammad SAW, kedua, membaca surat Al-Fatihah dan ditujukan kepada Syaikh Abu Al-Hasan al-Syadziliyah. Ketiga, membaca surah Al-Fatihah dan ditujukan para silsilah guru mursyid thariqah Syadziliyah., keempat, beristighfar sebanyak 100 kali, kelima, membaca solawat Syadziliyah sebanyak 100 kali, membaca kalimat *La Ilaha Ilallah* sebanyak 100 kali. Rutinitas rutin zikir secara berjamaah dilakukan pada setiap malam jum'at setelah selesai sholat Maghrib sampai sebelum isya', sesudah zikir dilanjutkan sholat Isya', setelah sholat Isya' dilanjutkan

---

<sup>17</sup> Wawancara dengan Saudara Ustad Anwar Pada Tanggal 25 Juni 2017

dengan makan bersama di kediaman KH Ahmad Muntaqim di pondok pesantren Assalafi Hidayatul Mubtadi-Ien kota Bengkulu. Zikir secara berjamaah diamalkan dengan mengeluarkan suara secara lembut dan disertai dengan kesadaran hati. Bagi setiap penganut tarekat Syadziliyah ini wajib mengamalkan zikir tersebut setiap hari setiap waktu, namun yang sangat diajurkan untuk mengamalkan zikir tersebut setelah selesai sholat Maghrib dan sholat Subuh.<sup>18</sup>

Adapun jamaah pengikut tarekat Syadziliyah ini terdiri kaum laki-laki yang berbeda-beda usia dan juga profesi mereka masing-masing ada golongan orang biasa, tenaga pengajar, TNI, wirasuwasta dan lain-lain.

Oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk mengkaji masalah ini lebih dalam lagi guna untuk mendapat pengetahuan yang lebih komprehensif tentang manfaat zikir bagi ketenangan jiwa pada jamaah pengikut tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas maka permasalahan yang akan diteliti yaitu bagaimana manfaat zikir terhadap ketenangan jiwa pada jamaah tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu?

## **C. Batasan Masalah**

---

<sup>18</sup>Wawancara dengan Saudara Kh Ahmad Muntaqim Pada Tanggal 25 Juni 2017

Agar pembahasan dalam penelitian ini tidak meluas, maka dalam penelitian ini dibatasi permasalahan subjek yang diteliti yaitu :

1. Manfaat zikir bagi pengendalian emosi jamaah tarekat Syadziliyah?
2. Manfaat zikir dengan hubungan spiritualitas dengan Allah SWT?
3. Manfaat zikir bagi dorongan jiwa untuk beribadah kepada Allah SWT?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Pada dasarnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan manfaat Zikir bagi Ketenangan Jiwa pada jamaah Tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu.

#### **E. Kegunaan Penelitian**

1. Secara Akademik hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah kajian tentang tarekat khususnya tarekat Syadziliyah. Penelitian ini berfungsi sebagai syarat dalam rangka menyelesaikan studi (S1) program studi Tasawuf dan Psikoterapi, jurusan Ushuluddin dan diharapkan dapat menjadi informasi awal yang bisa dijadikan rujukan bagi penelitian-penelitian serupa yang akan dilakukan dikemudian hari, atau dapat menjadi informasi pembanding bagi penelitian lainnya yang meneliti masalah zikir dari sudut pandang yang berbeda. Hasil penelitian ini diharapkan juga bisa memperkaya literatur bagi perpustakaan IAIN, yang berkenaan dengan kajian tasawuf dan psikoterapi Islam.

2. Secara praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat :

- a. Manfaat bagi ketenangan jiwa para jamaah Tarekat Sadziliyah di Pondok Pesantren Assalafih Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu, baik dalam kehidupan individu maupun dalam kehidupan sosial yang mereka rasakan.
- b. Pimpinan dan pengurus tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien Kota Bengkulu.
- c. Peneliti berikutnya yang berniat mengkaji tentang tarekat di Bengkulu.

## **F. Kajian Pustaka**

Untuk menghindari kesamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu, penulis memberikan gambaran beberapa karya atau penelitian yang ada relevansinya, yakni penelitian yang ada relevansinya dengan manfaat zikir bagi ketenangan jiwa. Hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh:

Pertama, Alifah, Umi (2016) *Konsep Zikir Menurut Syekh Abdul Qadir Jaelani dan Pengaruhnya terhadap Pelaku Ekonomi*. Fakultas syariah jurusan Ekonomi UIN Raden Fatah Palembang. Karya ini memfokuskan pada penelitian bagaimana pengaruh zikir terhadap pelaku ekonomi.<sup>19</sup>

Kanapi, Ali (2014) *Pengaruh Kusyu' dalam Meditasi Zikir terhadap Ketenangan Jiwa* (Studi Eksperimen Siswa di MTS N Jaketro Kabupaten Grobongan) Fakultas Usuludin UIN Wali songo. Karya ini memfokuskan masalah pada bagaimana pengaruh yang signifikan dari

---

<sup>19</sup> Alifah Umi, *Konsep Zikir Menurut Syekh Abdul Qadir Jaelani Dan Pengaruhnya Terhadap Pelaku Ekonomi*, (Skripsi Fakultas Ushuluddin Dan Islam , Universitas Raden Fatah, Palembang, 2016), Pdf, hlm, 26

khusyu' dalam meditasi zikir terhadap ketenangan jiwa siswa siswa MTS N Jeketro kabupaten Gobongan.<sup>20</sup>

Nurhayati Dewi Fadiana (2016), *Pengaruh Zikir Asma ul Husna terhadap Aktualisasi Diri Jama'ah Majelis Zikir Asmaul Husna Masjid Jami' Desa Tawang Sari IAIN Tulung Agung*. Penelitian ini memfokuskan masalah bagaimana pengaruh zikir *asma ul husna* terhadap aktualisasi jama'ah Masjid Jami' desa Tawang Sari. Dan bagaimana mengetahui pengaruh zikir asma ul husna terhadap aktualisasi diri jamaah Majelis Zikir *Asma ul Husna*.<sup>21</sup>

Muhammad Ansuri Abdillah, (2014) Jakarta Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatillah. *Pengaruh Zikir terhadap Skor Kecemasan Mahasiswa Keperawatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta menghadapi Ujian Skill-Lab*. Penelitian ini memfokuskan pada masalah bagaimana untuk mengetahui pengaruh zikir terhadap kecemasan mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian praktikum.<sup>22</sup>

Dari beberapa penelitian di atas, maka dapat disimpulkan belum ada karya yang membahas manfaat Zikir bagi ketenangan jiwa pada

---

<sup>20</sup> Kanapi Ali, *Pengaruh Khusyu' Dalam Meditasi Zikir Terhadap Ketenangan Jiwa*, (Skripsi Fakultas Ushuluddin, Universitas Negeri Wali Songo, Semarang, 2014), Pdf, hlm, 37

<sup>21</sup> Nurhayati Dewi Fadiana, *Pengaruh Zikir Asma Ul Husna Terhadap Aktualisasi Diri Jama'ah Majelis Zikir Asmaul Husna*, (Skripsi Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri, Tulung Agung, 2016), Pdf, hlm, 26

<sup>22</sup> Muhammad Fanshuri Abdillah, *Pengaruh Zikir Terhadap Skor Kecemasan Mahasiswa Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Menghadapi Ujian Skill-Lab*, (Skripsi Fakultas Ilmu Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2014), pdf, hlm, 34

Jamaah tarekat Sadziliyah di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu.

### **G. Sistematika Penulisan**

Dalam penulisan skripsi ini peneliti, membaginya dalam lima BAB, dengan sistematika sebagai berikut :

Bab 1 : Pendahuluan yang memuat tentang : latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kajian pustaka dan sistematika penulisan.

Bab II : Landasan teori yang memuat tentang kerangka teoritik penelitiannya, yang berisi landasan yang dikaji yaitu menjabarkan tentang zikir, dan ketenangan jiwa yang meliputi, pengertian zikir, macam-macam zikir, manfaat zikir dan pengertian jiwa pesfektif tasawuf dan faktor-faktor ketenangan jiwa persfektif tasawuf.

Bab III : Metode penelitian yang mencakup jenis penelitian, lokasi penelitian, informan penelitian, sumber penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisa data, dan teknik keabsahan data.

Bab VI : Hasil penelitian yang memuat tentang deskripsi wilayah penelitian, pemaparan hasil penelitian, dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V : Penutup yang berisi tentang kesimpulan dan saran-saran yang berfungsi sebagai penegasan atau penjelasan kembali dari hasil eksplorasi tema.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Zikir

##### 1. Pengertian zikir

Zikir secara etimologi berasal dari kata *dzakara*, artinya mengingat, memerhatikan, mengenang, sambil mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Menurut Amin Syukur, biasanya perilaku zikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk berkamat-kamit. Al-Qur'an memberi petunjuk bahwa zikir bukan hanya sekedar ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, zikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif. Al-Qur'an menjelaskan bahwa zikir berarti membangkitkan daya ingat dan kesadaran. Zikir berarti pula ingat terhadap hukum-hukum Allah SWT. Zikir juga berarti mengambil pelajaran/peringatan.<sup>23</sup>

Sedangkan zikir secara terminologi adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara mengingat Allah, melihat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.<sup>24</sup>

Dalam *Kamus Taswauf* yang ditulis oleh Solihin dan Rosihin Anwar dinyatakan bahwa zikir merupakan kata yang digunakan untuk

---

<sup>23</sup> Amin Syukur, *Terapi Hati*, (Jakarta: PT Glora Aksara Pratama, 2012), hlm. 59

<sup>24</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak*, (Jakarta: PT Pustaka Cipta, 1987), hlm. 87

menunjuk setiap bentuk pemusatan pikiran kepada Tuhan, zikir pun merupakan prinsip awal untuk seseorang yang berjalan menuju Tuhan (*suluk*).<sup>25</sup> Menurut Bastman, zikir adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir semua bentuk ibadah dan perbuatan seperti, *tasbih, tahmid, solat*, membaca Al-Quran, berdoa, melakukan perbuatan baik dan menjauhkan diri dari kejahatan.<sup>26</sup>

Sedangkan dalam *Ensiklopedia Islam*, dinyatakan bahwa zikir merupakan Ucapan lisan, gerak raga, maupun getaran hati sesuai dengan cara-cara yang diajarkan agama, dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT, upaya untuk menyingkirkan keadaan lupa dan lalai kepada Allah SWT dengan selalu ingat kepada-Nya, keluar dari suasana lupa, masuk ke dalam suasana *musyhadah* (saling menyaksikan) dengan mata hati, akibat didorong rasa cinta yang mendalam kepada Allah SWT.<sup>27</sup>

Askat juga berpendapat zikir adalah sesuatu atau tindakan dalam rangka mengingat Allah SWT, mengagungkan asma-Nya, dengan lafal-lafal tertentu, baik yang dilafalkan dengan lisan atau yang diucapkan dalam hati saja dapat dilakukan dimana saja tanpa terbatas oleh ruang dan waktu. Said Ibnu Djubair dan para ulama lainnya juga menjelaskan bahwayang dimaksud dengan zikir itu adalah semua ketaatan yang diniatkan karena Allah SWT. Hal ini berarti zikir tidak terbatas pada

---

<sup>25</sup> Solihin dan Rosihin Anwar, *Kamus Tasawuf*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2002), hlm, 36

<sup>26</sup> Hana Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. III, 2001), hlm, 158

<sup>27</sup> Sya-nun Ensiklopedia islam, (Jakarta: PT Intermansa, Cet.3, Ichtiar Baru Van Hoeve,1994), hlm, 235

masalah *tasbih*, *tahmid*, *tahlil* dan *takbir*, tapi semua aktivitas yang diniatkan kepada Allah SWT.<sup>28</sup>

Sedangkan Alkalabadzi dalam Anshori juga memberikan pengertian tentang zikir yang sesungguhnya-Nya adalah melupakan semua-Nya, kecuali Yang Esa. Hasan Al-Bana seorang tokoh Ikhwanul Muslimin dari Mesir, menyatakan bahwa semua apa saja yang mendekatkan diri kepada Allah SWT dan semua ingatan yang menjadikan diri dekat dengan tuhan adalah zikir.<sup>29</sup>

Sementara itu zikir dalam tasawuf dan tarekat ialah kesadaran selalu merasa berhubungan dengan Allah, sehingga zikir adalah aktivitas mental bukan aktivitas mulut saja.<sup>30</sup>

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dikutip sebelumnya menurut penulis, zikir adalah cara manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, tidak hanya diucapkan dengan lisan namun diamalkan dalam perbuatan dengan cara mengingat semua keagungan-Nya dan tanpa terbatas oleh sebatas masalah *tasbih*, *tahmid*, *tahlil* dan *takbir* saja. Melainkan semua aktivitas yang dilakukan manusia yang diniatkan hanya kepada Allah SWT.

---

<sup>28</sup> Abu Wardah Bin Askat, *Wasiat zikir dan Doa Rosullah SAW*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2000), hlm, 6

<sup>29</sup> Afif Anshori, *Dzikir dan kedamaian Jiwa*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm, 19

<sup>30</sup> Mubarak Ahmad, *Pendakian Menuju Allah Bertasawuf Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, (Jakarta: Khazanah Baru, 2002), hlm, 187

## 2. Macam-macam Zikir

Ibnu Ata, beliau merupakan seorang sufi yang menulis *al-hikam* (kata-kata hikmah) membagi zikir menjadi tiga bentuk yakni, zikir *jali*, (zikir jelas, nyata), zikir *kahfi*, (zikir yang samar-samar), zikir *haqiqi*, (zikir yang sebenar-benarnya).<sup>31</sup> Uraian tentang ketiga bentuk zikir menurut Ibnu Ata ini, akan penulis paparkan dibawah ini.

### a. Zikir *Jali*

Zikir *jali* adalah suatu perbuatan yang mengingat Allah SWT dalam bentuk ucapan-ucapan lisan yang mengandung arti pujian, rasa syukur, dan doa kepada Allah SWT yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Adapun contohnya, dengan membaca “*tahlil*” (mengucapkan kalimat *laa ilaha illallah* =tiada Tuhan selain Allah), “*tasbih*” (mengucapkan kalimat *subhanallah* =Maha Suci Allah), “*takbir*” (mengucapkan kalimat *Allahuakbar* =Maha Besar Allah), membaca Al-Qur’an atau doa.

Zikir *jali* ini ada yang sifatnya *muqayyad* (terikat) dengan waktu, tempat atau amalan tertentu lainnya. Seperti misalnya, ucapan-ucapan dalam sholat, ketika melakukan ibadah haji, doa-doa yang diucapkan ketika akan makan, sesudah makan, akan tidur, bangun tidur, pergi ke luar rumah, mulai bekerja, mulai belajar, melihat temanberbaju baru, dan sebagainya.

---

<sup>31</sup>Sya-Nun, *Ensiklopedia Islam*, hlm,..... 235

b. *Zikir Kahfi*

*Zikir kahfi* adalah zikir yang dilakukan secara *khusyuk* oleh ingatan hati, baik disertai dengan zikir lisan ataupun tidak. Biasanya orang yang sudah mampu melakukan zikir ini hatinya senantiasa memiliki hubungan erat dengan Allah SWT kapan dan dimana saja. Dalam dunia sufi terdapat ungkapan bahwa seorang sufi ketika melihat suatu benda apa saja, yang dilihatnya bukan benda itu, tetapi Allah SWT. Artinya bukan bahwa benda itu adalah Allah SWT, tetapi pandangan hatinya jauh menembus melampaui pandangan matanya. Ia melihat bukan saja benda itu tetapi juga menyadari akan adanya *khalik* yang menciptakan benda itu.

c. *Zikir Haqiqi*

Zikir ini merupakan tingkatan zikir yang tertinggi, yang merupakan zikir yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga, lahiriyah dan batiniyah kapan dan dimana saja, dengan memperketat upaya untuk memelihara seluruh jiwa raga dari larangan Allah SWT dan mengerjakan apa yang diperintahkan-Nya. Selain itu tiada yang diingat selain Allah SWT. Untuk mencapai tingkatan zikir *haqiqi* ini perlu dijalani *riyadhah-riyadhah* mulai dari tingkatan-tingkatan zikir *jali* dan zikir *kahfi*.

Zikir dengan hati artinya yang diucapkan lisan itu hadir dalam dan berlangsung pada-Nya. Misalnya orang yang mengucapkan *la ilaha illallah*, dengan hatinya. Zikir dengan hati bisa berarti zikir yang berlangsung pada lisan dan hadir disalam hati. Misalnya, seseorang mengucapkan dengan lisan-Nya *laa ilaha illallah*. Makna perkataan yang

mulia ini yaitu pengakuan keesaan Allah sebagai Tuhan dan pengakuan tersebut hadir didalam hati.

### 3. Anjuran Zikir dalam Islam

Mengingat Allah (berzikir) merupakan keutamaan terbesar dan pendekatan diri yang paling utama serta perantara yang paling cepat menyambung hubungan Allah ini bersesuaian dengan firman Allah berikut:<sup>32</sup>

وَلَا تَقُولُوا لِمَنْ يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمُوتَ بَلْ أَحْيَاءٌ وَلَكِنَّ لَّا تَشْعُرُونَ ﴿١٥٤﴾

Artinya: “Karena itu, ingatlah kalian kepadaku, niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.” (QS. AL-Baqarah [2]: 154)<sup>33</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٤٢﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. Dan berstasbilah kepada-Nya diwaktu pagi dan petang.” (QS. Al-Ahzab [33]: 41-42)<sup>34</sup>

وَأذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ

وَلَا تَكُن مِّنَ الْغَافِلِينَ ﴿٢٠٥﴾

Artinya: “Dan sebutlah (nama tuhanmu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara

<sup>32</sup> Ali Akbar Dan Abdullah, *Amalan Penyuci Hati*, (Jakarta, Qultum Media, Cet.1 , 2016), hlm, 240

<sup>33</sup> Departemen Agama Ri, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 24

<sup>34</sup> Departemen Agama Ri, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 423

diwaktu pagi dan petang, dan janganlah kamu merusak orang-orang yang lalai.” (QS Al- A’raf [7]: 205)<sup>35</sup>

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨

Artinya:“Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ketahuilah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang.”(Q.S. Ar Ra’d [13]: 28)<sup>36</sup>

Selain ditegaskan dalam beberapa ayat di atas, anjuran zikir juga ditekankan dalam hadis-hadis berikut:

Diriwayatkan bahwa Rasulullah SAW telah bersabda:

“maukah kuceritakan kepadamu tentang amal terbaik dan paling bersih dalam pandangan Allah SWT, serta orang tertinggi derajatnya di antaramu, yang lebih baik dari menyedekahkan emas dan perak serta memerangi musuh-musuhmu dan memotong eher mereka, dan mereka juga memotong lehermu”. Para sahabat bertanya, “apakah itu wahai Rasulullah? “beliau menjawab, “ (H.R Baihaqi)<sup>37</sup>

Diriwayatkan oleh Anas Bin Malik r.a, bahwa Rasulullah SAW bersabda:

“Hari kiamat tidak akan datang kepada seseorang yang mengucapkan, ‘Allah’. (H.R, Muslim).<sup>38</sup>

Syekh Abu Ali ad-Daqqad berkata, “zikir adalah tiang penopang yang sangat kuat atas jalan menuju Allah SAWT. Sungguh, ia adalah landasan bagi tarekat itu sendiri. Tidak seorang pun mencapai Allah SWT. Kecuali dengan terus-menerus zikir kepada-Nya.

Jabil Bin Abdullah menceritakan, “Rasululah pernah mendatangi kami dan beliau bersabda:

<sup>35</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah al-Qur’an Dan Terjemahannya*, hlm, 176

<sup>36</sup> Departemen Agama RI, *A-hikmah Al-Qur’an Dan Terjemahannya*, hlm, 252

<sup>37</sup> An-Naisabury Abul Qasim al-Qusyairi, *Risalatul Qusyariyah, Induk Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Risalah Gusti, 1996), hlm, 261-263

<sup>38</sup> Ali Akbar, *Amalan Penyuci Hati*, hlm, 41

“Wahai umat manusia, merumputlah dipadang taman surga”, kami bertanya, “apakah taman surga itu?”, beliau menjawab. “majelis orang melakukan zikir”. Beliau bersabda, “berjalanlah dipagi dan di petang hari, dengan berzikir. Siapa pun yang ingin mengetahui kedudukannya di sisi Allah SWT, melihat pada derajat mana kedudukan Allah SWT. Pada dirinya. Derajat yang diberikan Allah kepada hamba-Nya dalam dirinya.”. (H.R Tirmizi, juga riwayat dari Abu Hurairah).<sup>39</sup>

#### 4. Keutamaan dan Manfaat Zikir

##### a. Keutamaan Zikir

Menurut Aqil berikut adalah keutamaan-keutamaan zikir yang disarikan oleh Ibnu Al-Qayyim al-Jauziyah dalam kitab-Nya *Al-Wabilush Shayyib*.<sup>40</sup>

- 1) Dapat Menghilangkan gelisah dan hati yang gundah gulana, menguatkan hati, membuat hati menjadi gembira, melapangkan hati, serta menerangi hati.
- 2) Dapat Mendatangkan rezeki.
- 3) Orang yang berzikir akan merasakan manisnya iman.
- 4) Mendekatkan diri kepada Allah sehingga memasukkan-Nya pada golongan orang yang berbuat ihsan yaitu beribadah kepada Allah seakan-akan ia melihatnya.
- 5) Mendatangkan *inabah*, yaitu kembali pada Allah semakin seseorang kembali pada Allah dengan banyak berzikir kepada-Nya, maka hatinya pun akan kembali kepada Allah dalam setiap keadaan.
- 6) Semakin bertambah *ma'rifah* (mengenal Allah).

<sup>39</sup> Ali Akbar, *Amalan Penyuci Hati*, hlm, 41

<sup>40</sup> Ali Akbar Dan Abdullah, *Amalan Penyuci Hati*, hlm, 243-249

- 7) Mendatangkan rasa takut kepada Allah dan semakin menundukkan diri kepada-NYA.
- 8) Meraih apa yang Allah sebut dalam ayat, “*maka ingatlah kepada-Ku, maka aku akan mengingat kalian.*”
- 9) Ketika seseorang hamba rajin mengingat Allah, maka Allah akan mengingat disaat ia butuh. Dan Jika seseorang mengenal Allah dalam keadaan lapang, Allah akan mengenalnya dalam keadaan sempit.
- 10) Zikir semakin menyebabkan lisan semakin sibuk sehingga terhindar dari *ghibah*, *naminah*, dusta dan perbuatan keji dan batil.
- 11) Orang yang seantiasa berzikir akan merasa bahagia.
- 12) Akan memberikan rasa aman bagi seorang hamba dari kerugian dihari kiamat.
- 13) Karena tangisan orang berzikir, maka Allah memberikan naungan ‘*arsy* padanya di hari kiamat yang amat panas.
- 14) Sibuknya seseorang pada zikir adalah sebab Allah memberikan untuknya lebih dari yang diberikan pada peminta-minta.
- 15) Zikir adalah ibadah yang paling ringan, namun ibadah tersebut sangat mulia.
- 16) Zikir adalah tanaman surga.
- 17) Pemberian dan keutamaan yang diberikan kepada orang yang berzikir, tidak diberikan pada amalan lainnya.

- 18) Senantiasa berzikir pada Allah menyebabkan seseorang tidak mungkin melupakan-Nya.
- 19) Zikir adalah cahaya bagi pemiliknya di dunia, kubur, dan hari kebangkitan.
- 20) Zikir adalah *ra'sul umur* (inti segala perkara).
- 21) Zikir akan memperingatkan hati yang tertidur lelap. hati bisa jadi sadar dengan zikir.
- 22) Orang yang berzikir semakin dekat dengan Allah dan bersama-Nya. Kebersamaan disini ialah dengan kebersamaan yang khusus, bukan Allah hanya sekedar Allah itu bersama dalam arti mengetahui atau meliputi. Namun, kebersamaan ini menjadikan lebih dekat, mendapatkan perwalian, cinta, pertolongan dan taufik dari Allah. Sebagaimana firman-Nya di surat An-Nahl ayat 128, *“sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang bertakwa dan orang-orang yang berbuat kebaikan.”* Dan di surat Al-Baqarah ayat 249. *“Dan Allah beserta orang-orang yang sabar.”* Serta di surat At-Taubah ayat 40. *“janganlah kamu berduka cita, sesungguhnya Allah beserta kita.”*
- 23) Zikir itu dapat menyamai seseorang yang memerdekakan budak, menafkahkan harta, dan menunggang kuda di jalan Allah, serta dapat juga menyamai seseorang yang berperang dengan pedang di jalan Allah. Sebagaimana terdapat di dalam hadits, *“barang siapa mengucapkan laa ilaha illallahu wahdahu la syarika lahu,*

*lahul mulku wa lahum hamdu, wa huwa 'alaa kulli syai-ian qodr*  
*dalam kehidupan sehari sebanyak 100 kali, maka itu seperti*  
*memedekakan 10 budak.*

- 24) Zikir adalah obat hati. Obat hati yang sakit ialah berzikir kepada Allah.
- 25) Zikir menyebabkan datangnya shalawat Allah dan malaikat-Na agi orang berzikir.
- 26) Zikir kepada Allah adalah pertolongan besar agar seseorang mudah melakukan ketaatan.
- 27) Zikir kepada Allah akan menjadikan kesulitan itu menjadi mudah, sesuatu yang terasa jadi beban berat akan menjadi ringan, kesulitan pun akan mendapatkan jalan keluar.
- 28) Zikir kepada Allah akan menghilangkan rasa takut yang ada pada jiwa dan ketenangan akan selalu diraih.
- 29) Zikir akan memberikan seseorang kekuatan sampai-sampai ia bisa melakukan hal yang menakjubkan.
- 30) Jika seseorang menyibukkan diri dengan zikir, maka ia akan terlalaikan dari perkataan yang batil seperti *ghibah*, *naminah*, dan perkataan sia-sia, memuji-muji manusia, dan tidak mencela manusia. Dikarenakan lisan tidak sama sekali tidak bisa diam. lisan boleh jadi adalah lisan yang berzikir dan boleh jadi lisanyang lalai. Kondisi lisan adalah salah satu diantara dua kondisi tadi. Ingatlah

bahwa jiwa tidak tersibukkan dengan kebenaran, maka pasti akan tersibukkan dengan hal yang sia-sia.

Dari penjelasan di atas dapat ditegaskan bahwa zikir mempunyai manfaat yang sangat banyak bagi mereka yang senantiasa melakukannya dengan ikhlas dan konsisten. Dengan berzikir maka kita akan semakin mengenal Allah dan semakin dekat kepada Allah SWT. Jika lisan kita terbiasa berzikir berzikir maka kita akan memperoleh kebahagiaan di dunia maupun akhirat. Sebaliknya jika lisan kita sibuk dengan hal yang sia-sia maka penderitaan dan kesengsaraan yang melanda kehidupan kita dan ketenangan hidup akan sulit diperoleh.

#### b. Manfaat Zikir

Selain mempunyai keutamaan zikir juga mempunyai manfaat yang besar terutama di dalam dunia modern seperti sekarang ini. Manfaat itu antara lain:<sup>41</sup>

##### 1) Memantapkan iman

Lawan zikir ialah *ghaflah* (lupa). Jiwa manusia akan terawasi oleh apa dan siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain. Ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya. *Dzikirullah* akan bermanfaat luas bagi kehidupan manusia.

Kemajuan yang telah dicapai oleh manusia khususnya dalam bidang IPTEK telah membawa mereka mencapai berbagai kemudahan. Namun di sisi lain menimbulkan berbagai dampak yang tidak sesuai

---

<sup>41</sup> Amin Syukur dan Fatimah, *Terapi Hati*, (Erlangga: PT Glora Aksra Pratama, 2012), hlm, 65-68

dengan nilai-nilai kemanusiaan. Bersamaan dengan itu timbul sikap ingin serba cepat, enak, dan mudah, dan yang menjadi ukuran dan pandangannya ialah sesuatu yang bersifat materil. Dalam kondisi seperti ini, diperlukan suatu keseimbangan hidup dan pembimbing kearah jalan yang lurus, yakni zikir, sebab zikir berarti ingat kepada kekuasaan-Nya.

## 2) Energi Akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi (kemerosotan) moral, diakibatkan oleh berbagai ransangandari luar, khususnya melalui media masa. Pada saat seperti ini, zikir juga bermanfaat sumber energi akhlak. Dalam hal ini, yang dibutuhkan tidak hanya zikir sustansial, namun zikir fungsional.

Dengan demikian, betapa penting mengetahui (ma'rifat) dan mengingat (zikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sat-sifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara secara aktif. Karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dengan lisan, direalisasikan dalam amal perbuatan. Seorang muslim yang mampu menginternalisasikan sifat-sifat dan nama-nama Allah ke dalam dirinya, kemudian mengekspresikannya dalam perilaku sehari-hari, bisa menjadi manusia yang baik dan dijamin masuk surga.

Sudah barang tentu yang menumbuhkan *akhlaq al-karimah* itu ialah zikir yang disertai dengan pengertian dan pemahaman terhadap apa yang dibaca dan diucapkannya itu. Ketika membaca lafal *Allahu Akbar* (Allah Maha Besar), akan memantul sifat lemah lembut, sebab Dia-lah

yang Maha Kuasa, sedangkan dirinya (yang membacanya) adalah sangat lemah. Ketika membaca *al-Qadir* (Allah Mahakuasa), *al-Khalid* (Pencipta), dan sebagainya, maka akan merefleksikan dalam dirinya sifat kreatif, pemrakarsa, dan sebagainya. Demikian juga ketika membaca *al-Razzaq* (Pemberi Rezeki), *al-Jawwad* (dermawan), maka akan tumbuh sifat-sifat seperti itu. Ketika mengucapkan *al-Ghaffar* (Maha Pengampun), maka akan tumbuh sifat-sifat pemaaf dan sabar. Juga akan memantulkan sifat kasih sayang terhadap sesama makhluk karena Dia Maha *Rahman* dan *Rahim* (Pengasih dan Penyayang). Mereka yang berzikir akan melakukan perbuatan yang baik dan terpuji, karena dalam jiwanya tumbuh kesadaran bahwa Allah SWT *ar-Raqib* (Maha Pengintai), dan seterusnya.

### 3) Terhindar dari bahaya

Dalam kehidupan ini, khususnya kehidupan modern, seorang tak bisa terlepas dari kemungkinan datangnya bahaya dengan ingat kepada Allah, yang berarti konsentrasi terhadap ketentuan-Nya, ia akan serius dalam melakukan sesuatu, maka secara otomatis ia akan terhindar dari bahaya. Terjadinya musibah pada diri seseorang dikarenakan lengah terhadap hukum alam dan menyimpang dari *sunnatullah*.

Tentang hal ini, seorang muslim dapat mengambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus AS yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu dia masih mampu mengendalikan diri dan sadar diri, sambil tetap mengingat (berzikir) kepada Allah. Dengan doa dan zikir itu, dia dapat keluar dari

perut ikan. Zikir akan mendatangkan nikmat dan rahmat Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda: *“Tiada suatu kelompok yang duduk dalam suatu majelis zikir kepada Allah melainkan pasti dikelilingi oleh malaikat dan diliputi oleh rahmad-Nya dan diturunkan kepada mereka ketenangan, dan Allah pun sebut mereka di depan para malaikat-Nya,”* (HR, Muslim).<sup>42</sup>

#### 4) Terapi jiwa

Kenyataan yang terjadi pada masyarakat modern, khususnya masyarakat barat yang dapat digolongkan *the post industrial society* adalah yang mereka mencapai puncak kenikmatan materi tapi justru berbalik dari apa yang diharapkan, yakni mereka dihinggapi rasa cemas, sehingga tanpa di sadari integritas kemanusiannya tereduksi, dan terperangkap pada jaringan sistem rasionalitas teknologi yang sangat tidak manusiawi. Akibatnya mereka tak mempunyai pegangan hidup yang “kuat”. Lebih dari itu, muncul dekadensi (kemerosotan) moral, dan perbuatan brutal serta tindakan yang sangat dianggap menyimpang.

Pada kenyataannya, filsafat rasionalitas tidak mampu memenuhi kebutuhan pokok manusia dalam aspek nilai transendental yang jika tidak bisa disikapi secara benar dapat mengakibatkan munculnya gangguan kejiwaan. Islam sebagai agama yang membawa rahmat bagi alam semesta (*rahmatan li alamin*) menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai ilahiah dalam batin seseorang. *Shalat* misalnya, di dalamnya penuh

---

<sup>42</sup> Amin syukur, terafi hati, hlm, 67

dengan doa dan zikir. Shalat dipandang sebagai *malja* (tempat berlindung) di tengah-tengah badai kehidupan modern, *liqa* (bertemu), *mi'raj* (naik), dan *shilatun* (tersambung) dengan Allah SWT. Inilah misi Islam, yaitu menyejukkan hati manusia, sesuai dengan tuntunan (QS Ar-Rad [13]:28).

Islam dengan prinsip tauhidnya mengutamakan integritas diri. Tuhan adalah satu, manusia diciptakan harus terpadu dan menyatu, baik dalam pikir maupun zikir, serta perilaku sehari-hari dengan pusat hidup dan poros segala-galanya penyatuan dan integritas itu disebut zikir.

Selain itu zikir memiliki fungsi yang bermacam-macam, khususnya bagi kita yang hidup di zaman modern sekarang ini. Zikir akan mendatangkan manfaat bagi kita, antara lain mendatangkan kebahagiaan. (QS AL-Anfal [8]:45, menetralkan jiwa (QS Al-Rad [13]: 28), obat penyakit hati (QS Yunus [10]: 57) dan sebagainya.

يَتَأْتِيَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى  
وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ

Dunia modern yang sarat dengan berbagai tantangan, memerlukan kiat-kiat tertentu untuk mengeliminasi beberapa dampak negatifnya. Upaya itu, tidak bersifat eksternal akan tetapi juga bersifat internal, yakni penataan jiwa atau hati seseorang. Karenanya diperlukan adanya pegangan yang kokoh yang menjadi jaminan hidupnya, tidak lain adalah zat yang menjadi poros, sumber, penggerak dan tujuan semua yang ada, yaitu Allah SWT. Keberadaan-Nya tidak diketahui secara kognitif, akan tetapi lebih

jauh dari itu, ia dapat dihayati dalam jiwa. Penghayatan itu dalam terminologi Islam disebut zikir. Zikir yang bisa mempunyai fungsi mendidik diri dalam kehidupan ini tidak sembarang zikir, terafi zikir yang dilakukan dengan tata cara yang telah ditentukan, sehingga zikir menjadi zikir yang fungsional, dan prosedural.

Jadi menurut penulis zikir mempunyai banyak sekali manfaat bagi kehidupan manusia selain sebagai penenang jiwa, zikir juga bisa menjadi sebagai terapi bagi kehidupan manusia, dapat menghindarkan bahaya dan memantapkan iman seseorang.

### **5. Zikir Dalam Tradisi Tasawuf dan Tarekat**

Tasawuf merupakan petualangan batin yang penuh keasyikan dan sarat dengan pesan-pesan spiritual yang dapat menentramkan jiwa.<sup>43</sup> Tasawuf bukanlah ilmu yang berdiri sendiri. Tetapi suatu kesatuan ajaran Islam yang tujuannya adalah pembentukan akhlak mulia, menjadikan manusia mak'rifat (arif dan bijaksana), menghantarkan seseorang dalam menjalankan ibadah sehingga ia mencapai pada tahap kebenaran yang hakiki. Ia akan dapat merasakan kenikmatan beribadah karena jiwanya bisa merapat kepada *Al-Haq*.

Ditinjau dari bahasa akar kata tasawuf berasal dari kata *shuuf*, makna secara leksikal adalah kain wol yang kasar. Menurut ulama salaf, istilah itu sebagai julukan terhadap para sahabat yang miskin (fakir) hinggapakaian yang dikenakan hanyalah kain wol yang kasar. Sebagaimana lazimnya pada saat itu, orang-orang yang

---

<sup>43</sup> Ris'an Rusli, *Tasawuf Dan Tarekat*, (Jakarta: Raja Wali Pers, 2013), hlm, 3

mengenakan pakian seperti itu hanyalah orang yang sangat miskin. Meskipun demikian, para sahabat yang miskin secara lahiriyah itu ternyata kaya secara batiniah. Hatinya lebih tentram, damai, aman karena bersandar kepada akidah. Mereka serahkan kehidupannya untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah. Kedekatan jiwa kepada Allah itu menimbulkan sifat *qanaah* dalam hatinya. Mereka tidak lagi punya keinginan hidup mewah dan larut dalam permainan duniawi.

Sementara itu sebagian ulama ada yang mengartikan bahwa kata *shuufi* bermakna beranda (bagunan tambahan) beranda masjid nabi dimadinah. Para sahabat yang bergabung pada persaudaraan tersebut kemudian mendapati julukan *Ahl-Al-Shuffah* (kaum beranda) yang mengamalkan ibadah dan kesalihan di masjid tersebut. Menurut Abu Nasr al-Sarraj dalam kitab *Al-Luma'* diterangkan bahwa kata *shuuf* telah dikenal pada masa hidup Hasan al-Bashri pada saat itu orang-orang yang mengenakan pakaian sederhana yang terbuat dari wol kasar (*shuuf*) putih, pakaian yang sering digunakan pula oleh Rasulullah SAW. Dan para *Ahl Shuffah*, sebagai simbol bagi kezuhudan dan orientasi kepada kehidupan sederhana. Setelah mendapat banyak simpatisan dan pengikut, guru-guru sufi itu mulai menyebut mereka sebagai kaum sufi dan menyebut disiplin ilmu mereka dengan istilah tasawuf. Kemudian akhirnya kata sufi melekat pada penempuh jalan spiritual tersebut.

Dari pendapat itu kemudian muncul pendapat lain, seperti yang dikemukakan oleh Ibnu Kaldun, "tasawuf adalah bagian dari ajaran Islam

yang bertujuan agar seseorang tekun beribadah dan memutuskan hubungan dengan selain Allah, hanya menghadap kepada Allah semata, menolakhiasan-hiasan dunia, serta membenci sesuatu yang memperdaya manusia, kenikmatan harta benda, dan kemewahannya, dan menyendiri menuju Allah dalam khalwat dan ibadah. Dengan menempuh jalan sufi, diharapkan seseorang tidak diperdaya oleh harta benda tetapi dia mampu memanfaatkan harta bendanya sebagaimana yang telah dicontohkan oleh Rasulullah. Bukankah Rasulullah memanfaatkan seluruh hartanya untuk sesuatu yang lebih bermanfaat bagi umat manusia, yaitu pengembangan dan perjuangan Islam. Di dalam tasawuf juga dikenal juga *uzlah*, artinya memisahkan diri atau menyepi. Sebagaimana para ulama berpendapat yang dimaksud *uzlah* tidak harus menyepi di dalam goa, pergi ke atas bukit, hutan yang lebat. Namun *uzlah* dapat diartikan sebagai pemisahan diri dan proteksi dari keadaan sosial yang pada umumnya bermaksiat. *Beruzlah* artinya tidak larut dalam kemaksiatan. Pengertian tasawuf dapat pula disederhanakan yaitu bertujuan untuk menyucikan jiwa dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.<sup>44</sup>

Ajaran tasawuf pada dasarnya berkonsentrasi pada kehidupan rohaniyah, mendekatkan diri kepada Tuhan melalui berbagai kegiatan kerohanian, seperti pembersihan hati, zikir ibadahlainnyaserta mendekatkan diri kepada Allah SWT. Abu Nashr As-Sarraj Al-Thusi mengatakan bahwa ajaran tasawuf pada dasarnya digali dari Al-Qur'an

---

<sup>44</sup> Syekh Ibnu Jabral-Rummi, *Mendaki Tangga Mak'rifat*, (Mitrapres: 2007), hlm 18-21

dan as-Sunnah karena amalan para sahabat, menurutnya, tentu saja tidak keluar dari ajaran Al-Qur'an dan as-Sunnah.<sup>45</sup>

Para ulama dan guru-guru sufi mengembangkan ajaran tasawuf didasarkan pada prinsip ketuhanan yang benar. Mereka sangat menjaga bid'ah. Artinya, ajaran dan amaliyah dilakukan sejalan dengan apa yang telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW. Perlu diketahui bahwa ajaran tasawuf bukanlah merupakan unsur penyerupaan Allah SWT. Dan bukan pula unsur peniadaan Allah. Melainkan yang dititikberatkan adalah penyandaran kepemilikan tunggal kepada *Haqul'adam* (alam yang baru) adalah kepunyaan Dzat yang terdahulu. Al-Junaid adalah dikenal ulama salaf dan guru sufi, mengemukakan pendapat, “ tauhid adalah pengesaan kepada yang lama (Allah) dari yang baru. Sementara itu Imam Ahmad bin Muhammad Al-Jariri, yang juga sufi terkenal, berkata, “ barang siapa yang keagamaannya belum berdiri di atas prinsip ilmu tauhid dengan satu kesaksian dari berbagai kesaksian (pembuktian keesaan Allah yang didasarkan pada keyakinan dan sikap yang nyata setelah memasuki alam logika yang benar), maka tapak-tapak kaki penipu pasti pasti menggelincirkannya kelembah nafsu kerusakan”. Artinya, barang siapa pada dasar taklid (pengekoran pada suatu pendapat tanpa didasari pengertian dasar dan tujuannya) dan tidak berpijak dalil-dalil tauhid, maka dia akan jatuh dari jaan yang dapat menyelamatkannya, yaitu jatuh dan

---

<sup>45</sup> Jamil, *Akhlak Tasawuf*, (Ciputat, : Referensi, Cet.1, 2013), hlm 37

tergelincir dari sunnah Rasul. Adapun kesimpulan Al-Jariri bahwa yang menempuh jalan sufi tidak boleh taklid dan bid'ah.<sup>46</sup>

Sufi-sufi besar telah merintis jalan untuk penyucian jiwa itu dikenal dengan tarekat.<sup>47</sup> Kata tarekat berasal dari bahasa arab *al-thariqah*, yang artinya jalan, metode atau cara. Dalam ruang lingkup tasawuf Jalan yang dimaksud di sini adalah jalan yang harus ditempuh oleh setiap para calon sufi untuk mencapai tujuannya yaitu untuk dapat dekat dengan Allah atau berada di maqam terdekat dengan Allah. Syariat merupakan yang harus ditempuh untuk mencapai kesempurnaan akidah (hakikat), sedangkan untuk mencapai maqam mak'rifat seseorang harus menempuh tarekat. Meskipun demikian antara syariat, hakikat, tarekat dan mak'rifat tidak dapat dipisahkan. Di dalam tarekat mencakup riyadhah-riyadhah (latihan-latihan) atau ajaran praktis tasawuf.<sup>48</sup> Dalam karya tasawuf paling awal dan yang paling sistematis menjelaskan tasawuf sebagai jalan hidup adalah kita *al-Luma'* karya Abu Nashr al-Sarraji beliau memaparkan tentang tujuh maqam dalam perjalanan tasawuf. Metode yang digunakan ini adalah metode dialektis adalah sebagai berikut.<sup>49</sup>

- a. Maqam taubah
- b. Maqam wara'
- c. Maqam zuhud
- d. Maqam paqir

---

<sup>46</sup>Syekh Ibn Jabr Al-Rumi, *Mendaki Tangga Mak'rifat*...hlm. 21-23

<sup>47</sup> Ris'an Rusli, *Tasawuf Dan Tarekat*....hlm, 45

<sup>48</sup>Syekh Jabr Al-Rumi, *Mendaki Tangga Mk'rifat*.....hlm 53

<sup>49</sup>Michael A Sells, *Sufiisme Klasik*, hlm, 306-311

- e. Maqam sabar
- f. Maqam tawakal
- g. Maqam ridha.

Menurut tradisi sufisme, jika seseorang telah menempuh jalan tarekat secara baik maka ia tidak lagi disebut sebagai calon sufi namun sudah menjadi sufi aktual.

Demikianlah pada awal-awalnya pengertian tarekat yang dipraktekkan secara individual, namun lama kelamaan lahirlah menjadi bentuk kelembagaan atau organisasi kesufian. Dimulai sejak abad ke-12 M. ketika muncul gerakan atau organisasi kesufian maka tarekat tidak lagi bermakna sempit yaitu jalan atau metode untuk mencapai tingkat terdekat disisi Allah, melainkan mengandung makna kesatuan jamaah sufi dengan dengan para pengikutnya. Yang mana di dalamnya terdapat seorang ulama yang menjadi pemimpin. Pemimpin itu dinobatkan sebagai *mursyid* (guru/pembimbing). Mursyid disebut Syekh. Seorang mursyid mendapat legalitas dari jamaahnya atau wewenang untuk tugas sebagai pembimbing. Tidak sembarangan orang yang menduduki jabatan Mursyid dalam kelembagaan tarekat ini.<sup>50</sup>

Seorang mursyid mengangkat wakilnya, yang disebut *badal* (pengganti) atau khalifah (wakil). Persyaratan seseorang bisa menjadi badal atau khalifah jika ditunjuk oleh Mursyid. Dalam menunjuk wakil, seorang Mursyid pun mempertimbangkan beberapa syarat. Sedangkan

---

<sup>50</sup> Syekh Jabr Al-Rumi, *Mendaki Tangga Mk'rifat*.....hlm, 54

orang yang menjadi murid atau anggota jamaah tarekat, ia harus melalui ikrar sebuah janji kepada Mursyidnya. Ikrar itu dimaksudkan sebagai janji kesetiaan dan kepatuhan yang harus ditempuh oleh sang murid. Ikrar pada awal bergabung di lembaga tarekat disebut *bai'ah* atau *bai'at*. Pada saat itulah Mursyid menyampaikan 'rahasia' suluk dan amalannya.

Tarekat dalam makna lembaga (organisasi) ini bertumpuh pada ciri yang sangat menonjol. Pertama ialah ada hubungan antara Mursyid dan murid. Dimana murid harus disiplin dalam melakukan riyadhah-riyadhah, suluk atau amalan yang sudah ditentukan. Kedua, ialah silsilah dari siapa tarekat itu berasal dan diajarkan. Oleh karena itu setiap pengikut tarekat harus mengetahui silsilah akan tarekat itu sendiri. Sebab tarekat diyakini berasal dari Tuhan, maka sudah tentu tempat yang paling atas dalam silsilah adalah Tuhan sendiri, kemudian turun kepada Rasulullah SAW, lalu kepada para sahabat. Kemudian diwariskan kepada tabiin terus kewilayah Kyai. Sehingga terjadilah susunan mata rantai yang dianggapnya kuat. Kyai atau sang mursyid boleh mengangkat dan memberi 'ijzaah' kepada muridnya yang dianggap mumpuni dan setia.

Selain silsilah, tarekat memiliki bentuk zikir yang berbeda-beda yang harus dibaca dalam ritual mereka. Setiap tarekat memiliki bentuk dan cara masing-masing bagaimana zikir itu dibaca. Ada tarekat tertentu yang melakukan zikir secara lisan, sementara yang lain hanya dalam hati saja (zikir qalbi), namun ada pula yang berzikir secara rahasia, yang disebut zikir *sirri*. Lafal-lafalnya pun berbeda-beda, ada jamaah tarekat yang

membaca kalimat *laa ilaha illallah*. Namun ada pula yang membaca *Allah*. Sementara itu dijumpai yang membaca *hu*.<sup>51</sup>

Tarekat mempunyai daya tarik yang sangat kuat karena beberapa faktor. Faktor agama, yaitu ketika sufisme menawarkan kepada umat bahwa sufisme menuntun para pengikutnya menuju ‘pertemuan’ dengan Tuhan. Beberapa tarekat secara kelembagaan yang sangat terkenal misalnya, tarekat Qadiriyyah yang lahir sejak abad ke 12 M. tarekat ini dihubungkan dengan syekh Abdul Qadir Al-Jailani (wafat 116 M) di Baghdad. Tarekat ini berpengaruh di Iran, Turki, Turkestan, Sudan, China, India dan Indonesia. Selain itu dikenal pula tarekat *Rifa’iyyah* yang dihubungkan dengan Syekh Ahmad Rifa’i (wafat tahun 118 M). Sementara itu Syekh Maulana Jalaludin Al-Rumi (wafat tahun 1389 M) di Turki. Mendirikan jamaah tarekat yang disebut tarekat *Mauawiyyah*. Lalu Syekh Bahaudin An Naqsyabiadi (wafat di Bukhara tahun 1389M) mendirikan tarekat yang disebut tarekat *Naqsyabandiyah*. Tarekat ini mempunyai pengikut di kawasan Asia Tengah, Turki, India, China, dan Indonesia. Adapula tarekat Syatariyyah, yang dihubungkan dengan Syekh Abdullah Asy Syatari yang wafat di India tahun 1236 M. dan banyak dianut di India dan Indonesia.

---

<sup>51</sup>Syekh Jabr Al-Rumi, *Mendaki Tangga Mk’rifat*.....hlm, 56

## B. Tarekat Syadziliyah

### 1. Sejarah Tarekat Syadziliyah

Kemudian ada tarekat Syadziliyah, yang dihubungkan dengan Syekh Ahmad Asy Syadzili (wafat tahun 1258 M) di Mesir. Tarekat ini berkembang di Mesir, Afrika Utara, Syiria, dan beberapa negeri Arab lainnya.<sup>52</sup>

Sebagaimana thariqah *Mu'tabarrah* lainnya, thariqah Syadziliyah juga bersumber dari *rabb AL-Izza rabb al-Alamin*. Ajaran thariqah, atau jalan atau cara, metode menuju jalan kepada Allah SWT. Tersebut kemudian disampaikan kepada Rasulullah SAW. Melalui malaikat jibril As. Selanjutnya, oleh Rasulullah SAW. Metode itu lalu diajarkan kepada beberapa sahabat beliau. Oleh sahabat-sahabat beliau kemudian diajarkan kepada muridnya pula. Semukian seterusnya turun temurun sampai akhirnya kepada Syaikh Abdus Salam Bin Masyisy. Semenjak dari Rasulullah SAW. Sampai kepada Syaikh Abdus Salam, dalam kurun waktu sekitar 600 tahun, metode tersebut diajarkan kepada dalam lingkup yang masih terbatas, tidak banyak orang yang bisa mengetahui dan mengenalnya. Di samping itu, selama itu pula ajaran tersebut masih belum memiliki nama atau sebutan.

Selanjutnya oleh Syaikh Abdus Salam, ajaran tersebut kemudian diajarkan kepada Syaikh Abu Al-Hasan Al- Syadzili. Setelah ajaran ini diterima oleh oleh Syaikh Abu Al-Hasan, lalu oleh beliau, selang

---

<sup>52</sup>Syekh Ibn Jabr Al-Rumi, *Mendaki Tangga Mak'rifat*.... hlm, 57

beberapa tahun kemudian, ajaran ini dikembangkan dan disebarluaskan di masyarakat umum berikut dengan ajaran-ajaran tasawufnya. Oleh karena itu, dikemudian hari murid-murid beliau mengaitkan ajaran tarekat tersebut dengan ajaran tarekat Syadziliyah. Pada masa Syaikh Abu Al-Hasan, terutama setelah beliau bermukim di Mesir, ajaran tarekat ini berkembang dengan amat pesat. Tarekat ini menyebar ke seluruh penjuru dunia. Sampai kini, tarekat ini banyak memiliki pengikut disebagian besar Negara-negara di Afrika Utara, Kenya, Tanzania tengah, sampai dinegara-negara di Asia, termasuk Srilanka, Thailand, Malaysia, dan Indonesia.

Sepeninggal Syaikh Abu Al-Hasan, kekhalfahan tarekat ini dilanjutkan oleh murid terkemuka beliau bernama Syaikh Syihabuddin Abu Al-Abbas Ahmad Bin Umar Al-Anshari Al-Mursi Al-Syadzili atau الله beliau lebih dikenal dengan Syaikh Abu Al-Abbas Al-Mursi wafat 686H./1288 M. Dimasa hidupnya beliau banyak memiliki murid mashyur yang amat berpengaruh dalam dunia Islam, di antaranya Syahibul Hikam Syaikh Ibnu Atta'illah As-Sakandari wafat 1309 M, Syaikh Yaqut Al-Arsyi wafat 1331 M, Syaikh Al-Fath Al Maidumi, Shahibul Burdah Syaikh Muhammad Bin Sa'id Al-Bushiri wafat 1295M, dan Syaikh Najmuddin Al-Isfahani wafat 1321 M. Tiga nama pertama diatas, Yaitu Syaikh Ibnu Atha'illah, Syaikh Yaqut Al-Arsyi, dan Syaik Abu Al-Fath Al-Maidumi dikemudian hari menggantikan kedudukan Syaikh Abu Al-Abbas Al-Mursi sebagai khalifah tarekat Syadziliyah. Thariqah Syadziliyah yang dibawa Syaikh Ibnu Atha'illah, secara umum lebih banyak berkembang ke

wilayah Barat Mesir, mulai dari kota Iskadaria sampai kenegara Libya, A Jazair, Tunisa, Maroko dan sebagian besar Negara-negara berpenduduk muslim lainnya di daerah Afrika Barat, hingga sampai ke Spanyol dan beberapa Negara lainnya di Eropa dan di Amerika. Sedangkan tarekat Syadziliyah yang dibawa Syaikh Yaqut Al-Arsyi lebih mendominasi wilayah dalam negeri Sudan, Ethiopia, Kenya, Somalia, dan Tanzania hingga ke daerah Timur Mesir, antara lain yordania, Syiria, Turki, Irak, Iran, ke Utara sampai ke semenanjung Balkan. Sementara itu, dakwah Syaikh Al-Maidumi di dua kota suci, mekkah dan madinah. Justru dari kedua kota inilah pada akhirnya tarekat Syadziliyah menyebar dengan pesat kenegara-negara Timur, mulai dari India, Pakistan, Afganistan, hingga sampai ke Malaysia dan Indonesia. Dari jalur Syaikh Al-Maidumi inilah silsilah thariqah Syadziliyah sampai berkembang ke Indonesia.<sup>53</sup>

## **2. Ajaran Tarekat Syadziliyah**

Adapun pokok-pokok ajaran thariqah Syadziliyah antara lain:

- a. Taqwa kepada Alla SWT. Lahir batin, yaitu secara konsisten (istiqamah), sabar, dan tabah selalu menjalankan segala perintah Allah SWT. Serta menjauhi semua larangannya dengan berlaku *wara'* (berhati-hati terhadap semua yang haram, makruh, maupun (*syubhat*), baik ketika sendiri maupun pada saat dihadapan orang lain.
- b. Mengikuti sunnah-sunnah Rasulullah SAW. Dalam ucapan dan perbuatan, yaitu dengan cara selalu berusaha dengan sekuat-kuatnya

---

<sup>53</sup> Munawir Kertosono Ngarjuk, *ensiklopedi*, hlm 460-462

untuk senantiasa berucap dan beramal seperti yang telah dicontohkan Rasulullah SAW. Serta selalu waspada agar senantiasa menjalankan budi pekerti luhur (akhlakul karimah).

- c. Mengosongkan hati dari segala sesuatu selain Allah SWT. Yaitu dengan cara tidak memperdulikan makhluk dalam kesukaan atau kebencian mereka diringi dengan kesabaran dan kepasrah diri kepada Allah SWT (tawakkal).
- d. Ridha kepada Allah baik dalam kekurangan maupun dalam kelebihan, yaitu dengan cara senantiasa ridha, ikhlas, *qana'ah*, (tidak rakus), dan tawakkal dalam menerima pemberian Allah SWT., baik ketika pemberian itu sedikit atau banyak, ringan, berat, maupun sempit, atau lapang.
- e. Kembali kepada Allah dalam suka maupun duka, yaitu dengan cara secepatnya berlari kembali kepada Allah SWT. Dalam segala keadaan, baik dalam suasana suka maupun duka.

Kelima pokok tersebut bertumpu pada lima pokok berikut ini:

- a. Memiliki semangat yang tinggi karena dengan semangat yang tinggi, maka akan naik pula tingkat derajat seseorang.
- b. Berhati-hati/waspada terhadap segala yang haram, karena barang siapa yang meninggalkan segala yang diharamkan, maka Allah SWT. Akan menjaga pula kehormatannya.
- c. Baik dalam khidmat/bakti sebagai hamba, karena barang siapa yang menjaga kebaikan dan kebenaran dalam taatnya kepada Allah SWT.

Niscaya akan tercapai pula tujuannya dalam menuju kepada kebesaran dan kemuliaan-Nya.

- d. Menunaikan segala yang difardhukan, karena barang siapa yang melaksanakan tugas kewajibannya dengan baik, niscaya akan bahagia hidupnya.
- e. Menghargai dan menjunjung tinggi nikmat dari Allah SWT. Kerena barang siapa yang menjunjung tinggi nikmat Allah, kemudian mensyukurinya, maka dia akan menerima tambahan-tambahan yang lebih besar.

### **3. Zikir dalam Tarekat Syadziliyah**

Mengenai zikir merupakan suatu hal yang mutlak dalam tarekat, secara umum pada pola zikir dalam tarekat ini biasanya bermula dengan *fatihat adz-dzikir*. Pada peserta duduk dalam lingkaran atau dalam dua baris yang saling berhadapan atau yang lainnya. Tarekat Syadziliyah terutama menarik dikalangan kelas menengah, pengusaha, pejabat dan pegawai negeri. Karena kekhasannya yang tidak terlalu membebani pengikutnya dengan ritual-ritual yang memberatkan seperti tarekat-tarekat yang lainnya. Setiap anggota tarekat ini wajib mewujudkan semangat tarekat didalam kehidupan maupun lingkungannya sendiri, dan mereka tidak diperbolehkan mengemis atau mendukung kemiskinan. Oleh karena ciri khas yang kemudian menonjol dari anggota tarekat ini kerapian mereka dalam berpakaian.

Menurut K.H Aziz Mashuri, amalan-amalan dalam tarekat Syadziliyah :<sup>54</sup>

a. Beristighfar

Maksud dari istighfar adaah memohon ampun kepada Allah dari segala dosa yang telah yang telah dilakukan seseorang. Esensi istighfar adalah tobat dan kembali kepada Allah, kembali dari hal-hal yang tercela menuju hal-hal yang terpuji.

b. Bershalawat

Membaca shalawat Nabi Muhammad Saw dimaksudkan untuk memohon rahmat dan karunia bagi Nabi Muhammad Saw agar pembacanya juga mendapatkan balasan limpahan rahmat dari Allah SWT.

c. Berzikir

Zikir adaah perintah Alah pertama kali yang diwahyukan melalui malakat jibril kepada Muhammad, ketika ia menyepi (khalwat) di gua hira, zikir yang diamakan ahli tarekat Syadziliyah adalah zikir *nafi itsbat* yang berbunyi “*laa ilaha illallah*” dan diakhiri dengan mengucapkan “*sayyidina Muhammad Rasulullah Saw*”, dan diamalkan pula zikir *ism dzat* yang dengan mengucap *nafi itsbat* yang dibunyikan secara perlahan dan diaca panjang, dengan mengingat maknanya yaitu tiada *dzat* yang dituju kecuali hanyalah Allah, dibaca sebanyak tiga kali, dan diakhiri dengan “*sayyidina Muhammad Rasululah Saw*”. Kemudian diteruskan zikir *nafi itsbat* tersebut sebanyak seratus kali.

---

<sup>54</sup> A. Aziz Mashuri, Ensiklopedi 22, *Aliran Tarekat Dalam Tasawuf*, (Surabaya : INTIYAZ, 2011, hlm 26

d. Wasiah dan rabithah

Dalam tradisi tarekat Syadziliyah, orang-orang yang dipandang paling dekat dengan Allah adalah Nabi Muhammad Saw, kemudian disusul para nabi lain, al-khualafa ar-rasyidin, tabi'in, tabi' al-tabi'in, dan Masyayikh atau para Mursyid. Diantara bentuk-bentuk *tawaasul* yang diajarkan dan biasa dilakukan dalam tarekat Syadziliyah adalah membaca surat Al-Fatihah yang ditujukan kepada arwah suci (arwah al-muqaddasah) dari nabi Muhammad Saw sampai kepada Mursyid yang mengajar atau mentalqin zikir. Adapun *rabithah* yang dipraktekkan dalam tarekat Syadziliyah adalah dengan menyebut ism dzat yaitu lafadz “Allah, Allah” اللله dalam hati.

e. Wirid

Adapun wirid yang dianjurkan adalah penggalan ayat Al-Qur'an surat at-Taubah/9: 128-129:

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ  
بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢٨﴾ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ  
عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ﴿١٢٩﴾

Dan wirid ayat kursi yang dibaca minimal 11 kali setelah sholat fardhu. Dan wirid-wirid lain, yang antara murid yang satu dengan yang lainnya berbeda-beda sesuai dengan kebijaksanaan Mursyid.

f. Adab

Adab murid dapat dikategorikan ke dalam empat hal, yaitu adab murid kepada Allah, adab murid kepada Mursyidnya, adab murid kepada dirinya sendiri, dan adab murid kepada ihkwan dan sesama muslim.

g. Hizib

Hizib-hizib yang diajarkan dalam tarekat Syadziliyah jumlahnya cukup banyak, dan setiap murid tidak menerima hizib yang sama karena disesuaikan dengan situasi dan kondisi ruhaniyah murid sendiri dan kebijaksanaan Mursyid. Adapun hizib-hizib tersebut antara lain hizib *Al-Shifa*, hizib *Al-Aafi*, hizib *Al-Bahr*, hizib *Al-Barr*, hizib *An-Nasr*, hizib *Al-Mubarak*, hizib *As-Salamah*, hizib *An-Nurdan* dan hizib *Al-Kahfi*. Hizib-hizib tersebut tidak boleh diamalkan oleh semua orang, kecuali telah mendapat izin atau ijazah dari Mursyid.

h. Zuhud

Pada hakikatnya, zuhud adalah mengosongkan hati dari selain Allah (Tuhan). Mengamalkan tarekat ini tidak harus meninggalkan dunia secara lahiriyah.

i. Uz'lah dan suluk

Merupakan mengasingkan diri dari pergaulan masyarakat khalayak ramai, untuk menghindarkan diri dari godaan-godaan yang dapat mengotori jiwa, seperti mengunjing, mengadu domba, bertengkar dan memikirkan keduniawian. Dalam pandangan Syadziliyah seorang murid untuk mengamalkan tarekat seorang murid tidak harus mengasingkan diri (*uz'lah*) dan meninggalakan duniawi (*al-zuhud*) secara membabi buta.

Sedangkan suluk adalah sebuah perjalanan menuju Tuhan yang dilakukan oleh *zawiyah*. Suluk dalam pondok pesulukan dalam tarekat Syadziliyah dipahami sebagai pelatihan diri untuk membiasakan diri dan menguasai kata hatinya agar senantiasa mampu mengingat dan bezikir kepada Allah, dalam keadaan bagaimana, kapan, dan dimanapun.

Adapun kaifiyah zikir Syadziliyah antara lain:

- a. Membaca surat Al-Fatihah dan ditujukan kepada nabi Muhammad SAW.
- b. Membaca surat Al-Fatihah dan ditujukan kepada Syaikh Abu Al-Hasan Al-Syadzili.
- c. Membaca surat Al-Fatihah dan ditujukan kepada para silsilah dan guru musryid tarekat Syadziliyah.
- d. Beristighfar sebanyak 100 kali (أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الدَّيْمِ).
- e. Membaca shalawat Syadziliyah sebanyak 100 kali  
 اللهم صل على سيدنا محمد عبدك ونيك ورسولك النبي الامي وعلى اله وصحبه وبارك وسلم تسليما بقدر  
 (عظمة ذاتك في كل وقت وحين).
- f. Membaca *laa ilaha illallah* sebanyak 100 kali (لا اله الا الله).
- g. Membaca *hizb* seperti *al-shifa*, *hizbal-bahr* dan *hizb al-mubarak*.<sup>55</sup>
  - Bacaan Hizb al-Shifa

اللَّهُمَّ بِإِشْفَائِكَ وَدَوَائِكَ وَعَافَاةِ مَنْ بَلَائِكَ الْكَرِيمِ صُمَّ بِكُمْ عُمِّي  
 فَهُمْ لَا يَعْقِلُونَ (٤ / ٦ / ١١ ×). أَلْغَيْتِ الْمَانِعَ وَاللَّهُ الْعَنِي الْحَمِيدُ (٧ ×). إِنَّ

<sup>55</sup> Munawir Kertosono Ngarjuk, Sholeh Bahruddin, *Silabus Salikin/Ensiklopedi Thariqah/Tasawuf*, (Sengonagung Puwosari Pasuruan: Pondok Pesantren Ngalah), hlm, 460-463

شَاءَ اللَّهُ بِرِكَتِهِ دُعَائِهِ سُبحَانَ مَنْ احتَجَبَ بِجَبْرُوتٍ عَنْ خَلْقِهِ وَقُدْرَتِهِ فَلَا آيْنَ لَآ ضِدًّا وَلَا نِدًّا سِوَاهُ سِوَاهُ (×٣)

- Bacaan Hizb al-Bahr

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. يَا عَلِيُّ يَا عَظِيمُ. يَا حَلِيمُ يَا عَلِيمُ. أَنْتَ رَبِّي وَعِلْمُكَ حَسْبِي فَبِنِعْمِ  
الرَّبِّ رَبِّي. وَنِعْمَ أَحْسَبُ حَسْبِي. تَنْصُرُ مَنْ تَشَاءُ وَأَنْتَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ نَسَأَلُكَ الْعِصْمَةَ  
فِي الْحَرَكَاتِ وَالسَّكَنَاتِ. وَالْكَلِمَاتِ وَالْأَرَادَاتِ وَالْخَطَرَاتِ. مِنَ الشُّكُوكِ وَالطُّنُونِ .  
وَالْأَوْهَامِ السَّائِرَةِ لِلْقُلُوبِ. عَنِ مُطَالَعَةِ الْغُيُوبِ. فَقَدْ ابْتَلَى الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزَلُوا زَلْزَالًا  
شَدِيدًا). وَأَذُ يُقُولُ الْمُتَأَفِّقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ مَا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ الْأَعْرُورًا ( )  
فَتَبَتْنَا وَأَنْصُرْنَا وَسَخَّرْنَا هَذَا الْبَحْرَ. كَمَا سَخَّرْتَ الْبَحْرَ لِمُوسَى. وَسَخَّرْتَ النَّارَ لِإِبْرَاهِيمَ .  
وَسَخَّرْتَ الْجِبَالَ وَالْحَدِيدَ لِدَاوُدَ. وَسَخَّرْتَ الرِّيحَ وَالشَّيَاطِينَ وَالْجِنَّ لِسُلَيْمَانَ. وَسَخَّرْنَا كُلَّ  
بَحْرٍ هَوَّوْ لَكَ فِي الْأَرْضِ وَالسَّمَاءِ. وَالْمَلِكِ وَالْمَلَكُوتِ وَبَحْرَ الدُّنْيَا وَبَحْرَ الْآخِرَةِ. وَسَخَّرْنَا كُلَّ  
شَيْءٍ بِأَمْرِ يَدِيهِ مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ (كهيعص) (كهيعص) (كهيعص) (أَنْصُرْنَا فَإِنَّكَ خَيْرُ  
النَّاصِرِينَ. وَافْتَحْ لَنَا فَإِنَّكَ خَيْرُ الْفَاتِحِينَ. وَاعْفِرْ لَنَا فَإِنَّكَ خَيْرُ الْغَافِرِينَ. وَارْحَمْنَا فَإِنَّكَ خَيْرُ  
الرَّاحِمِينَ. وَارْزُقْنَا فَإِنَّكَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ. وَاهْدِنَا وَنَجِّنَا مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ. وَهَبْ لَنَا رِيحًا  
طَيِّبَةً كَمَا هِيَ فِي عِلْمِكَ. وَأَنْشُرْهَا عَلَيْنَا مِنْ خَزَائِنِ رَحْمَتِكَ. وَاحْمِلْنَا بِهَا حَمْلَ الْكِرَامَةِ مَعَ  
السَّلَامَةِ وَالْعَافِيَةِ فِي الدِّينِ وَالدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ. إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ اللَّهُمَّ يَسِّرْ لَنَا  
أُمُورَنَا. مَعَ الرَّاحَةِ لِقُلُوبِنَا وَأَبْدَانِنَا وَالسَّلَامَةِ وَالْعَافِيَةِ فِي دِينِنَا وَدُنْيَانَا . وَكُنْ لَنَا صَاحِبًا فِي  
سَفَرِنَا وَخَلِيفَةً فِي أَهْلِنَا ،وَاطْمَسْ عَلَى وُجُوهِ أَعْدَائِنَا. وَامْسَحْهُمْ عَلَى مَكَاتِبِهِمْ فَلَا  
يَسْتَطِيعُونَ الْمُصِيبِي وَلَا الْحِجْيَةَ إِلَيْنَا وَلَوْ نَشَاءُ لَطَمَسْنَا عَلَى أَعْيُنِهِمْ فَاسْتَبَقُوا الصِّرَاطَ فَأَنَّى  
يُصِرُّونَ. وَلَوْ نَشَاءُ لَمَسَخْنَاهُمْ عَلَى مَكَاتِبِهِمْ فَمَا اسْتَطَاعُوا مُضِيًّا وَلَا يَرْجِعُونَ يس. وَالْقُرْآنِ  
الْحَكِيمِ \* إِنَّكَ لَمِنَ الْمُرْسَلِينَ \* عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ \* تَنْزِيلَ الْعَزِيزِ الرَّحِيمِ \* لِتُنذِرَ قَوْمًا مَّا  
أَنْذَرَ آبَاؤُهُمْ فَهُمْ غَافِلُونَ \* لَقَدْ حَقَّ الْقَوْلُ عَلَى أَكْثَرِهِمْ فَهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ \* إِنَّا جَعَلْنَا فِي آعْنَاقِهِمْ  
أَعْلَالًا فَهِيَ إِلَى الْأَذْقَانِ فَهُمْ مُقْمَحُونَ \* وَجَعَلْنَا مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا  
فَأَعْشَيْنَهُمْ فَهُمْ لَا يَبْصُرُونَ شَاهَتِ الْوُجُوهُ (ثَلَاثًا) (وَعَنْتِ الْوُجُوهُ لِلْحَيِّ الْقَيُّومِ. وَقَدْ خَابَ  
مَنْ حَمَلَ ظُلْمًا) (معسق) (طس) (مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ يَلْتَقِيَانِ \* بَيْنَهُمَا بَرْزَخٌ لَا يَبْغِيَانِ) (حم)  
(حم)  
الْكِتَابِ مِنَ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ \* غَافِرِ الذَّنْبِ وَقَابِلِ التَّوْبِ شَدِيدِ الْعِقَابِ ذِي الطُّولِ لَا إِلَهَ  
إِلَّا هُوَ. إِلَيْهِ الْمَصِيرُ) (بِسْمِ اللَّهِ (بَابِنَا) (تَبَارَكَ) حَيْطَانًا (يس) سَقَطْنَا (كَهَيْعَصَ )  
كَيْفَايُنَا (حم.عسق) جَمَائِنَا) (فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ) (فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ  
وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ) (فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ) (سِئْرُ الْعَرْشِ مَسْبُورٌ عَلَيْنَا.

وَعَيْنُ اللَّهِ نَاطِرَةٌ لِيُنَازِلَنَا. بِحَوْلِ اللَّهِ لَا يُقَدَّرُ عَلَيْنَا. (وَاللَّهُ مِنْ وَرَائِهِمْ مُحِيطٌ . بَلْ هُوَ قُرْآنٌ مَجِيدٌ . فِي لَوْحٍ مَحْفُوظٍ (فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ) (لَنْ وَلِيَّيَ اللَّهُ الَّذِي نَزَلَ الْكِتَابَ . وَهُوَ يَتَوَلَّى الصَّالِحِينَ) (لَنْ وَلِيَّيَ اللَّهُ الَّذِي نَزَلَ الْكِتَابَ . وَهُوَ يَتَوَلَّى الصَّالِحِينَ) (حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ) (حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ) (بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

- Bacaan Hizb al-Mubarak

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِأَصْحَابِ الْفِيلِ الْح (٧×) أَخَذَتْ سَمْعَهُمْ وَبَصَرَهُمْ بِسْمِ اللَّهِ تَعَالَى وَبَصَرِهِ. وَأَخَذَتْ قُوَّتَهُمْ وَقُدْرَتَهُمْ بِقُوَّةِ اللَّهِ بِقُدْرَتِهِ بَيْنِي وَبَيْنَهُمْ سَبَّحَ اللَّهُ تَعَالَى لِلْأَنْبِيَاءِ الَّذِينَ كَانُوا يَسْتَرْذُونَ بِهِ مِنْ سَطْوَةِ الْفِرَاعَةِ. جِبْرَائِيلُ عَنِ يَمِينِي وَإِسْرَافِيلُ مِنْ خَلْفِي وَمِيكَائِيلُ عَنِ يَسَارِي سَيِّدَنَا رَسُولِ اللَّهِ (ص م) أَمَامِي وَاللَّهُ مُطَّلِعٌ عَلَيَّ بِمَنْعُهُمْ مِنِّي. صُمُّ بَكْمٌ عُمِّي فَهُمْ لَا يَرِجَعُونَ. وَجَعَلْنَا مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَأَغْشَيْنَا هُمْ فَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ. يَامَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ إِنَّ اسْتَعْظَمْتُمْ أَنْ تَنْفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ فَانفُذُوا لَا تَنْفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَانٍ. ائْتَنَعْتُ بِقُدْرَةِ اللَّهِ وَالتَّجَاءْتُ إِلَى كَنْفِ اللَّهِ وَاسْتَجَبْتُ بِعُظْمَةِ اللَّهِ وَاحْتَفَظْتُ بِأَلْفِ أَلْفِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ.

#### 4. Tujuan tarekat Syadziliyah

##### 1) Tujuan umum

Agar manusia bisa menata dan mengelola hati supaya menjadi bersih dan suci, bersih dari penyakit hati seperti kufur, iri, dengki, ujub dan lain-lainnya. Adapun tujuan dari ajaran tarekat Syadziliyah ini ialah menjadikan manusia takwa kepada Allah SWT, mengikuti sunnah-sunnah Rasul, baik dalam ucapan maupun perbuatan, mengosongkan hati dari segala sesuatu selain Allah, ridha kepada Allah baik dalam kekurangan maupun kelebihan, serta kembali kembali kepada Allah dalam suka maupun duka.

##### 2) Tujuan khusus

- a) Tauhid dengan sebenar-benarnya tauhid yang tidak musyrik kepada Allah.
- b) Ketaqwaan terhadap Allah swt lahir dan batin, yang diwujudkan dengan jalan bersikap *wara'* dan *istiqamah* dalam menjalankan perintah Allah swt.
- c) Konsisten mengikuti Sunnah Rasul, baik dalam ucapan maupun perbuatan, yang direalisasikan dengan selalu bersikap waspada dan bertingkah laku yang luhur.
- d) Berpaling (hatinya) dari makhluk, baik dalam penerimaan maupun penolakan, dengan berlaku sadar dan berserah diri kepada Allah swt (tawakkal).

- e) Ridho kepada Allah, baik dalam kecukupan maupun kekurangan, yang diwujudkan dengan menerima apa adanya (*qana'ah*/tidak rakus) dan menyerah.
- f) Kembali kepada Allah, baik dalam keadaan senang maupun dalam keadaan susah, yang diwujudkan dengan jalan bersyukur dalam keadaan senang dan berlindung kepada-Nya dalam keadaan susah.

### C. Ketenangan Jiwa dalam Perspektif Tasawuf

#### 1. Definisi Jiwa

Adapun definisi jiwa secara istilah menurut psikologi sufi yaitu *nafs*, atau diri. Istilah inikadang diterjemahkan sebagai “ego atau jiwa”. Makna lain *nafs* adalah “inti sari” dan “napas”. Namun, dalam bahasa Arab, *nafs* lebih umum digunakan sebagai “diri” yakni dalam penggunaan bahasa sehari-hari, seperti diriku dan dirimu. Sedangkan jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa dan alat pikir. Ketika kebanyakan penulis sufi menggunakan istilah *nafs*, mereka merujuk pada sifat-sifat dan kecenderungan buruk kita.

Dalam psikologi jiwa lebih dihubungkan dengan tingkah laku sehingga yang diselidiki oleh psikologi adalah perbuatan-perbuatan yang dipandang sebagai gejala-gejala dari jiwa. Sedangkan dikalangan ahli tasawuf, *nafs* diartikan sesuatu yang melahirkan sifat-sifat tercela. Al-Ghazali misalnya menyebut *nafs* sebagai pusat potensi marah dan syahwat pada manusia dan sebagai pangkal dari segala sifat tercela. Sedangkan

dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, *nafs* (nafsu) dipahami sebagai dorongan hati yang kuat untuk berbuat baik. Padahal dalam A-Qur'an *nafs* berkonotasi negatif<sup>56</sup>

Adapun tingkatan *nafs* yang terendah yaitu *nafs* tirani adalah yang membawa kita kepada kesesatan. *Nafs*, sebagai proses yang dihasilkan oleh interaksi roh dan jasad, bukanlah struktur psikologi yang statis. Namun proses yang dihasilkan keduanya bisa saja menyimpang. Karena *nafs* berakar di dalam jasad dan roh, ia mencakup kecenderungan material dan spiritual. Pada mulanya, aspek materi mendominasi, *nafs* tertarik kepada kesenangan dan keuntungan duniawi. Namun ketika *nafs* bertransformasi, ia lebih tertarik kepada Tuhan dan kurang tertarik kepada dunia.<sup>57</sup>

Dalam Islam sendiri *nafs* diartikan jiwa atau diri. Padahal sesungguhnya *an-nafs* berkaitan dengan derajat yang paling rendah dan yang paling tertinggi. Maka *an-nafs* memiliki dua arah, yaitu menuju hawa nafsu dan menuju hakikat manusia (diri manusia) yang suci, yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Hawa nafsu, cenderung mengarahkan kepada sifat-sifat tercela, dan menjauhkan dari Allah. Firman Allah SWT dan Q.S Shad ayat 38/26:<sup>58</sup>

وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ ۖ ۲۶

<sup>56</sup> Acmad Mubarak, *Solusi Krisis Kerohanian Jiwa Manusia Modern Jiwa* Dalam Al-Qur'an, (Jakarta: Para Madina, Cet 1, ,2000), hlm, 26-27

<sup>57</sup> Robert Franger, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati, Diri, Jiwa*, (jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, cet.1, 1999), hlm, 86

<sup>58</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 454

Artinya: “dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu, karena ia akan menyesatkan kamu dari jalan Allah.”

b. Diri manusia

*Nafs* sebagai diri manusia suatu yang paling berharga, karena menyangkut nilai hidup manusia dari *nafs* (jiwa) yang diberi rahmat oleh Allah SWT sebagaimana firman-Nya dalam Q.S al-Fajr (89): 27-30:<sup>59</sup>

يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي  
فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

Artinya “Hai jiwa yang tenang (*nafs mutmainnah*), kembalilah kepada tuhanm dengan hati yang puas (senang) lagi di ridhai-Nya. Maka masuklah kedalam jamaah hamba-hambaku, masuklah dalam surgaku.”

Al-Qur’an menjelaskan tiga keadaan *nafs* yaitu *nafs- Al-nafs ammarah bi al-su*, (*nafs* yang menyuruh kepada keburukan), *al-nafs al-lawwamah*, (*nafs* yang berubah-ubah atau yang mengecam/mengoreksi), *al-nafs al- mutma’innah* (*nafs* yang tenang).<sup>60</sup>

Sedangkan jiwa berasal dari kata *psyche* yang berarti jiwa, nyawa dan alat berfikir. Sedangkan dilihat dari bahasa Arab di sebut *an-nafs*.<sup>61</sup> Imam al-Ghazali seorang ahli tasawuf mengatakan, bahwa adalah jiwa suatu yang halus dari manusia, yang mengetahui dan merasa. Jiwa diibaratkan dengan raja, ketika raja itu berlaku adil, maka maka adillah

<sup>59</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur’an Dan Terjemahannya*, hlm, 594

<sup>60</sup> Zafar Afaq Ansari, *Al-Quran Bicara Tentang Jiwa*, (Bandung: Arasy, Cet.1, 2003), hlm,

<sup>61</sup> Irwanto Dkk, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Gramedia, 1898), hlm 3

semua kekuatan yang ada dalam tubuh manusia.<sup>62</sup> Sedangkan menurut Ansari jiwa merupakan sebuah unsur atau daya yang lembut (yang ditunjuk sebagai angin, udara dan nafas) dipandang sebagai menanamkan kehidupan dan kemampuan gerak pada raga dan karenanya membentuk dimensi diri manusia.<sup>63</sup>

Jiwa adalah keseluruhan kehidupan batin manusia yang menjadi unsur kehidupan, daya rohani yang abstrak yang berfungsi sebagai penggerak manusia dan yang menjadi simbol kesempurnaan manusia (yang terdiri dari hati, perasaan, pikiran dan angan-angan). Kata ketenangan jiwa itu juga bisa diartikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri. Dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan, serta dengan lingkungan dimanapun ia hidup. Sehingga orang dapat menguasai faktor dalam hidupnya dan menghindarkan tekanan-tekanan perasaan yang membawa kepada frustrasi.<sup>64</sup>

## **2. Pengertian Ketenangan Jiwa**

Seorang muslim yang baik dituntut mengenal dirinya secara pribadi sehingga dalam pembentukan, pengembangan dan pembinaan diri ia bertindak secara implisit dan berdaya guna bagi orang lain. Apabila seorang muslim dapat membina, membentuk dan mengembangkan dirinya, maka ia dapat mengenal pribadinya. Apabila ia mengenal pribadinya maka ia mengenal Tuhan-Nya. Apabila ia mengenal Tuhan-

---

<sup>62</sup> Imam Al-Gazali, *Ihya Ulmuddin Bab Ajaibul Qalbiterj. Ismail Yakub. Jilid 4.*(Jakarta: Tirta Mas, 1984), hlm, 3

<sup>63</sup> Zafar Afaq Ansari, *Al-Quran Bicara Tentang Jjiwa*, (Bandung: Arasy, Cet.1, 2003), hlm, 35

<sup>64</sup> Zakiah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, Cet.9, 1982), hlm, 11-12

Nya maka ia berlaku sebagai seorang hamba yang taat dan patuh pada aturan Tuhan-Nya. Apabila ia telah meyakini dirinya sebagai seorang hamba maka ia akan mematuhi segala peraturan yang diserukan kepadanya. Seorang muslim yang tunduk dan patuh kepada aturan dan hukum Tuhan, ia akan selamat, aman, damai, tenang, dan tentram.<sup>65</sup>

Ketenangan jiwa merupakan istilah psikologi yang terdiri atas dua kata yaitu jiwa dan ketenangan. Ketenangan itu sendiri berasal dari kata tenang yang mendapat tambahan ke-an. Tenang berarti diam (tidak bergerak) tidak gelisah tidak susah, tidak gugup betapapun keadaan gawat, tidak riibut, dan tidak tergesa-gesa.

Jiwa yang tenang (*muthma'innah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah *ilahiyyah* Tuhan-Nya. Indikasi jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari perilaku, sikap dan gerak-geriknya, yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar.<sup>66</sup>

Ketenangan jiwa adalah sumber bagi kebahagiaan. Seseorang individu tidak akan mengalami perasaan yang bahagia ketika jiwanya tidak tenang atau gelisah. Secara logika apabila berhadapan dengan persoalan dan tanggung jawab yang perlu diselesaikan tentulah menyebabkan seseorang sukar untuk mempunyai jiwa yang tenang. Ketenangan jiwa melahirkan kebahagiaan yang murni, seseorang yang memiliki ketenangan

---

<sup>65</sup> Khairunnas Rajab, *Psikologi Ibadah, Memakmurkan Kerajaan Ilahi Di Hati Manusia*, (jakarta: amzah, cet. 1, 2011) hlm, 37

<sup>66</sup> Bakran Adz-Dzaki, Hamdani, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: PT Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm 456

jiwa mereka tegar dan mantap dalam menghadapi segala permasalahan hidup yang ada.<sup>67</sup>

Jadi ketenangan jiwa atau kesehatan mental adalah kesehatan jiwa, kesejahteraan jiwa. Dan ternyata orang yang jiwanya tenang, tentram berarti yang mengalami keseimbangan di dalam fungsi- fungsi jiwanya, orang yang terhindar dari gangguan kejiwaan sehingga bisa berfikir positif, bijak dalam menghadapi masalah, bertanggung jawab, dan mampu menyesuaikan diri dalam situasi apapun serta mampu merasakan kebahagiaan.

Hal ini senada dengan pandangan Zakiyah Derajat bahwa kesehatan mental ialah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara faktor jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi masalah-masalah yang bisa terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan.<sup>68</sup>

### **3. Jiwa Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Tasawuf**

#### **a. Jiwa dalam pandangan tasawuf**

Jiwa yaitu akhlak dan sifat seseorang bergantung pada jenis jiwa yang berkuasa atas dirinya. Jika yang berkuasa dalam tubuhnya adalah nafsu-nafsu hewani atau nabati, perilaku yang tampil adalah perilaku hewani atau nabati pula. Sebaliknya, jika yang berkuasa adalah nafsu insani, yang tampil adalah perilaku insani pula<sup>69</sup>.

Jiwadalam Psikologi sufi mencakup sebuah model jiwa manusia yang

<sup>67</sup> Erwin Arianto, *Ketenangan Jiwa*, (2 April 2017) [Http://www.Artikel-Indonesia.Co.Cc](http://www.Artikel-Indonesia.Co.Cc).

<sup>68</sup> Bakran Adz-Dzaki, Hamdani, *Konseling Dan Psikoterafio Islam*, (Yogyakarta: PT Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm 13

<sup>69</sup> Rosihan Anwar, *Ilmu Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2000), hlm, 93

didasari oleh prinsip evolusi. Jiwa memiliki 7 aspek atau dimensi: mineral, nabati, hewani, pribadi, insani dan jiwa rahasia, serta maharahasia. Masing-masing kita memiliki tujuh tingkat kesadaran. Tasawuf bertujuan agar ketujuh tingkat kesadaran ini dapat bekerja secara seimbang dan selaras<sup>70</sup>.

Tasawuf memberikan sebuah pendekatan yang sangat holistik terhadap psikologi spiritual, sehingga jiwa menghindari bahaya model yang linear dan hirarkikal, yang banyak ditemukan di berbagai sistem spritual, model yang telah digunakan untuk membenarkan penindasan terhadap kaum perempuan dan kaum minoritas. Ditekankannya unsur jiwa dalam konsepsi tasawuf tidaklah berarti bahwa para sufi mengabaikan unsur jasmani manusia. Unsur ini juga mereka pentingkan karena rohani sangat memerlukan jasmani dalam melaksanakan kewajibannya beribadah kepada Allah dan menjadi Khalifah-Nya di bumi<sup>71</sup>.

#### b. Jiwa dalam Pandangan Al-Qur'an

Dalam pandangan Al-Qur'an jiwa yang ditempatkan sebagai kesadaran yang utama. Hal ini bisa dilihat ada sekitar 279 kali Al-Qur'an menyebutkan kata jiwa (*nafs*). Dalam Al-Qur'an kata jiwa mengandung makna yang beragam (lafazh *al-Musyaraq*). Terkadang lafazh *nafs* bermakna manusia (insan), seperti yang terdapat pada Q.S al-Bqarah :48 "takutlah kalian kepada hari dimana seorang manusia (*nafs*) tidak bisa membela manusia (*nafs*) yang lainnya sedikitpun dan Q.Sal-

<sup>70</sup>Robert Frager, *Hati diri & jiwa* (Jakarta: Serambi ilmu semesta, 2002), hlm, 32

<sup>71</sup>Rosihan Anwar, *Ilmu Tasawuf*,..., hlm. 94

Maidah :32 “ sesungguhnya orang yang membunuh seorang manusia (*nafs*) bukan karena membunuh (*nafs*) manusia yang lainnya, atau melakukan kerusakan di muka bumi, seolah-olah dia membunuh seluruh manusia.

Kata juga menunjukkan makna Zat Tuhan, seperti yang terdapat pada pernyataan Q.S Thaha :4 “Aku pilih engkau untuk Zat (*nafs*)-Ku. Juga bermakna hakikat jiwa manusia yang terdiri dari tubuh dan ruh, seperti yang terdapat dalam Q.S As-sajadah :13 “Dan kalau kami menghendaki, niscaya kami akan berikan kepada tiap-tiap jiwa petunjuk”. Dan Allah tidak membebani (jiwa) seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. Selain itu ditunjukkan maknanya kepada diri manusia yang memiliki kecenderungannya, seperti terdapat dalam Q.s al-Maidah :30 “maka, hawa nafsu Qabil menjadikannya menganggap mudah membunuh saudaranya, sebab itu dibunuh hanyalah, maka jadilah ia seorang yang merugi.

Secara tersirat Al-Qur’an menyebut banyak karakteristik buruk dari *nafspertama* yang dapat digolongkan dalam rumpun*nafs amarah*. Secara umum*nafs amarah* memiliki kecendrungan kepada semua hala-hal buruk. Secara terprinci Al-Qur’an menyebutkan jenis kecendrungan buruk itu, yaitu sebagai berikut:<sup>72</sup>

- 1) Dengki (al-Hasad)
- 2) Mudah berbuat dosa

---

<sup>72</sup>Achmad Mubarak, *Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern, Jiwa Dalam Al-Qur’an*, (Jakarta: Paramadina,2000), hlm 89-108

- 3) Berbuat zalim
- 4) Al-Khid'ah (culus)
- 5) Mesum
- 6) Sombong
- 7) Kikir

Rumpun yang ketiga yaitu *nafs muthma'innah* (jiwa yang tenang) Al-Qur'an secara tegas menyebut *al nafs al-muthma'innah* dalam QS al-Fajr/89:27-30.<sup>73</sup>

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي فِي  
عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَادْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾

Artinya: “Wahai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan rasa puas lagi diridha oleh-Nya. Masuklah berkumpul bersama-sama hamba-hamba-Ku, dan masuklah kedalam surga-Ku”.

*Nafs muthma'innah* (jiwa yang tenang). Jiwa ini menjadi wadah keimanan dan cahaya. Jiwa yang tenanglebih mulia lagi dicintai Allah daripada Ka'bah, karena ia adalah bejana keimanan dimuka bumi. Ia adalah jiwa yang khusyuk, bertawakkal kepada Allah, yakin pada-Nya, mencintai-Nya, lemah lembut pada-Nya, dan merindui-Nya, sehingga Allah pada hari akhir akan memuliakan jiwa ini.<sup>74</sup> Menurut para sufi penguasa tingkat ini adalah kearifan dan perdana menterinya adalah cinta./ sifat-sifat *nafs* yang tenang ini mencakup keyakinan terhadap Tuhan, dan perilaku baik, kenikmatan spiritual, pemujaan, rasa syukur, dan kepuasan hati. Menurut

<sup>73</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 594

<sup>74</sup> Amru Khalid, *Hati Sebening Air*, (Solo: PT Aqwam Media Profetika, 2006), hlm, 85

Syekh Safer kita aman dari pengrusakan ego negatif hanya setelah kita sampai pada tingkatan ini.<sup>75</sup>

Adapun tanda-tanda jiwa yang tenang menurut Al-Qur'an sebagai berikut:<sup>76</sup>

- 1) Memiliki keyakinan yang tidak tergoyahkan terhadap kebenaran
- 2) Memiliki rasa aman, terbebas dari rasa takut, dan sedih didunia,
- 3) Hatinya tenang karena selalu ingat kepada Allah SWT.

#### **4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Ketenangan Jiwa Persfektif Tasawuf**

*Nafs* adalah sesuatu yang penting bagi setiap individu manusia, karena seseorang yang mengenali nafs (diri)-nya, maka ia akan mengenali Tuhan-Nya. Allah berfirman: “barang siapa yang buta (hatinya) di dunia ini, niscaya diakhirat (nanti) ia akan lebih buta (pula) dan lebih tersesat dari jalan (yang benar)”. Q.S Al-Isra’:72. Perlu diketahui bahwa nafs adalah sesuatu yang halus yang berasal dari tuhan.nafs sesungguhnya adalah ruh kala ia belum bergabung dengan jasad. Allah menciptakan nafs berdampingan dan dekatdengan Allah. Lalu pada saat Allah memerintahkannya untuk bergabung dengan jasad, maka nafs ini pun mengenali yang selain Allah lalu ia terhalang dengan hadirat Allah karena ia telah disibukkan dengan yang seain Allah. Oleh karenanya, *nafs* membutuhkan apapun yang dapat mengingatkannya.AllahSWT berfirman,

---

<sup>75</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi, Hati, Diri Dan Jiwa*, hlm, 118

<sup>76</sup> Achmad Mubarak, *Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern, Jiwa Dalam Al-Qur'an*, hlm, 82

“dan tetaplah memberi peringatan, karena sesungguhnya peringatan itu bermanfaat bagi orang-orang yang beriman”. Q.S Al-Zariyat:55.

*Nafs* adalah mutiara yang menerangi badan. Bila ia menerangi bagian luar dan bagian dalam tubuh, maka yang terjadi adalah kesadaran. Bila ia hanya menerangi bagian dalam saja, maka yang terjadi adalah tidur (ketidak sadaran) bila tidak bisa menerangi keduanya, maka yang terjadi adalah kematian. Pangkal dari setiap kemaksiatan, kelalaian, semua syahwat, dan syirik adalah mau menuruti nafsu. Seperti Fir'aun ketika ia memperturutkan semua keinginan nafsunya, maka ia kebalasan dalam kedurhakaannya sehingga ia mengatakan, “sayalah Tuhan kalian yang tertinggi”. Pangkal setiap ketiaan, kesadaran, keterjagaan, dan penyaksian adalah tidak memperturutkan nafsu. Kala itulah tidak ada sesuatu yang lebih bermanfaat bagi seseorang melebihi penyucian dirinya.

Berdasarkan pengaruhnya *nafs* terbagi ke dalam tujuh tingkatan yaitu :<sup>77</sup>

- a. *Nafs amarah* yaitu *nafs* yang condong pada pada tabiat badan yang selalu memerintahkan dengan segala kenikmatan dan segala keinginan yang terarang dalam agama serta menarik hati untuk ditempatkan di bagian bawah. *Nafs* ini adalah tempat kejelekan, sumber akhlak-akhlak tercela, seperti sombong, ambisi, syahwat, hasuid, marah, pelit, dan dengki..pada tingkatan inilah yang umumnya dimiliki oleh nafsu manusia sebelum usaha *mujahadah* (peperangan melawan nafsu).

---

<sup>77</sup> Syaikh Muhammad Amin Al-Kurdi, *Zikir Hati, Lorong Cahaya Para Sufi*, (Surabaya: Hikmah, Cet, 1,2003), hlm, 161-164.

- b. *Nafs lawwamah* yaitu *nafs* yang mendapat cahaya dengan cahaya hati lalu ia mematuhi kekuatan yang bijaksana satu waktu dan di waktu yang lain ia bermaksiat kemudian ia menyesalinya dan mengutuk nafsunya. Nafs ini adalah sumber penyesalan karena ia adalah awal hawa nafsu, kesalahan dan ambisi.
- c. *Nafs muthma'innah* yaitu *nafs* yang mendapat cahaya dengan cahaya hati hingga ia tidak memiliki sifat yang tercela dan merasa tenang dengan dengan kesempurnaan. Posisinya adalah awal kesempurnaankapan pun seorang yang menempuh jalan ruhani menancapkan kakinya dalam kesempurnaan, maka ia akan dianggap sebagai sufi karena ia telah berpindah dari keberanekaan menuju kepada kemantapan dan keamanan.
- d. *Nafs mulhimah* yaitu *nafs* dimana Allah memberikan ilham pengetahuan, sikap tawadhu, sifat menerima, dan kedermawanan. Oleh karena itulah, *nafs* ini menjadi sumber kesabaran, sanggup menanggung rasa sakit, dan bersyukur.
- e. *Nafs radhiyah* yaitu *nafs* yang ridha akan segala yang berasal dari Allah. Ini seperti difirmankan Allah, "merekapun ridha kepada-Nya." Q.S A-Bayyinah :8
- f. *Nafs mardhiyyah* yaitu *nafs* yang diridhai Allah. Padanya tampak pengaruh ridha Allah, seperti karamah keikhlasan, dan zikir. Pada tingkatan ini seorang peniti jalan ruhani menancapkan telapak kakinya yang pertama dalam mengenali Allah dengan sebenar-benarnya.

- g. *Nafs kamilah* yaitu *nafs* dimana kesempurnaan-kesempurnaan menjadi wataknya. Bersamaan dengan itu, ia meningkat menuju pada kesempurnaan.

Telah berlaku kebiasaan Allah bahwa peningkatan dari satu tingkat ketingkat yang lain tidak akan terjadi, kecuali dengan bimbingan seorang guru sufi yang telah mengenali tingkatan-tingkatan dan kondisi-kondisi menuju Allah. Perlu diketahui bahwa penyucian jiwa akan mudah dilakukan dengan bantuan akal saja, seperti penganut Brahmana dan orang-orang bodoh lainnya.

## 5. Definisi Ketenangan Jiwa

Tasawuf pada hakekatnya bertujuan melatih jiwa (*riyadhah*) dan pengendalian hawa nafsu (*mujahadatul hawa*). Termasuk dalam hal ini adalah bagaimana melatih jiwa dalam bermuamalah kepada seluruh anggota keluarga, pembantu, dan budak.

Dalam kitab *Ihya U'lumuddin*, Beliau menjelaskan bahwa mempelajari disiplin ilmu jiwa ini adalah wajib. Sebab dengan menguasai ilmu jiwa inilah tercapainya cara-cara pensucian jiwa itu. Ketahuilah bahwa jiwa memiliki kotoran yang harus dibersihkan. Dengan cara itu engkau akan sampai pada kebahagiaan abadi dan kedekatan kepada Allah SWT. Adapun cara melatih jiwa untuk mencapai ketenangan jiwa adalah sebagai berikut:<sup>78</sup>

- a. Akhlak yang Baik dan Akhlak yang Buruk

---

<sup>78</sup> Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin* (Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi, 2016), hlm. 339

Hadis terkenal tentang pengendalian dan pendisiplinan jiwa adalah sabda Rasulullah saw : “Kita telah pulang dari jihad yang paling kecil menuju jihad yang paling besar”. Ketahuilah jiwa/nafsu memiliki sifat-sifat buruk yang mesti disingkirkan. Jika sifat-sifat buruk itu telah disingkirkan, ia akan sampai pada kebahagiaan yang abadi dan berada di sisi Allah Swt.

Abdurrahman Ibn Samurah menuturkan bahwa ia pernah berada dekat dengan Rasulullah saw, kemudian beliau bersabda:

“Tadi malam aku melihat satu keanehan. Aku melihat seseorang dari umatku berlutut. Ada tabir yang menghalangi dirinya dengan Allah. Kemudian datanglah akhlak yang baik, yang mendatangkan orang itu kepada Allah SWT.

Itulah keistimewaan akhlak yang baik. Lalu jika ada yang berkata “*fulan hasan al-kalq wa al-khuluq* (si fulan bagus secara fisik dan moral)”, itu berarti lahir dan batinnya dalam keadaan bagus.

Ketahuilah jiwa/nafsu memiliki sifat-sifat buruk yang mesti disingkirkan. Jika sifat-sifat buruk itu telah disingkirkan, ia akan sampai pada kebahagiaan yang abadi dan berada di sisi Allah Swt.

Contohnya adalah meneguhkan motivasi untuk bersedekah meskipun disertai *riya'* dengan tujuan untuk menyingkirkan sifat kikir dan kecintaan kepada dunia. Atau, meninggalkan kemarahan dan syahwat untuk mencapai kesucian diri dan kezuhudan. Setelah ia terbiasa berderma dan memberi, ia harus menghadapi sifat *riya'* dan berusaha menyingkirkannya

dengan kekuatan agama yang diperoleh semasa latihan, kemudian menghadap Allah Swt<sup>79</sup>.

b. Mengenali Cacat/Aib Diri Sendiri

Ada beberapa cara untuk mengetahui dan mengenali cacat diri sendiri. *Pertama*, duduk di depan salah seorang syekh dan menyibukkan diri dengan apa yang diperintahkannya. Melalui cara ini ia mendapatkan *kasyf* dari gurunya. Ia bisa mengetahui dan mengenali cacat dan penyakit dirinya melalui gurunya. Ini merupakan cara yang paling tinggi.

*Kedua*, Mencari teman saleh yang memahami rahasia masalah ini, berteman dengan nya dan menjadikannya sebagai pemeriksa diri agar bisa memperhatikan keberadaan dirinya dan mengingatkannya akan cacat dirinya. Cara inilah yang ditempuh para imam yang mulia<sup>80</sup>.

*Ketiga*, Jika kau tidak mendapatkan seseorang teman yang baik yang dapat menunjukkan aibmu, dengarkanlah bisikan dan ucap orang-orang yang dengki. Jangan membenci dan menjauhi orang-orang yang dengki, karena mereka akan menunjukkan aib dan cacat dirimu. Dengan begitu, kau akan mendapatkan faedah dari mereka, jangan marah apalagi membenci, karena aib bagaikan ular dan kalajengking yang akan menyengatmu<sup>81</sup>.

c. Indikasi Akhlak yang Baik

Allah Swt berfirman :<sup>82</sup>

<sup>79</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 343

<sup>80</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 344

<sup>81</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 345

<sup>82</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 342

رَضُونَ اللَّغْوِ عَنْهُمْ وَالَّذِينَ ۞ خَشِعُوا صَلَاتِهِمْ فِيهِمْ وَالَّذِينَ ۞ الْمُؤْمِنُونَ أَفَلَحَ قَدْ  
 أَرْزَوْا جِهَهُمْ عَلَىٰ إِلَّا ۞ حَفِظُوا لِفُرُوجِهِمْ وَالَّذِينَ ۞ فَعَلُوا لِلزَّكَاةِ هُمْ وَالَّذِينَ ۞ مُع  
 الْعَادُونَ هُمْ فَأُولَٰئِكَ ذَٰلِكَ وَرَاءَ أَتَّبَعِي فَمَنِ ۞ مَلُومِينَ ۞ غَيْرَ فَايَمُّهُمْ أَيَمُّهُمْ مَلَكَتْ مَا أَوْ  
 لَتَيْكَ ۞ تَحْفَظُونَ صَلَوَاتِهِمْ عَلَىٰ هُمْ وَالَّذِينَ ۞ رَاعُونَ وَعَهْدِهِمْ لِأَمْنَتِهِمْ هُمْ وَالَّذِينَ ۞  
 الْوَارِثُونَ هُمْ أَوْ

“Sungguh beruntung orang yang beriman, yaitu orang yang khusyuk dalam shalatnya, dan orang yang menjauhkan diri dari (perbuatan dan perkataan) yang tiada berguna, dan orang yang menunaikan zakat, dan orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri mereka atau budak mereka. Maka, sesungguhnya mereka dalam hal ini tiada tercela. Barang siapa mencari yang dibalik itu maka mereka itulah orang yang melampaui batas. Dan orang yang memelihara amanat-amanat (yang dipikulnya) dan janjinya, dan orang yang memelihara shalatnya. Mereka itulah para pewaris”. (Q.S. al-Mukminun [23]: 1-10).

Diantara manusia ada yang cukup dididik dengan sesuatu yang paling rendah karena ada kecocokan dengannya sejak awal perkembangannya<sup>83</sup>.

#### d. Memenuhi Syarat Berkeinginan

Ketahuilah, orang yang menghendaki kekayaan akhirat akan melepaskan diri dari hasrat terhadap kekayaan dunia, karena itu siapapun yang menyadari hal ini, baik melalui dirinya sendiri atau orang lain, ada beberapa syarat yang harus dipenuhi:

- 1) Menghilangkan tabir yang terdiri atas empat macam yaitu, harta, pangkat, taklid, dan maksiat. Untuk menghilangkan tabir harta, kau harus memberikan dan membagikannya. Tabir pangkat bisa

<sup>83</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 348

diangkat dengan meninggalkan tanah air dan apapun yang membuat dirinya terkenal sehingga ia menjadi orang yang tawaduk. Tabir maksiat dapat diangkat dan dihilangkan dengan menjalankan ketaatan, menyesali dosa yang pernah dilakukan (bertobat).

- 2) Kalau keempat hal diatas sudah dilakukan, berarti ia ibarat orang yang berwudhu, menghilangkan hadas dan najis, menutup aurat, dan siap untuk mendirikan shalat.
- 3) Diam. Syarat berikutnya adalah diam yang ditempuh dengan cara uzlah dan khalwat (menghindari keramaian). Dan semangat berbicara kepada hati, secara khusus bagi orang yang merasakan suatu ilmu merupakan suatu sikap yang luhur<sup>84</sup>.

Tempat khalwat yang paling utama adalah rumah yang gelap sehingga pandangan tidak melihat apapun. Kalau tidak gelap, lakukanlah khalwat dengan menundukkan kepala kepada satu arah atau pejamkanlah mata. Ketika semua indra tenang, kau akan mendengar panggilan yang sejati dan menyaksikan keindahan Tuhan.

Jika keempat hal, yaitu rasa lapar, khalwat, bangun malam, dan diam sudah ditempuh, langkah berikutnya yang harus ditempuh adalah membaca beberapa zikir. Kau mesti duduk di pojokan rumah dalam keadaan punya wudhu, menghadap kiblat, lalu melafalkan “Allah, Allah”. Lafal bacaan ini harus terus diucapkan sehingga hati dan indra fokus

---

<sup>84</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 353.

mendengarkan kata yang terlontar dari mulut dan terus mendengarkannya sampai gerak lisan terpus, dan lisan akan terus bergerak spontan tanpa diupayakan.<sup>85</sup>

#### **D. Hubungan Zikir Dengan Ketenangan Jiwa**

Dalam Al-Qur'an banyak ditemukan ayat-ayat yang isinya memerintahkan untuk senantiasa berzikir (mengingat) kepada Allah SWT. Diantaranya Q.S al-Ahzab :41, yang artinya: wahai orang-orang yang beriman, berzikirlah kepada Allah dengan zikir yang sebanyak-banyaknya".

Dalam pespektif sufistik, zikir dapat dibagi menjadi tiga macam. Pertama, zikir *jali* yaitu yang jelas dan nyata. Artinya, suatu perbuatan mengingat Allah SWT. Dalam bentuk ucapan-ucapan lisan, yang lebih menampakkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Tujuannya lebih kepada mendorong agar hatinya hadir menyertai ucapan-ucapan lisan. Kedua zikir *kahfi*, yaitu zikir yang samar-samar. Zikir jenis kedua ini dilakukan secara khusuk oleh ingatan hati, baik disertai zikir lisan atau tidak. Orang yang sudah sampai pada tahap ini hatinya merasa senantiasa memiliki hubungan dengan Allah SWT. Bahkan bagi kaum sufi yang sudah mencapai pada tingkatan ini ketika melihat sesuatu benda, maka yang dilihat bukan benda tersebut tetapi Allah SWT. Ketiga zikir *haqiqi* yaitu zikir yang sebenarnya. Jenis yang terakhir ini dilakukan oleh seluruh jiwa raga, baik ahir maupun batin, kapan dan dimana saja

---

<sup>85</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 354

berada. Jenis yang ketiga ini biasa disebut juga zikir mahabbah, dan merupakan tingkatan paling tinggi. Seseorang yang sudah sampai pada tahap ini, akan merasa dirinya dekat sekali dengan Tuhan, bahkan tanpa ada batas antara dirinya dengan Tuhan-Nya. Solat dianggapnya sebagai samudra zikir dan sekaligus sarana untuk beraudensi dengan Tuhan.

Dengan demikian berzikir merupakan sebuah perjuangan batin dalam upaya memanggil dirinya sendiri, melepaskan jiwa yang gelap keluar dari suasana lupa, masuk dalam suasana *musyahadah* (penyaksian dengan mata hati, akibat didorong oleh rasa *mahabbah* yang mendalam kepada Allah SWT. Dia sadar bahwa sepenuhnya hidup dan mati adalah kepunyaan dzat yang maha pencipta. Adapun metode atau cara terbaik dalam berzikir kepada Tuhan, sebagaimana yang diajarkan al-Qur'an adalah bukan dengan mengeraskan suaranya, melainkan zikir yang berasal dari hati dari lubuk hati. Artinya, dalam berzikir yang terpenting ialah bukanlah perbuatan lisan, melainkan perbuatan hati.<sup>86</sup>

Adapun prinsip zikir adalah kelezatan dan kenikmatan. Bila *khusu'* linangan air mata, hati terbakar, dan jiwa tenggelam dalam (zikir itu), itulah tanda-tanda al-Fath (Allah membuka hatimu) selama berzikir, ia mendapatkan hal-hal yang aneh, asing, rahasia-rahasia agung dan kualitas yang agung. Sesungguhnya dengan konsisten untuk beribadah kepada Allah, mengingatnya, dan bersyukur kepadanya, akan makin mendekatkan manusia kepada Tuhan-Nya. Pada saat itu manusia akan merasakan

---

<sup>86</sup> Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 227-230

penjagaan dan pengawasan-Nyahingga makin kuatlah harapannya, dalam menggapai ampunan-Nya. Juga akan kuat tertanam dalam hatinyakeridhahan dan kelapanganhati dan ia pun akan selalu merasakan adanya ketenangan dan kelegaan. Menurut Abah Anom zikir berjamaah memiliki pengaruh yang lebih kuat dalam menghilangkan *hijab* (tirai penghalang) dari hati dibandingkan zikir individual.<sup>87</sup>

Syekh Abu Ali Daqqaq berkata, “zikir adalah tiang penopang yang sangat kuat atas jalan menuju Allah SWT. Sungguh, ia adalah landasan bagi tarekatitu sendiri. Tidak seorang pun dapat mencapai Allah SWT, kecuali dengan terus-menerus berzikir kepada-Nya”.Ada dua macam zikir yaitu zikirlisan dan ziki hati.Si hamba mencapai taraf zikir hati dengan melakukan zikir lisan.Tetapi zikir hatilah yang membuahkan pengaruh sejati.Manakala seseorang mencapai kesempurnaan dalam suluknya.<sup>88</sup>

---

<sup>87</sup> Triyani, Pujiastuti, *Metode Psikoterapi Sufistik Abah Anom*, (Tangerang Selatan :YPM, 2012), hlm 153-159.

<sup>88</sup> An-Naisabury, Abul Qasim, al-Qusyairi, *Risalatul Qusyairiyah, Induk Ilmu Tasawuf*,.....hlm, 262

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian merupakan rangkaian kegiatan atau proses mengungkapkan rahasia sesuatu yang belum diketahui dengan menggunakan cara atau metode yang sistematis, terarah, dan dapat dipertanggung jawabkan. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan dengan memakai pendekatan deskriptif kualitatif, yaitu metode yang dipergunakan untuk menggambarkan hasil penelitian dari subyek peneliti.<sup>89</sup>

Pendekatan kualitatif merupakan suatu metode yang digunakan untuk pengambilan atau pengumpulan data, pencatatan serta analisis informasi dengan menggunakan berbagai pendekatan untuk memahami individu yang berhubungan dengan fenomena sosial yang terjadi dengan tidak menggunakan proses kuantifikasi untuk melihat fenomena sosial itu terjadi.<sup>90</sup>

Pendekatan kualitatif dalam penelitian ini digunakan untuk memaparkan manfaat zikir bagi ketenangan jiwa pada pengikut tarekat Syadzilyah di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu.

#### **B. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien, Panorama, Kec. Singaran Pati Kota Bengkulu sesuai dengan surat izin penelitian no 767/In.11.F.III/PP.00.3/5/2017.

---

<sup>89</sup> Rhusdi Sulaiman, *Pengantar Metodologi Penelitian Dasar*, (Surabaya: Perpustakaan Nasional R.I. : Catalog Dalam Terbitan (Kdt), Cet.1, 2007), hlm , 52

<sup>90</sup> Rhusdi Sulaiman, *Pengantar Metodologi Penelitian Dasar*, hlm ,86

### C. Informan Penelitian

Informan penelitian merupakan subjek yang dapat memberikan informasi tentang fenomena-fenomena dan situasi yang berangsur dilapangan. Pemilihan informan diambil dengan teknik *purposive sampling* atau dikenal dengan teknik *purposeful sampling* merupakan metode/cara pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan-pertimbangan tertentu untuk tujuan tertentu. Sampel yang dipilih berdasarkan pada ciri-ciri yang dimiliki oleh subjek tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang dilakukan.<sup>91</sup>

Informan dalam penelitian ini ialah mursyid dan jamaah tarekat Syadziliyah, kota Bengkulu. Informan dari jamaah/anggota tarekat Syadziliyah diambil dari jamaah yang sudah bergabung dengan tarekat Syadziliyah minimal selama 3 tahun.

### D. Sumber Data

Lofland menyatakan bahwa sumber utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumentasi dan lain-lain.<sup>92</sup> Adapun sumber data dalam penelitian ini yaitu:

#### 1. Sumber Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh melalui serangkaian kegiatan.<sup>93</sup> Menurut Sugiyono, sumber data primer adalah sumber data

---

<sup>91</sup> Haris Herdiasnyah, *metodelogi penelitian kualitatif*, (Jakarta: salemba humanika, 2012), hlm, 106

<sup>92</sup> Lexy J, Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001), hlm 157

<sup>93</sup> Iskandar, *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2008), hlm, 252

yang langsung memberikan data kepada pengumpul data.<sup>94</sup> Data primer pada penelitian ini terdiri dari observasi dan wawancara yaitu penulis akan melakukan observasi ke lapangan dan melakukan wawancara kepada subjek atau informan penelitian. Dalam penelitian ini data primer diperoleh dari jamaah tarekat dan pimpinan tarekat Syadzilyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien kota Bengkulu.

## 2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder merupakan data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain). Data sekunder umumnya berupa bukti, catatan atau laporan historis yang telah tersusun dalam arsip (data dokumenter) yang dipublikasikan dan yang tidak dipublikasikan, serta yang memiliki relevansi dengan objek penelitian seperti data tentang sejarah tempat penelitian, visi dan misi, serta profil informan penelitian.<sup>95</sup>

## E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pengadaan data primer untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

### 1. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk mendapatkan keterangan-keterangan lisan melalui bercakap-

---

<sup>94</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif R & D*, Cetakan ke-13, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm, 225

<sup>95</sup> Nur Sunardi, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm, 76

cakap dan bertatap muka dengan orang yang dapat memberikan keterangan pada peneliti.<sup>96</sup> Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan masalah penelitian dari respondennya.

Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam merupakan suatu cara mengumpulkan data atau informasi dengan cara langsung bertatap muka dengan informan, dengan maksud mendapatkan gambaran lengkap tentang topik yang diteliti.<sup>97</sup>

Wawancara ini digunakan untuk mengetahui manfaat zikir bagi ketenangan jiwa (studi pada jamaah tarekat Syadzilyah di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu. Dengan cara melakukan wawancara secara langsung kepada sasaran guna mendapatkan data atau keterangan yang tepat.

## 2. Observasi

Observasi pengamatan atau pengindraan langsung terhadap suatu benda, kondisi, situasi, proses atau perilaku. Observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki.<sup>98</sup>

---

64 <sup>96</sup> Moleong, Lexy J, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda Karya, 2007), hlm,

<sup>97</sup> Burhan bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: raja wali pers, 2015), hlm, 157

<sup>98</sup> Narbuko, Cholik, Ahmad, Abu, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), hlm, 70

Kegiatan observasi tidak hanya dilakukan terhadap kenyataan-kenyataan yang terlihat tetapi juga terhadap yang terdengar. Pengumpulan data menggunakan alat indera dan diikuti dengan pencatatan secara sistematis terhadap gejala-gejala atau fenomena yang diteliti. Observasi dilakukan bila belum banyak data atau keterangan tentang masalah yang diselidiki.

Dari hasil observasi dapat diperoleh gambaran yang lebih jelas tentang masalahnya dan mungkin petunjuk-petunjuk tentang cara-cara menyelesaikannya. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini yakni observasi partisipan yang berarti peneliti mengambil bagian atau berada dalam keadaan objek yang diobservasi, dokumentasi.

### 3. Dokumentasi

Menurut Arikunto, dokumentasi berasal dari kata dokumen yang artinya barang-barang tertulis, metode dokumentasi dalam penelitian diaplikasikan dengan membaca dan mempelajari dokumentasi, buku-buku, data kearsipan yang berhubungan dengan penelitian ini.<sup>99</sup> Dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya. Metode dokumentasi ini digunakan untuk mengambil data tertulis yang relevan dengan penelitian.

Metode dokumentasi dapat dilaksanakan dengan:

---

<sup>99</sup>Saiffudin, Arikunto, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm, 158

- a. Pedoman dokumentasi yang memuat garis-garis besar atau katagori yang akan dicari datanya.
- b. Chek-list yaitu daftar variabel yang akan dikumpulkan datanya.
- c. Dalam hal ini peneliti tinggal memberikan tanda setiap pemunculan gejala yang dimaksud.
- d. Dokumentasi dilakukan untuk mengetahui tentang keadaan tempat penelitian

Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan untuk catatan peristiwa yang telah berlalu, dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar/foto kegiatan wawancara, foto gedung pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien, Panorama, Kec. Singaran Pati Kota Bengkulu dan lain-lainnya.

#### **F. Teknik Keabsahan Data**

Dalam Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:<sup>100</sup>

##### 1. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan adalah keikutsertaan peneliti dalam pengumpulan data, tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, melainkan memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti dalam penelitian. Perpanjangan keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data. Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan diwaktu singkat, akan tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti dalam proses penelitian.

---

<sup>100</sup>Lexy JMoleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm 175-179

## 2. Ketekunan pengamatan

Ketekunan pengamatan adalah menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Menurut Moleong ketekunan pengamatan juga dibutuhkan oleh peneliti dalam penelitian kualitatif. Peneliti melakukan pengamatan awal terlebih dahulu secara tekun dalam upaya menggali data atau informasi di lapangan. Dalam penelitian di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu. Peneliti melakukan pengamatan terhadap aktivitas keagamaan dan zikir jamaah tarekat.

## 3. Diskusi teman sejawat

Dalam penelitian ini, keabsahan data dilakukan dengan cara mengekspos hasil sementara yang diperoleh atau hasil akhir yang diperoleh dalam bentuk diskusi dengan rekan-rekan sejawat. Teknik ini dilakukan dengan cara merespon hasil sementara atau hasil akhir yang diperoleh dalam bentuk diskusi dengan rekan-rekan sejawat. Teman sejawat yang diajak diskusi untuk memeriksa keabsahan data penelitian ini ialah teman sejawat penelitian yang telah memahami metode penelitian kualitatif, dan tentang tarekat.

## G. Teknik Analisa Data

Melakukan analisis berarti melakukan kajian untuk memahami struktur suatu fenomena-fenomena yang berlaku di lapangan.<sup>101</sup> Menurut Sugiono dalam Iskandar, “analisis data kualitatif dilakukan dalam proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil pengamatan (observasi), wawancara, catatan lapangan, dan studi dokumentasi, mengorganisasikan data ke sintesis menyusun kepada pola, memilih mana yang penting dan mana yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain”.<sup>102</sup>

Dalam penelitian kualitatif terdapat dua model analisis data yaitu, analisis model Miles dan Huberman dan analisis model Spydley.<sup>103</sup> Data penelitian ini, peneliti menggambarkan model Miles dan Huberman. Menurut Haris analisis data penelitian kualitatif model analisis Miles dan Huberman dapat dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut:<sup>104</sup>

1. Pengumpulan data, proses pengumpulan data penelitian.
2. Reduksi data, proses penggabungan dan penyeragaman segala bentuk data yang diperoleh menjadi satu bentuk tulisan (*script*) yang akan dianalisis.

---

<sup>101</sup>Iskandar, *Metodelogi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*, (Jakarta:Gaung Persada press), hlm, 220

<sup>102</sup>Iskandar, *Metodelogi Penelitian*, hlm. 220

<sup>103</sup>Iskandar, *Metodelogi Penelitian*, hlm, 222

<sup>104</sup>Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm, 164

3. Penyajian data, data yang telah diperoleh disajikan dalam bentuk daftar kategori setiap data yang didapat dengan bentuk naratif.
4. Mengambil kesimpulan, proses lanjutan dari reduksi data dan penyajian data. Data yang disimpulkan berpeluang untuk menerima masukan. Penarikan kesimpulan sementara, masih dapat diuji dengan data di lapangan.

Analisi penelitian ini dilakukan berdasarkan model Miles dan Huberman berdasarkan urutan langkah diatas, maka analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah: *pertama*, peneliti mereduksi data yang telah didapat dari lapangan yang berkaitan langsung dengan tema penelitian, yakni data tentang manfaat zikir bagi ketenangan jiwa pada jamaah tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu. *Kedua*, penulis menyajikan data yang dirangkum berdasarkan fakta di lapangan, lalu menginterpretasikan dengan teori yang berkenaan dengan tema penelitian. *Ketiga*, penulis menyajikan data yang telah diperoleh dalam bentuk naratif. *Keempat*, peneliti memberi kesimpulan terhadap hasil penelitian yang didapat dari lapangan.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Wilayah Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Hidayatul Muhtadhi-Ien Kota Bengkulu, pada jamaah tarekat Syadziliyah kota Bengkulu, yang berlokasi di jalan Rinjani 01 No. 20, Kelurahan Jembatan Kecil, Kecamatan Singaran Patih, Kota Bengkulu.

#### **1. Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Muhtadhi – Ien**

Sejarah berdirinya pondok pesantren Hidayatul-Muhtadhi-Ien berawal dari tahun 1991, Mudir Ijtihadul Mubaligh Jakarta yang bernama KH.Abdul Muntaqim ahmad dikirim oleh KH. Ahmad Saikhu untuk ditugaskan sebagai da'i di daerah transmigrasi Mukomuko dan Ipuh. Selang beberapa tahun berada di daerah tersebut, Mudir diminta mengajar oleh lembaga Pondok Pesantren Pancasila Bengkulu, karena mengingat tenaga di bidang agama sangat dibutuhkan. Beliau mengabdikan kurang lebih 5 tahun di pondok pesantren Pancasila. Pada tahun 1997 Mudir tidak lagi mengabdikan di Pondok Pesantren Pancasila, kemudian beliau membeli tanah ± 900 M<sup>2</sup> dengan cara mengangsur yang terletak di Jalan Rinjani I No. 20. Pada tahun 1998 Mudir membuat Musholla untuk menampung masyarakat dalam pengamalan ubudiyah,.Selang 2 tahun kemudian datanglah santri dari Jakarta yang statusnya sebagai pecandu narkoba. Dengan kesuksesan dan keberhasilan beliau dalam membantu penyembuhan santri tersebut

Jambi, Palembang, Bengkulu Selatan, Muara Aman, Ipuh dan Mukomuko sehingga santri beliau secara berangsur-angsur bertambah banyak.

Berdasarkan saran dari beberapa pihak agar mendirikan Pondok Pesantren, maka pada tahun 2000 Mudir mendirikan yayasan Pondok Pesantren yang di beri nama Hidayatul Muhtadi-Ien dengan tipe Salafiyah dan sarana dan prasarana yang masih cukup sederhana. Dengan dukungan masyarakat, maka sampai saat ini pondok pesantren tetap berjalan bahkan bertambah maju, dengan komitmen membantu pemerintah di bidang mental spiritual.<sup>105</sup>

Seiring dengan melajunya perkembangan zaman, Pondok Pesantren Hidayatul Muhtadi-Ien terus berupaya memperbaiki dan melengkapi sarana dan prasarana yang ada. Dengan adanya tuntutan kebutuhan masyarakat akan pendidikan yang semakin meningkat, kini Pondok Pesantren Hidayatul Muhtadi-Ien menyelenggarakan pendidikan formal berupa wajar Dikdas Tingkat *Wustho* dan paket C kesetaraan

## **2. Visi dan Misi Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Muhtadhi-Ien Kota Bengkulu**

### **a. VISI**

- Menciptakan Pesantren Salafiyah melalui pengajaran KITAB KUNING
- Mencetak generasi-generasi *Ribbiyyun*, Robbani dan berkepribadian Islami

---

<sup>105</sup> Dokumen pondok Pesantren Hidayatul Muhtadhi-Ien kota Bengkulu

- Menanamkan nilai-nilai keislaman dalam kehidupan sehari-hari melalui metode keteladanan
- Mewujudkan lingkungan yang aman, bersih dan berakhlaqul karimah
- Membiasakan Tri Bahasa (Bahasa Arab, Bahasa Indonesia, Bahasa Jawa-Kromo Inggil).

**b. MISI**

Mewujudkan sarana pendidikan dalam bentuk pesantren salaf yang mengutamakan anak yatim dan dhuafa' dalam rangka membentuk generasi yang berprestasi dan berakhlakul karimah.

**3. Identitas Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Muftadi – Ien**

Adapun identitas Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Muftadi – ien sebagai berikut:

- a) Nomor statistic : 500017710007
- b) Nama Pondok Pesantren : Hidayatul Muftadi – ien
- c) Alamat : Jln.Rinjai I No 20
- d) Desa/kelurahan : Jembatan Kecil
- e) Kecamatan : Singaran Pati
- f) Kabupaten : Kota Bengkulu
- g) Propinsi : Bengkulu
- h) Email : [Hidayatulmuftadiien454@yahoo.com](mailto:Hidayatulmuftadiien454@yahoo.com)
- i) Tahun berdiri : 2000 M
- j) Berbadan hukum : Akta Notaris Irawan , SH

- k) Nomor / Tanggal : -33-/13 Oktober 2001
- l) Penyelenggara : Pribadi
- m) Jumlah santri : 82 Orang
- n) Jumlah Ustad : 15 Orang
- o) Induk Organisasi Keagamaan : Nahdlatul ‘Ulama (NU)
- p) Jarak Pondok Pesantren : 1 Km
- Pusat kecamatan : 3 Km
- Pusat kabupaten : 5 Km
- Pusat ibu kota propinsi : 1 Km
- q) Nama pendiri : K.H. Abdul Muntaqim Ahmad
- r) Nama Pengasuh Pesantren : KH. Abdul Muntaqim Ahmad
- s) Telp : (0736) 344465
- t) Email :
- Hidayatulmubtadiien454@yahoo.co<sup>106</sup>

#### **4. Tujuan Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Mubtadi-Ien**

##### a. Tujuan Umum

Membina warga negara agar berkepribadian muslim dengan ajaran-ajaran agama Islam dan menanamkan rasa keagamaan tersebut dalam semua segi kehidupannya serta menjadikannya sebagai orang yang berguna bagi agama, masyarakat, dan negara.

##### b. Tujuan Khusus

---

<sup>106</sup> Dokumen pondok Pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu

- 1) Mendidik santri menjadi anggota masyarakat untuk menjadi orang muslim yang bertaqwa kepada Allah Swt, berakhlak mulia, memiliki kecerdasan, keterampilan dan sehat lahir dan batin sebagai warga negara yang berpancasila.
- 2) Mendidik siswa atau santri untuk menjadi manusia muslim selaku kader-kader ulama, dan *mubaligh* yang berjiwa ikhlas, tabah, tangguh, dalam mengembangkan syariat-syariat Islam secara utuh dan dinamis.
- 3) Mendidik siswa atau santri untuk memperoleh kepribadian dan mempertebal semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan manusia-manusia pembangunan bangsa dan negara.
- 4) Mendidik penyuluh pembangunan mikro (keluarga) dan regional (pedesaan/masyarakat lingkungannya).
- 5) Mendidik siswa atau santri menjadi tenaga-tenaga yang cakap dalam berbagai sektor pembangunan khususnya dalam pembangunan mental spiritual.
- 6) Mendidik siswa atau santri untuk meningkatkan kesejahteraan sosial masyarakat dalam rangka usaha pembangunan bangsanya

##### **5. Keadaan Tenaga Pendidik Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Mubtadi – ien**

Jumlah tenaga pendidikan di pondok pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien terdiri dari kyiai 1 orang, ustadz/guru 14 orang terdiri dari 13 laki-laki dan 2 perempuan. Latar belakang pendidikan ustadz adalah alumni

dari pondok pesantren Lirboyo Kediri Jawa Timur, Hidayatul Qomariyah, Pondok Pesantren Pancasila dan santri senior Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien yang mengabdikan, yang memiliki kualifikasi akademik MA/SMA, dan Sarjana Strata 1 (SI). Status kepegawaian adalah tenaga yang diangkat yayasan sebagai tenaga tetap yayasan dan honorer.

Bagi para pendidik disediakan tempat khusus didalam kompleks pondok pesantren karena telah memiliki rumah sendiri. Para ustadz yang tinggal di kompleks pondok pesantren ditugaskan sebagai pengawas disiplin dan tata tertib peraturan yang ditetapkan dan dilaksanakan di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-Ien.

## **6. Tarekat Syadziliyah di Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Mubtadi-Ien Kota Bengkulu**

### **a. Sejarah Tarekat Syadziliyah di Kota Bengkulu**

Sebenarnya tarekat Syadziliyah sudah lama ada di kota Bengkulu namun belum diketahui oleh banyak orang. Mengenai kapan masuknya tarekat Syadziliyah ke Bengkulu tidak dapat diketahui secara pasti. Namun semenjak tahun 2004 tarekat ini semakin dikenal di Bengkulu semenjak dipimpin oleh KH Abdul Muntaqim Ahmad. Sebelumnya tarekat Syadziliyah sebenarnya sudah ada di Bengkulu dikembangkan oleh Kiyai-kiyai atau Ustad-ustad dari pulau Jawa.<sup>107</sup>

---

<sup>107</sup> Wawancara dengan KH AMA, tanggal 23 Agustus 2017

Adapun jumlah pengikut tarekat Syadziliyah di kota Bengkulu sekitar 300 orang lebih, namun untuk pengikut satu provinsi mencapai 1000 orang. Tarekat Syadziliyah tersebar di berbagai daerah Bengkulu meliputi, kabupaten Seluma, kabupaten Bengkulu Utara, Bengkulu Selatan, Muko-Muko, Rejang Lebong. Tarekat yang tersebar diberbagai daerah ini mempunyai kepemimpinan dan kepengurusan, untuk pusat tarekat Syadziliyah di provinsi Bengkulu yaitu tarekat Syadziliyah yang dipimpin oleh KH Abdul Muntaqim Ahmad yang bertempat di pondok pesantren Hidayatul Mubthadi-Ien kota Bengkulu. Tarekat syadziliyah di kota Bengkulu tidak memiliki surau seperti tarekat lainnya, dan tidak ada hal yang terlalu mencolok bagi para jamaah dalam tarekat Syadziliyah mereka seperti orang yang biasa-biasa saja, makan minum beraktivitas dan berpakaian rapi seperti orang yang biasa-biasa saja. Hanya saja yang membedakan mereka dengan yang lainnya yaitu ahklak, ketaatan, dan ketaqwaannya kepada Allah SWT.<sup>108</sup>

b. Mengenal Aktivitas Keagamaan Tarekat Syadziliyah di Bengkulu

Adapun kegiatan-kegiatan ritin yang dilakukan oleh tarekat Syadziliyah, antara lain :

- 1) Zikir setelah sholat fardu
- 2) Sholat sunnah tahajud, taubat, hajat, witr, dan duha.
- 3) Hizib rosul setelah sholat Maghrib
- 4) Amal soleh sesuai keahliannya

---

<sup>108</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 23 Agustus 2017

- 5) Puasa sunnah hari Senin, Kamis, dan hari-hari putih
- 6) Pengajian rutinyang dilaksanakan setiap malam Jum'at dan dilanjutkan dengan zikir setelah sholat Maghrib sampai Sholat Isya.
- 7) Haul Akbar yang diperingati setahun sekali pada tanggal 17 Jumadil akhir tahun Hijriyah atau 3 Mei tahun Masehi.

c. Tujuan

## 7. Profil informan

Pengambilan informan penelitian ini dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, yakni teknik pengambilan informan dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu. Data informan dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 4.1. Informan Penelitian**

No	Nama	Pendidikan	Pekerjaan	Usia	Keterangan
1	KH Abdul Muntaqim Ahmad	Ma'had Alihliir Boyo Kediri Jatim	Ustad/guru	60	Pimpinan pondok/ Mursyid
2	Anwar Husein	IAIN Bengkulu	Ustad/guru	34	Murid/ jamaah
3	M Hendra Cahyana	IAIN Raden Patah	Ustad/guru	33	Murid/ jamaah
4	Darman	IAIN Malang	Ustad/guru	40	Murid/ jamaah
5	Noryanto	SMA	Angkatan Laut	55	Mudir
6	Mashuri	IAIN Bengkulu	Guru	25	Murid/ jamaah
7	K. Ahmad Rohadi	SMA	Wiraswasta	50	Imdadiyyah
8	M. Dhori	SMA	Tukang	50	Imdadiyyah

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah informan penelitian ada 8 jamaah. Semua informan dari Jamaah tarekat Syadziliyah

kotaBengkulu. Informan diatas sudah bersedia untuk menjawab pertanyaan dari peneliti tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

## **B. Pemaparan Hasil Penelitian**

### **1. Pemahaman jamaah tarekat Syadzilyah tentang zikir**

Pemahaman adalah kemampuan untuk menginterpretasikan atau mengulang informasi dengan menggunakan bahasa sendiri. Disini dapat diartikan sebagai kemampuan jamaah untuk dapat menguasai dan menginterpretasikan ajaran zikir dalam tarekat Syadzilyah. Pemahaman juga bukan sekedar mengetahui, tetapi juga membuat jamaah memanfaatkan atau mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

#### **a. Makna zikir**

Untuk mengetahui pemahaman jamaah tarekat Syadzilyah, peneliti menanyakan tentang makna zikir kepada informan penelitian, seperti yang disampaikan oleh KH.AMA berikut:

“Zikir secara bahasa ialah mengingat. Namun secara istilah menurut beliau ada tata cara yang telah diberikan dari guru kepada muridnya. Menurut hemat saya pribadi zikir itu diartikan sebagai ingat kepada Allah dalam suka maupun duka dimanapun, kapanpun dan dalam kondisi apapun baik saat melakukan ibadah atau tidak, baik dalam ucapan maupun perbuatan selalu ingat kepada Allah SWT yang Maha Esa”.<sup>109</sup>

Hal senada juga diungkapkan oleh MHC :

“Zikir secara bahasa adalah mengingat. Zikrullah berarti mengingat Allah, yaitu upaya kita agar selalu mengingat kepada Allah agar kita termasuk hamba yang dicintai oleh Allah SWT”.<sup>110</sup>

Selanjutnya MHS mengemukakan:

<sup>109</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>110</sup> Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

“Selalu ingat kepada Allah dimanapun berada baik saat dia melakukan ibadah yang sudah ditentukan maupun yang tidak ditentukan (ibadah maghdho maupun ghairoh maghdho).<sup>111</sup>

Demikian juga AH:

“Zikir menurut hemat saya adalah mengingat Allah dengan bacaan-bacaan tertentu atau dengan amaliyah-amaliyah tertentu”.<sup>112</sup>

Sedangkan menurut MDR,:

“Zikir menurut hemat saya adalah mengingat, yaitu ingat kepada Allah dalam suka maupun duka, baik ucapan maupun perbuatan, baik saat melakukan ibadah atau tidak”<sup>113</sup>

Selanjutnya menurut KHR:

“Zikir adalah ingat kepada Allah baik lisan (bacaan-bacaan) maupun perbuatan”.<sup>114</sup>

Sedangkan menurut NYT:

“Mengungkapkan hal senada dengan Kh.AMA, bahwa zikir menurut hemat saya, ingat kepada Allah dalam suka maupun duka, baik dalam melakukan ibadah atau tidak secara lisan maupun perbuatan”.<sup>115</sup>

Selanjutnya UDR :

“ Menurut hemat saya zikir ialah ingat kepada Allah dimana pun kita berada baik baik dengan bacaan-bacaan tertentu atau pun tidak baik lisan ataupun perbuatan selalu ingat kepada Allah SWT”.<sup>116</sup>

---

<sup>111</sup> Wawancara dengan MHS, tanggal 25 Agustus 2017

<sup>112</sup> Wawancara dengan AH, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>113</sup> Wawancara dengan, MDR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>114</sup> Wawancara dengan KHR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>115</sup> Wawancara dengan NYT, tanggal 26 Agustus 2017

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa zikir menurut jamaah tarekat Syadziliyah merupakan aktivitas mengingat Allah dalam suka maupun duka, lisan atau perbuatan, baik dalam melakukan ibadah ataupun tidak kapanpun dan dimanapun berada.

b. Metode zikir yang diamalkan dalam tarekat Syadziliyah

Semua anggota tarekat Syadziliyah pasti melakukan dan mengamalkan zikir dalam kehidupan sehari-harinya dengan metode-metode tertentu, seperti halnya yang disampaikan oleh Kh. AMA :

“Saya mengamalkan zikir yang diajarkan dalam tarekat Syadziliyah ini setiap habis sholat Subuh dan Maghrib. Adapun metode zikir yang dilaksanakan seperti zikir sholat biasa saja namun ada hizib-hizib tertentu”.<sup>117</sup>

Hal ini senada dengan pernyataan MHC :

“Metode zikir yang diamalkan dalam tarekat Syadziliyah hizib yang diajarkan tarekat Syadziliyah diantaranya *hizib al-syifa'*, *hizib al-mubarak*, dan tarekat ini merupakan tarekat yang jumlah wiridnya sederhana dan tidak memberatkan jamaahnya yaitu sekurang-kurangnya seribu kali dalam semalam”.<sup>118</sup>

Selanjutnya MSH mengemukakan:

“Metode zikir yang dilaksanakan setiap habis sholat khususnya sholat wajib”.<sup>119</sup>

Menurut informan lainnya, AH:

“Diamalkan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Kalau saya pribadi saya mengamalkan zikirnya setelah solat Subuh”.<sup>120</sup>

---

<sup>116</sup> Wawancara dengan UDR, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>117</sup> Wawancara dengan Kh.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>118</sup> Wawancara dengan saudara MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>119</sup> Wawancara dengan MHS, tanggal 25 Agustus 2017

<sup>120</sup> Wawancara dengan AH, tanggal 24 Agustus 2017

Hal serupa disampaikan oleh MDR :

“Tidak jauh berberda dengan pendapat Kh, AMA zikir diamalkan seperti sholat biasa saja, dan saya mengamalkannya setelah sholat Maghrib dan Subuh”.<sup>121</sup>

Sedangkan KHR menyatakan :

“Zikir yang diamalkan dalam tarekat ini dilakukan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, waktu pelaksanaannya khususnya sehabis sholat wajib, namun diamalkan ketika sholat sehabis sholat sunnah seperti sholat sunnah tahajud, istigharah dan sholat sunnah lainnya itu tambah lebih baik dan bagus lagi. Sedangkan kalau saya pribadi sesuai dengan kemampuan saya saya mengamalkannya setelah sholat Isya dan Subuh”.<sup>122</sup>

NYT menyatakan bahwa :

“Metode zikir yang diamalkan dalam tarekat ini dilaksanakan sebatas kemampuan jamaahnya setiap selesai sholat wajib, namun buat saya pribadi saya mengalkannya sama seperti Kh. Abdul Muntaqim Ahmad setiap selesai sholat maghrib dan subuh”.<sup>123</sup>

Hal senada juga dingkapkan oleh UDR:

“Saya pribadi mengamalkan zikir tersebut sehabis sholat Maghrib dan Subuh dengan metode seperti zikir pada biasanya”.<sup>124</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa zikir diamalkan setelah solat wajib, dan tidak memberatkan jamaah tarekat Syadzilyah minimal 100 kali dalam semalam dengan metode zikir seperti sholat biasa saja dan ada hizib-hizib tertentu.

## **2. Manfaat zikir bagi ketenangan jiwa**

a. Manfaat zikir terhadap pengendalian emosi

Seperti yang diungkapkan oleh KH.AMA :

<sup>121</sup> Wawancara dengan MDR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>122</sup> Wawancara dengan KHR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>123</sup> Wawancara saudara NYT, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>124</sup> Wawancara dengan UDR, tanggal 24 Agustus 2017

“Kalau ditanya pengaruh zikir bagi pengendalian emosi saya, ya tentu ada. Banyak manfaat zikir yang saya rasakan antara lain emosi saya berkurang, jiwa saya merasa tenang, semakin sabar dalam menjalani hidup, tidak mudah marah, tidak merasa gelisah, cemas, gundah ketika sedang diuji oleh-Nya dan semakin bersyukur atas nikmat-nikmat yang telah diberikan-Nya, intinya zikir mampu menghandel galau, gelisah, sedih, senang dan lain-lain.<sup>125</sup>

Senada yang diungkapkan oleh MCH :

“Setelah berzikir banyak manfaat yang saya rasakan terutama bisa menjadi penghandel jika saya dalam keadaan marah, sedih, susah dan senang selain itu jiwa saya lebih tenang dan semakin sabar, berlahan penyakit-penyakit hati sirna dan menghilang”.<sup>126</sup>

Sedangkan menurut MHS :

“Setelah berzikir banyak sekali manfaat dan pengaruhnya bagi emosi saya antara lain emosi saya semakin berkurang jiwa saya semakin tenang, semakin sabar, tidak gelisah, khawatir, panikan, gundah ketika di dapat ujian dari-NYA”.<sup>127</sup>

Sedangkan menurut AH :

“Salah satu fungsi zikir adalah agar hati kita menjadi tenang dalam segala kondisi, baik dalam keadaan sedih, marah, dan senang.”.<sup>128</sup>

Informan yang sama juga diungkapkan oleh MDR, KHR, NYT.

Mereka memberikan jawaban yang sama dengan ungkapan KH.AMA AH bahwa, dengan zikir bisa mengurangi emosi seperti marah, senang dan susah, serta menjadikan jiwa tenang dan menjadikan diri semakin sabar, bersyukur kepada Allah.<sup>129</sup>

UDR juga menyatakan :

“Ya bagi saya zikir sangat berpengaruh dan bermanfaat bagi pengendalian emosi saya, dengan kita selalu berzikir kepada Allah maka

<sup>125</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>126</sup> Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>127</sup> Wawancara dengan MHS, tanggal 25 Agustus 2017

<sup>128</sup> Wawancara dengan AH, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>129</sup> Wawancara dengan MDR, KHR DAN NYT, tanggal 26 Agustus 2017

dengan sendirinya emosi kita akan berkurang serta menjadikan diri kita menjadi orang yang penyabar”.<sup>130</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa zikir bisa dijadikan sebagai penghandel emosi, seperti marah, sedih, susah dan senang, jiwa menjadi tenang, sabar dan selalu bersyukur kepada Allah SWT.

b. Manfaat zikir dalam menghilangkan penyakit-penyakit hati

Menurut KH.AMA :

“Zikir yang diamalkan bertujuan mendekatkan diri kepada Allah, ketika hati kita berzikir kepada Allah, tentu penyakit-penyakit hati akan lenyap, sirna dan hilang karena zikir yang kita lakukan benar-benar karena Allah SWT”.<sup>131</sup>

Sedangkan MHC mengungkapkan :

“Ya zikir yang diamalkan tujuannya untuk mendekatkan diri kepada Allah jika ia dekat dengan Allah maka penyakit hati akan menjauh dari kita”.<sup>132</sup>

Sedangkan MHS menyatakan :

“Tentu menghilangkan penyakit-penyakit hati seperti iri, dengki, sombong, *ujub*, *riya*’ dan lain-lain yang bersifat negatif itu perlahan akanmenghilang”.<sup>133</sup>

Sedangkan menurut AH :

“Ketika hati kita terus berzikir kepada Allah tentu penyakit-penyakit hati yang hinggap dalam hati akan hilang. Karena hati yang

<sup>130</sup> Wawancara dengan UDR, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>131</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>132</sup> Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>133</sup> Wawancara dengan MHS, tanggal 26 Agustus 2017

senantiasa berzikir tentu lebih bersih dari pada hati yang tak pernah mengingat Allah SWT.<sup>134</sup>

Senada dengan ungkapan MDR dan AH bahwa dengan berzikir hati menjadi bersih sehingga penyakit hati hilang dan zikir menjadi obat bagi penyakit-penyakit hati tersebut.

Sedangkan menurut KHR:

“Dengan kita terus berzikir kepada Allah tentu penyakit-penyakit hati akan hilang, dan semakin menguatkan rasa keimanan dan ketakwaan kita kepada Allah SWT.<sup>135</sup>

Selanjutnya NYT mengemukakan:

“Ketika hati kita terus mengingat Allah maka berlahan penyakit-penyakit hati hilang dan sirna dalam diri saya”<sup>136</sup>

Hal senada juga diungkapkan UDR:

“Bahwa dengan mengamalkan zikir secara terus menerus dengan hati yang ikhlas karena Allah SWT, maka penyakit-penyakit hati akan mudah sirna dan hilang, ya bagi saya zikir sangat berpengaruh bagi pengendalian emosi saya, dengan kita selalu berzikir kepada Allah maka dengan sendirinya emosi kita akan berkurang serta menjadikan diri kita menjadi orang yang penyabar”<sup>137</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa dengan selalu berzikirullah kepada Allah SWT, bisa menetralsir emosi seperti marah, susah, senang serta menjadi pengobat hati dari penyakit-penyakit hati seperti iri, dengki, takabbur, riya dan penyakit hati lainnya.

- c. Manfaat zikir dalam mengatasi kecemasan, kegalauan, kegelisahan, dan kesedihan.

<sup>134</sup> Wawancara dengan AH, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>135</sup> Wawancara dengan KHR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>136</sup> Wawancara dengan NYT, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>137</sup> Wawancara dengan UDR, tanggal 24 Agustus 2017

KH.AMA mengatakan:

“Yang namanya manusia itu pasti ada saatnya mereka merasa sedih, gaau, gelisah, dan itu manusiawi. Tapi Alhamdulillah banyak sekali kelebihan-kelebihan yang dirasakan selama mengamalkan zikir tersebut seperti mampu menghandel rasa galau, cemas, gelisah, sedih dan senang”<sup>138</sup>

Sedangkan MCH berkata:

“Kecemasan, kegalauan, kegelisahan serta kesedihan masih dirasakan namun karena penyelesaiannya dengan melakukan hal-hal yang positif dan selalu berzikrullah insya Allah berlahan rasa cemas, gelisah, galau dan sedih itu sirna dan menghilang dan merasa lebih sabar”<sup>139</sup>.

Informan lainnya MSH mengungkapkan:

“Sudah tidak ada lagi merasakan cemas, gelisah, dan lain-lain karena alasannya disaat kita mengamalkan zikir tersebut Allah selalu menambah kelancaran dalam segala urusan dengan sepotong ungkapan dalam A-Qur’an surah Al-Fatihah yang bunyinya begini *iyya kana ’budu waiyya kanata ’in*”.

Senada dengan pendapat (KH, AMA DAN AH) MDR juga mengungkapkan:

“Rasa cemas, galau, gelisah dan sedih adalah sesuatu yang manusiawi akan tetapi ketika seseorang terus menerus berzikrullah dengan mudah ia menyikapi hal-hal tersebut, ia akan pasrah kepada Allah yang mana ia akan pandai dalam menyelesaikan segala masalah”<sup>140</sup>.

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa manfaat zikir mampu menetralsir rasa cemas, galau, gelisah dan sedih dalam jiwa seseorang.

d. Manfaat zikir dengan hubungan spiritualitas dengan Allah

KH.AMA mengatakan :

“Banyak sekali manfaat zikir yang dirasakan setelah mengamalkan ajaran dari tarekat ini adapun kenikmatan-kenikmatan atau manfaat yang

<sup>138</sup>Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>139</sup>Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>140</sup>Wawancara dengan MDR, tanggal 26 Agustus 2017

diberikan oleh Allah SWT yang dirasakan seperti semakin mendekati dengan Allah, semakin meningkatkan rasa keimanan dan ketaqwaan kepada Allah, tambah beriman kepada Allah, tambah yakin dan percaya kepada Allah, semakin ikhlas, ridha, pasrah dengan ketentuan Allah, dan semakin rajin beristighfar kepada Allah”.<sup>141</sup>

Sedangkan menurut MCH :

“Lebih merasakan makna dari arti hidup yang sesungguhnya merasakan bahwa selain Allah itu palsu semakin mendekati diri kepada Allah semakin taat dan taqwa kepada Allah SWT”.<sup>142</sup>

MHS mengungkapkan

“Merasakan tenang, meningkatkan rasa keimanan dan ketauhidan kepada Allah dan menambah amalan-amalan ibadah lainnya seperti sholat dhuha, tahajut dan lain-lainnya”.<sup>143</sup>

Sedangkan AH mengungkapkan :

“Banyak sekali kenikmatan-kenikmatan yang dirasakan salah satunya adanya ketenangan serta keyakinan-keyakinan kepada Allah yang bertambah”.<sup>144</sup>

Sedangkan MDR juga berkata :

“Mengenai manfaat dirasakan tentu banyak sekali kenikmatan-kenikmatan yang dirasakan ketika kita selalu zikrullah kepada Allah SWT antara lain merasakan ketenangan dalam hidup, semakin taat, taqwa dan tawadhu’, serta semakin menambah keyakinan-keyakinan kepada Allah SWT”.<sup>145</sup>

Sedangkan KHR mengatakan :

---

<sup>141</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>142</sup> Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>143</sup> Wawancara dengan MHS, tanggal 25 Agustus 2017

<sup>144</sup> Wawancara dengan AH, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>145</sup> Wawancara dengan MDR, tanggal 26 Agustus 2017

“Banyak sekali, antara lain merasakan ketenangan dan kedamaian dalam menjalani hidup dan semakin menambah keimanan dan ketauhidan kepada Allah SWT serta semakin memperkuat zikrullah kepada Allah SWT”.<sup>146</sup>

NYT juga berpendapat :

“Manfaat yang dirasakan iaah semakin dekat dengan Allah, semakin rajin zikrullah, tambah taat, taqwa, ikhlas, ridha dan tawaduk kepada Allah SWT”.<sup>147</sup>

UDR juga mengungkapkan :

“Tentu banyak sekali manfaat yang saya rasakan setelah mengamalkan zikir dalam tarekat ini, disini saya merasakan adanya ketenangan dalam jiwa, semakin menguatkan keimanan, ketaatan dan ketakwaan kepada Allah SWT”.<sup>148</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa selama mengamalkan zikir. Jamaah tarekat Syadziliyah tersebut, banyak memperoleh manfaat spiritulitas semakin mendekatkan diri kepada Allah, semakin meningkatkan rasa keimanan, ketauhidan, ketaatan, ketaqwaan, ketawadhu'an dan semakin menambah keyakinan dan kepercayaan kepada Allah, dan semakin pasrah dan ridha atas semua ketentuan Allah SWT.

e. Manfaat zikir terhadap dorongan jiwa untuk meningkatkan ibadah

Menurut KH.AMA :

“Ya itu pasti ketika kita selalu mengingat Allah maka dorongan-dorongan untuk beribadah kepada-Nya semakin kuat dan bertambah karena itulah salah satu tujuan dari zikrullah yaitu semakin mendekatkan diri kepada Allah, semakin meningkatkan amalan ibadah, baik itu (ibadah mahdoh maupun ghairu mahdoh), memperbanyak sholat sunnah.”<sup>149</sup>

<sup>146</sup> Wawancara dengan saudara KHR, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>147</sup> Wawancara dengan NYT, tanggal 26 Agustus 2017

<sup>148</sup> Wawancara dengan saudara UDR, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>149</sup> Wawancara dengan KH.AMA, tanggal 24 Agustus 2017

Sedangkan MHC mengungkapkan :

“Ya selain zikir bermanfaat untuk mengatasi emosi, dan penyakit-penyakit hati sesuai dengan tujuannya yaitu berada sedekat mungkin dengan Allah SWT dan sangat mendorong jiwa untuk selalu memperbaiki kualitas ibadah”<sup>150</sup>.

Tidak jauh berbeda dengan jawaban di atas AH, Juga mengatakan hal yang serupa ketika kita senantiasa berzikir kepada Allah tentu memberikan dorongan dalam hati untuk selalu memperkuat untuk mengamalkan agama dengan sebaik-baik mungkin.”

MDR juga mengemukakan:

“Tentu dengan terus berzikrullah akan selalu mendorong jiwa untuk selalu memperbaiki kualitas ibadah, (ibadah mahdhoh ataupun ghairu mahdhoh)”<sup>151</sup>.

Selanjutnya KHR mengatakan:

“Dengan terus mengamalkan zikir serta memperbanyak istighfar kepada Allah akan selalu mendorong jiwa saya untuk selalu meningkatkan amalan-amalan/ibadah-ibadah agar bisa berada sedekat-dekatnya dengan Allah SWT”<sup>152</sup>.

Demikian juga menurut NYT:

“Sesuai dengan tujuan dari zikir itu sendiri agar berada sedekat mungkin dengan Allah, tentu sangat kuat sekali naluri untuk semakin meningkatkan rasa iman, taat, tauhid dan ketawadhu’an kepada Allah serta memperbaiki kualitas amaliyah-amaliyah kebaikan dalam kehidupan sehari-hari”<sup>153</sup>.

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa dengan selalu mengingat Allah maka manfaat yang dirasakan oleh jamaah tarekat

---

<sup>150</sup> Wawancara dengan MHC, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>151</sup> Wawancara dengan MDR, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>152</sup> Wawancara dengan KHR, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>153</sup> Wawancara dengan NYT, tanggal 24 Agustus 2017

Syadziliyah adalah semakin meningkatkan kualitas amaliyah-amaliyah kebaikan, ibadahnya dan semakin menguatkan rasa keimanan, ketaatan, ketaqwaan, ketawadhu'an serta semakin mendekatkan diri kepada Allah SWT.

f. Manfaat zikir terhadap jiwa dalam merespon perilaku orang lain

Seperti yang disampaikan oleh KH.AMA dan AH:

“Ketika kita selalu berzikir kepada Allah tidak hanya ketenangan dan dekat dengan Allah yang dirasakan namun kepribadian kita juga berlahan semakin membaik, seperti ketika orang lain menghina dan menjelek-jelekan, kita tak perlu membalas cukup doakan saja semoga Allah memberikan hidayah kepada orang tersebut. Selain itu menjadi lebih toleran terhadap sesama, saling menyayangi dan menghargai terhadap sesama, selalu berhusnudzon kepada orang lain dan selalu ingin berbuat baik kepada orang lain”<sup>154</sup>

Hal senada juga diungkapkan oleh MCH:

“Dengan selalu berzikir kepada Allah akan menjadikan diri kita lebih baik lagi, baik dalam diri maupun dalam sikap dan kesosialan kita terhadap keluarga, rekan kerja dan semua orang yang ada di sekeliling kita.”<sup>155</sup>

MDR mengemukakan:

“Zikir tidak hanya memberikan ketenangan jiwa, namun membentuk kepribadian/ahklak seseorang menjadi lebih baik, baik itu ahklak terhadap diri sendiri maupun ahklak terhadap orang lain serta mempunyai rasa belas kasihan terhadap orang lain.”<sup>156</sup>

Sedangkan NYT juga mengatakan:

“Karena sesuai dengan tujuan zikir itu sendiri menjadikan diri semakin dekat dengan Allah, memberikan ketenangan jiwa, dan tentu

<sup>154</sup> Wawancara dengan KH.AMA, dan AH pada tanggal 24 Agustus 2017

<sup>155</sup> Wawancara dengan MCH, tanggal 24 Agustus 2017

<sup>156</sup> Wawancara dengan MDR, tanggal 24 Agustus 2017

sikap dan kepribadian pun akan ikut tambah lebih baik, terutama perilaku kita terhadap orang lain semakin saling menyayangi dan menghargai, semakin meningkatkan rasa toleransi terhadap sesama, dan selalu ingin menambah kebaikan kepada orang lain dan mudah memaafkan kesalahan orang lain .”<sup>157</sup>

Tidak jauh berbeda dengan pendapat NYT, UDR mengemukakan:

“Bahwa dengan mengamalkan zikir secara terus menerus akan menjadikan perilaku menjadi lebih baik, tidak mudah marah, lebih mudah memaafkan, mempunyai rasa toleransi terhadap sesama, saling menyayangi satu sama lain, dan selalu ingin berbuat kebaikan dalam kehidupan sehari-hari, tidak mudah su’udzon kepada orang lain dan masih banyak lagi kebaikan-kebaikan lainnya”.<sup>158</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa dengan mengamalkan zikir terus menerus akan menjadikan perilaku atau akhlak jamaah tarekat Syadzilyah menjadi lebih baik, lebih toleran terhadap sesama, mudah memaafkan kesalahan orang lain, selalu berhusnudzon kepada orang lain dan selalu ingin membantu orang lain ketika sedang susah serta mempunyai rasa belas kasihan terhadap sesama.

### C. Pembahasan hasil penelitian

Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan telaah dokumentasi, maka selanjutnya peneliti akan melakukan analisis terhadap hasil penelitian dalam bentuk deskriptif-analisis. Dalam menganalisis penelitian, peneliti akan menginterpretasikan hasil wawancara peneliti dengan beberapa informan tentang manfaat zikir bagi ketenangan jiwa (pada jamaah tarekat di pondok pesantren Hidayatu Mubtadhi-Ien kota

---

<sup>157</sup> Wawancara dengan NYT, tanggal 26 agustus 2017

<sup>158</sup> Wawancara dengan UDR, tanggal 26 agustus 2017

Bengkulu”, dan membandingkan serta menganalisisnya berdasarkan kerangka teori yang ada.

Mencermati kembali hasil penelitian di atas, maka pembahasan mengenai tentang pemahaman jamaah tentang manfaat zikir bagi ketenangan jiwa dapat dideskripsikan sebagai berikut :

1. Makna zikir

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa informan, dapat diketahui bahwa jamaah tarekat Syadziliyah telah memahami dengan baik tentang makna zikir. Zikrullah merupakan upaya seseorang dalam meraih ketenangan jiwa dan mendekatkan diri kepada Allah dengan tujuan agar bisa berada dekat kepada Allah. Zikir itu mengingat, dalam artian bukan sebatas bacaan *tasbih, tahmid dan tahlil* saja namun hakekatnya lebih dari itu. Yang dimaksudkan dengan mengingat disini ialah ingat kepada Allah dalam suka maupun duka, baik dalam melakukan ibadah atau tidak (ibadah mahdhoh atau ghairu mahdhoh), baik secara ucapan maupun perbuatan seseorang itu selalu hati-hati dalam menjalani kehidupan ini agar bisa menjadi yang tedekat dengan Allah SWT. Jamaah tarekat Syadziliyah pada dasarnya memahami dengan baik tentang esensi zikir tersebut. Berdasarkan hasil wawancara tersebut sama halnya dengan teori yang dikemukakan, Achmad Mubarak beliau

mengatakan baha zikir ialah kesadaran merasa berhubungan dengan Allah, sehingga zikir adalah aktivitas mental bukan aktivitas mulut saja.<sup>159</sup>

## 2. Metode zikir yang diamalkan dalam tarekat Syadziliyah

Metode adalah cara yang dilakukan seseorang untuk mencapai sesuatu yang diinginkan. Apabila kita ingin mencapai sesuatu tentu harus ada metode yang digunakan. Demikian juga halnya ketika seseorang ingin mencapai puncak kedekatan dengan Allah SWT, harus punya metode agar bisa berada sedekat mungkin dengan Allah SWT.

Jamaah tarekat Syadziliyah bertujuan dan punya keinginan agar bisa berada sedekat-dekatnya kepada Allah. Mereka bertasawuf serta masuk dan mengamalkan ajaran dan amalan yang diajarkan dari tarekat Syadziliyah. Dalam bertarekat itu kental sekali dengan amalan zikir, dengan zikir ini jamaah tarekat dapat meraih ketenangan jiwa dan bisa dekat dengan Allah SWT. Adapun metode zikir yang mereka amalkan ialah zikir *jahar* dimana zikir ini melalui ucapan dan disadari oleh hati. Zikir ini diamalkan seperti sholat biasa, zikir ini dilakukan ketika sehabis sholat wajib, dan dilakukan semampu jamaah namun tidak kurang dari 100 kali baik dalam membaca *subhanaullah, Alhamdulillah, laa ilaha illallah* dan tentu ada hizib-hizib tertentu yang diamalkan dalam tarekat ini.

## 3. Manfaat zikir terhadap pengendali emosi jamaah tarekat Syadziliyah

Manusia dan jin diciptakan oleh Allah hanya semata-mata untuk beribadah kepada Yang Maha Kuasa. Untuk itu setiap manusia yang

---

<sup>159</sup> Mubarak Ahmad, *Pendakian Menuju Allah Bertasawuf Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, (Jakarta: Khazanah Baru, 2002), hlm, 187

dilahirkan ke dunia harus beribadah kepada Allah dengan sebenar-benarnya ibadah. Dalam kaitan ini zikir adalah ladang utama agar kita bisa menjadi hamba yang beriman, taat serta taqwa kepada Allah SWT. Jamaah tarekat Syadzilyah merasakan manfaat zikir terhadap ketenangan emosi, dengan cara terus menerus mengingat Allah. Banyak sekali pengaruh dan manfaat zikir yang mereka rasakan selama menjadi jamaah tarekat. Dengan selalu berzikir kepada Allah, emosi semakin berkurang, dan menjadi pengendali emosi ketika marah, sedih, senang, dan susah. Dengan zikir jiwa merasa tenang, tentram serta damai, semakin sabar baik dalam mendapatkan cobaan dari-Nya. semakin kuat rasa keimanan-Nya serta keyakinan-kenyakinan kepada Allah SWT.

#### 4. Manfaat zikir bagi hubungan spiritualitas dengan Allah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa informan, dapat diketahui bahwadengan selalu bezikir kepada Allah, yakni zikir yang tidak hanya identik dengandengan ucapan-ucapan *tasbih, tahmid dan tahlil* saja, namun mencakup semua ibadah, baik ibadah sholat, puasa, bersedekah ucapan dan perbuatan dan lain-lainnya,mereka seamkindekat dengan Allah. Zikir juga meningkatkan rasa keimanan, ketaatan dan ketaqwaan kepada Allah, tambah beriman kepada Allah, tambah yakin dan percaya kepada Allah, semakin ikhlas, ridha, pasrah dengan ketentuan Allah, dan semakin rajin beristighfar kepada Allah SWT, serta semakin tawadhu' kepada-Nya.

#### 5. Manfaat zikir terhadap dorongan jiwa untuk meningkatkan ibadah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa informan, dapat diketahui bahwa dengan berzikir secara terus menerus kepada Allah SWT serta mengamalkan hakekat zikir, jamaah tarekat Syadziliyah semakin meningkat keimanan, ketauhidan dan ketaqwaan kepada Allah SWT. Mereka semakin rajin mengamalkan ibadah wajib maupun sunnah, ibadah mahdhoh ataupun ghairuh mahdhoh serta selalu berkeinginan untuk memperbaiki kualitas ibadah dalam kehidupan sehari-hari, agar bisa berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Menurut mereka, semua ini juga menumbuhkan akhlakul karimah, seperti menjadi manusia yang saling menyayangi antar sesama, menjadi lebih toleran diantara perbedaan yang ada, selalu berprasangka baik kepada Allah dan sesama manusia dan mempunyai rasa belas kasih serta tolong menolong antar sesama manusia, selalu ingin berbuat kebaikan hidup sederhana dan tidak haus dan rakus akan kemewahan dunia. Karena itulah tujuan dari hakekat zikir yang sebenarnya.

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut sama halnya dengan teori yang dikemukakan oleh, Al-Ghazali, mengenai konsep/defiisi ketenangan jiwa adalah sebagai berikut :

e. Akhlak yang Baik dan Akhlak yang Buruk

Ketahuilah jiwa/nafsu memiliki sifat-sifat buruk yang mesti disingkirkan. Jika sifat-sifat buruk itu telah disingkirkan, ia akan sampai pada kebahagiaan yang abadi dan berada di sisi Allah Swt. Ketahuilah jiwa/nafsu memiliki sifat-sifat buruk yang mesti disingkirkan. Jika sifat-

sifat buruk itu telah disingkirkan, ia akan sampai pada kebahagiaan yang abadi dan berada di sisi Allah Swt.<sup>160</sup>

f. Mengenali Cacat/Aib Diri Sendiri

1. Ada beberapa cara untuk mengetahui dan mengenali cacat diri sendiri. *Pertama*, duduk di depan salah seorang syekh dan menyibukkan diri dengan apa yang diperintahkannya. Melalui cara ini ia mendapatkan *kasyf* dari gurunya. Ia bisa mengetahui dan mengenali cacat dan penyakit dirinya melalui gurunya. Ini merupakan cara yang paling tinggi.
2. *Kedua*, Mencari teman saleh yang memahami rahasia masalah ini, berteman dengan nya dan menjadikannya sebagai pemeriksa diri agar bisa memperhatikan keberadaan dirinya dan mengingatkannya akan cacat dirinya. Cara inilah yang ditempuh para imam yang mulia<sup>161</sup>.
3. *Ketiga*, Jika kau tidak mendapatkan seseorang teman yang baik yang dapat menunjukkan aibmu, dengarkanlah bisikan dan ucap orang-orang yang dengki. Jangan membenci dan menjauhi orang-orang yang dengki, karena mereka akan menunjukkan aib dan cacat dirimu. Dengan begitu, kau akan mendapatkan faedah dari mereka, jangan marah apalagi membenci, karena aib bagaikan ular dan kalajengking yang akan menyengatmu<sup>162</sup>

---

<sup>160</sup> Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin* (Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi, 2016), hlm. 339

<sup>161</sup> Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 344

<sup>162</sup> Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 345

g. Indikasi Akhlak yang Baik

Allah Swt berfirman :<sup>163</sup>

رَضُونَ اللَّغْوَ عَن هُمٍ وَالَّذِينَ خَشِعُوا صَلَاتِهِمْ فِي هُمِ الَّذِينَ الْمُؤْمِنُونَ أَفْلَحَ قَدْ  
 أَزَوْا جِهَهُمْ عَلَى إِلَّا حَفِظُونَ لِفُرُوجِهِمْ هُمِ وَالَّذِينَ فَعَلُوا لِلزَّكَاةِ هُمِ وَالَّذِينَ مَع  
 الْعَادُونَ هُمِ فَأُولَئِكَ ذَٰلِكَ وَرَاءَ أَتَى فَمِنْ مَلُومِينَ غَيْرِ فَإِنَّهُمْ أَيْمَنَهُمْ مَلَكَتْ مَا أَوْ  
 لَتَيْكَ تَحْفَظُونَ صَلَوَاتِهِمْ عَلَى هُمِ وَالَّذِينَ رَاعُونَ وَعَهْدِهِمْ لِأَمْنَتِهِمْ هُمِ وَالَّذِينَ  
 الْوَارِثُونَ هُمِ أَوْ

“*Sungguh beruntung orang yang beriman, yaitu orang yang khusyuk dalam shalatnya, dan orang yang menjauhkan diri dari (perbuatan dan perkataan) yang tiada berguna, dan orang yang menunaikan zakat, dan orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap istri mereka atau budak mereka. Maka, sesungguhnya mereka dalam hal ini tiada tercela. Barang siapa mencari yang dibalik itu maka mereka itulah orang yang melampaui batas. Dan orang yang memelihara amanat-amanat (yang dipikulnya) dan janjinya, dan orang yang memelihara shalatnya. Mereka itulah para pewaris*”. (Q.S. al-Mukminun [23]: 1-10).

h. Memenuhi Syarat Berkeinginan

ada beberapa syarat yang harus dipenuhi:

- 4) Menghilangkan tabir yang terdiri atas empat macam yaitu, harta, pangkat, taklid, dan maksiat. Untuk menghilangkan tabir harta, kau harus memberikan dan membagikannya. Tabir pangkat bisa diangkat dengan meninggalkan tanah air dan apapun yang membuat dirinya terkenal sehingga ia menjadi orang yang tawaduk. Tabir maksiat dapat diangkat dan dihilangkan dengan

<sup>163</sup> Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, hlm, 342

menjalankan ketaatan, menyesali dosa yang pernah dilakukan (bertobat).

- 5) Kalau keempat hal diatas sudah dilakukan, berarti ia ibarat orang yang berwudhu, menghilangkan hadas dan najis, menutup aurat, dan siap untuk mendirikan shalat.
- 6) Diam. Syarat berikutnya adalah diam yang ditempuh dengan cara uzlah dan khalwat (menghindari keramaian). Dan semangat berbicara kepada hati, secara khusus bagi orang yang merasakan suatu ilmu merupakan suatu sikap yang luhur<sup>164</sup>.

---

<sup>164</sup>Imam Ghazali, *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*,..., hlm. 353.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian dan paparan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan berikut:

Secara umum zikir sangat bermanfaat bagi ketenangan jiwa para jamaah tarekat Syadziliyah di pondok pesantren Hidayatul Mubtadhi-Ien kota Bengkulu. Sedangkan dalam kaitannya dengan manfaat zikir pertama, zikir sangat bermanfaat bagi pengendalian emosi, dengan selalu berzikir kepada Allah, emosi semakin berkurang, dan menjadi pengendali ketika marah, sedih, senang susah dan gelisah. Jiwa merasa tenang, tentram serta damai, semakin sabar. Kedua, zikir sangat bermanfaat bagi hubungan spiritualitas dengan Allah, dengan selalu berzikir kepada Allah, mereka semakin dekat dengan Allah, semakin meningkatkan rasa keimanan, ketaatan, dan ketaqwaan kepada Allah, tambah beriman, tambah yakin dan percaya, semakin ikhlas, ridha dan pasrah dengan ketentuan Allah dan semakin rajin beristighfar kepada Allah SWT, serta semakin tawaghu' kepada-Nya. Ketiga, Dengan mengamalkan zikir terus menerus semakin meningkatkan dorongan hati jamaah tarekat Syadziliyah untuk terus memperbaiki kualitas ibadah baik ibadah mahdhoh maupun ghairu mahdhoh, serta memperbaiki kualitas amaliyah dalam kehidupan sehari-hari, agar bisa berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Sehingga melahirkan akhaqu karimah, seperti menjadi manusia lebih baik lagi,

saling menyayangi antar sesama, menjadi sabar, lebih pemaaf, lebih toleran diantara perbedaan yang ada, selalu berhusnudzon kepada Allah dan sesama manusia, mempunyai rasa belas kasih, serta tolong menolong antar sesama manusia, hidup sederhana dan tidak haus dan rakus terhadap kegemerlapan dan kemewahan dunia (zuhud).

## **B. Saran**

### **1. Bagi jamaah**

Zikir berarti mengingat dalam artian ingat kepada Allah dalam suka maupun duka, baik dalam ibadah ataupun tidak (ibadah maghdho atau ghairuh maghdho), baik lisan maupun perbuatan semuanya harus ingat kepada Allah SWT. zikir tidak hanya sebatas ucapan-ucapan seperti tasbih, tahmid dan tahlil saja nanun ibadah- ibadah yang lain seperti sholat, puasa, zakat, infak, sodaqoh berbuat kebajikan dan amal-amal ibadah yang lainnya merupakan bentuk zikrullah kita kepada Allah. zikir akan bermanfaat jika diamalkan dengan lisan dan diamalkan dan perbuatan dalam kehidupan sehari-hari.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Pada penelitian ini hanya sebatas kepada manfaat zikir bagi ketenangan jiwa. Masih bnyak sekali peluang yang bisa di teliti sepertiaktualisasi zikir dalam kehidupan berumah tangga para jamaah terekat, dan lain-lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaki, Bakran. 2006. *Hamdani, Konselingdan Psikoterafi Islam*. Yogyakarta: PT Fajar Pustaka Baru
- Ahmad, Mubarak. 2002. *Pendakian Menuju Allah Bertaswuf Dalam Kehidupan Sehari-Hari*. Jakarta: Khazanah Baru
- Akbar, Ali dan Abdullah. 2016. *Amalan Penyuci Hati*, Cet.1. Jakarta: Qultum Media
- Ali, Yunasril. *Jalan Kearifan Sufi, Tsawuf Sebagai Terafi Derita Manusia*, Cet 1. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta
- Al-Gazali, Imam. 1984. *Ihya Ulmuddin Bab Ajaibul Qalbiterj. Ismail Yakub*. Jilid 4. Jakarta: Tirta Mas
- \_\_\_\_\_. 2016. *Intisari Ihya' 'Ulumiddin*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi
- Al-Qusyairi, An-Naisabury Abul Qasim. 1996. *Risalatul Qusyariyah, Induk Ilmu Tasawuf*. Surabaya: Risalah Gusti
- Al-Islam. 1987. *Muamalah dan Akhlak*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Al-Kurdi, Syaikh Muhammad Amin. 2003. *Zikir Hati, Lorong Cahaya Para Sufi*, Cet, 1. Surabaya: Hikmah
- Ansari, Zafar Afaq. 2003. *Al-Quran Bicara Tentang Jjiwa*. Cet.1. Bandung: Arasy
- Anshori, Afif. 2013. *Dzikir dan Kedamaian Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Anwar, Marzani. 2007. *Sufi Perkotaan, (Menguak Fenomena Spiritualitas di Tengah Kehidupan Modern)*, Cet, ke-1. Jakarta: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama Jakarta
- Arianto, Erwin. 2017. *Ketenangan Jiwa*. Dikutip dari [Http: //Www. Artikel-Indonesia. Co.Cc](http://www.Artikel-Indonesia.Co.Cc) Pada Tanggal 2 April 2017 pukul 15.25 WIB
- Arikunto, Saiffudin. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bastaman, Hana Djumhana. 2001. *Intergrasi Psikologi dengan Islam*, Cet. III. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Bungin, Burhan. 2015. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Wali Pers
- Cholid, Narbuko, dan Abu Ahmad. 2007. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Darajat, Zakiah. 1982. *Kesehatan Mental*, Cet.9. Jakarta: Gunung Agung
- El-Saha, M. Ihson.2005. *Sketsa Al-Qur'an: Tempat, Tokoh, Nama dan Istilah Dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Lista Fariska Putra
- Franger, Robert. 1999. *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati, Diri, Jiwa*, cet.1. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta
- Herdiansyah, Haris. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika
- Irwanto, Dkk. 1998. *Psikologi Umum*. Jakarta: Gramedia
- Iskandar. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*, Jakarta: Gaung Persada Press
- Jamil. 2013. *Ahlak Tasawuf*, Cet. 1. Ciputat: Referensi
- Jabral, Syekh Ibnu –Rummi. 2007. *Mendaki Tangga Mak'rifat*. Jakarta: Mitrapres
- Khalid, Amru. 2006. *Hati Sebening Air*. Solo: PT Aqwam Media Profetika
- Mashuri,A. Aziz. 2011. *Ensiklopedi 22, Aliran Tarekat Dalam Tasawuf*. Surabaya: INTIYAZ
- Moleong, Lexy J. 2001. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Mubarok, Achmad. 2000. *Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern, Jiwa Dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Paramadina
- Ngarjuk, Munawir Kertosono dan Sholeh Bahruddin. *Silabus Salikin/Ensiklopedi Thariqah/Tasawuf*, (Sengon Agung Puwosari Pasuruan: Pondok Pesantren Ngalah)
- Pujiastuti, Triyani. 2012. *Metode Psikoterapi Sufistik Abah Anom*. Tangerang Selatan :YPM
- Rajab, Khairunnas. 2011. *Psikologi Ibadah, Memakmurkan Kerajaan Ilahi di Hati Manusia*, cet. 1. Jakarta: Amzah

- Rohimin. *Tafsir di Indonesia dan Upaya Pengembangan Metode Tafsir Kontemporer*. (Makalah disampaikan pada acara seminar nasional Orientasi Metodologi Penafsiran Al-Qur'an himpunan mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu)
- Rusli, Ris'an. 2013. *Tasawuf dan Tarekat*. Jakarta: Rajawali Pers
- Solihin dan Rosihin Anwar. 2002. *Kamus Tasawuf*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya
- Sulaiman, Rhusdi. 2007. *Pengantar Metodologi Penelitian Dasar*, Cet. 1. Surabaya: Perpustakaan Nasional R.I
- Suskha, Alam. *Konsep Zikir Dalam Perspektif Al-Qur'an*, Skripsi Sarjana, Program Study Tafsir Hadist, Jurusan Usuludin, STAIN Kota Bengkulu
- Sya-nun. 1994. *Ensiklopedia Islam*, Cet.3. Jakarta: PT Intermansa Ichtar Baru Van Hoeve
- Syukur, Amin. 2003. *Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- \_\_\_\_\_. 2012. *Terapi Hati*. Jakarta: PT Glora Aksara Pratama
- Wardah, Abu Bin Askat. 2000. *Wasiat zikir dan Doa Rosullah SAW*. Yogyakarta: Kreasi Wacana
- Zainul Bahri, *Tasawuf Mendamaikan Dunia*, (Erlangga : Gaprint, 2010)

## PEDOMAN WAWANCARA

### I. Identitas Responden

Nama : .....

Usia : .....

Pekerjaan : .....

### II. Daftar Pertanyaan

#### A. Pemahaman Jamaah Tarekat Syadziliyah Tentang Zikir

1. Apa makna zikir menurut Bapak?
2. Bagaimana metode zikir yang diamalkan dalam Tarekat Syadziliyah?

#### B. Manfaat Zikir Bagi Ketenangan Jiwa

1. Bagaimana manfaat zikir terhadap pengendalian emosi bagi Bapak?
2. Menurut Bapak, apakah ada manfaat zikir dalam menghilangkan penyakit-penyakit hati?
3. Bagaimana manfaat zikir dalam hubungan spiritualitas dengan Allah yang Bapak rasakan?
4. Dengan berzikir, apakah Bapak terdorong untuk senantiasa meningkatkan ibadah kepada Allah?
5. Apakah dengan berzikir timbul dalam jiwa Bapak untuk senantiasa merespon dengan baik terhadap perilaku orang lain?