# BAB IV

# ANALISIS DATA

## A. Analisis Kegiatan Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah

Didalam suatu lembaga keagamaan yang berupa tarekat ini, membina, membimbing, dan memelihara ibadah dhohir dan batin jama'ahnya, merupakan suatu kewajiban bagi seorang mursyid ataupun anggota yang diberi tugas tertentu, agar pencapaian terhadap tujuan utamanya dapat terwujud secara bersama yakni diridhoi dan dicintai, dekat dan ma'rifat dari pada Allah SWT. Dalam upaya memberikan pembinaan, bimbingan dan pemeliharaan ibadah dhohir maupun batin, tarekat ini mempunyai kegiatan yang tersusun dan dilaksanakan secara terus-menrus, yang didalamnya dapat digolongkan kedalam dua kategori, yang *pertama* amalan-amalan tarekat dan *kedua* ajaran-ajaran tarekat, keduanya dilaksanakan keduanya dikerjakan dan diamalkan bersama, dalam suatu kegiatan tertentu yang bersifat umum ataupun secara masing-masing ataupun dalam waktu-waktu tertentu yang bersifat khusus, masing-masing amalan didalam kegiatan tarekat mempunyai tujuan dan manfaat yang bermacam-macam.

Adapun beberapa bentuk kegiatan tersebut, diantaranya sebagaimana berikut:

1. Baiat



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pembai'atan adalah sebuah prosesi perjanjian, antara seorang murid terhadap seorang mursyid. Seorang murid menyerahkan dirinya untuk dibina dan dibimbing dalam rangka membersihkan jiwanya, dan mendekatkan diri kepada Tuhannya. Dan selanjutnya seorang mursyid menerimannya dengan mengajarkan dzikr talqin al-dzikr, kepadanya. Upacara pembai'atan merupakan langkah awal yang harus dilalui oleh seorang salik, khususnya seorang yang memasuki jalan hidup kesufian melalui tarekat.

Menurut para ahli tarekat "bai'at" merupakan syarat sahnya suatu' perjalanan spiritual (suluk)) Sufi besar Abu Yazid al-Bustami, berkata, yang artinya kurang lebih: "Barangsiapa yang tidak mempunyai guru , maka imamnya adalah setan".[129]

Dapat disimpulkan bahwa baiat merupakan langkah awal yang harus dilakukan oleh orang yang hendak melakukan pendakian spiritual, selain itu baiat kepada mursyid tarekat merupakan suatu usaha memperoleh bimbingan dan pemeliharaan hati dan jiwa dari orang yang diakui telah mencapai atau berada pada kedudukan spiritual yang tinggi dan secara kemampuan untuk membimbing juga telah diakui, agar tersucikan dari apa saja yang menghalagi kedekatan dengan Allah Swt, dan juga dengan baiat seseorang juga lebih selamat dari bimbingan syaitan yang menjerumuskan pada kesesatan dan kegagalan.

[129]http:jombang.nu.or.id/upacara-upacara-ritual-dalam-thariqah-qadiriyah-wa-naqsyabandiyah, diakses pada 29 januari 2017, pukul 20.00

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bai'at merupakan jalan ikatan yang sangat kuat antar seorang guru (mursyid) tarekat dengan muridnya. Kesadaran berbai'at mempunyai pengaruh yang cukup dalam terhadap jiwa seorang murid, kesadaran ini juga menjadikan seorang murid tarekat untuk menjaga segala perbuatan dan hatinya agar tetap sesuai dengan perintah guru. Hal itu juga dapat dilaksanakan pengikut tarekat dengan mencontoh akhlak dan budi pekerti mursyidnya yang merupakan duplikasi dari akhlak Rasulullah SAW dan para sahabatnya.

2. Dzikir

Dzikir di dalam tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah merupakan suatu amalan yang sangat ditekankan dalam upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT, hal itu terlihat dari banyaknya amalan yang bermuatan dzikir dalam setiap penyelenggaraan kegiatan-kegiatannya yang bersifat untuk umum (semua orang), dan juga dzikir yang telah di wajibkan untuk diamalkan jama'ah tarekat yang telah berbai'at disetiap waktu sholat.

Dzikir yang telah diselenggarakan dan diamalkan jama'ah sendiri diantaranya adalah dzikir Qadiriyah yang berupa bacaan kalimat *lailahaillalah* sebanyak 165 kali yang dilakukan dengan lisan dan dzikir Naqsyabandiyah berupa bacaan kalimat *Allah* 1000 kali dilakukan dengan hati, dalam pengamalan dzikir tersebut terdapat ketentuan dan tata cara tertentu yang harus dilakukan dengan konsentrasi penuh serta khusyuk, dzikir ini pada pelaksanaanya dilakukan oleh setiap jama'ah yang telah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

secara khusus berbaiat pada mursyid tarekat yang kemudian dinamakan murid setelah berbai'at, bai'at sendiri merupakan jalan ikatan yang sangat kuat antar seorang guru (mursyid) tarekat dengan muridnya. Kesadaran dan ketulusan berbai'at mempunyai pengaruh yang cukup dalam terhadap jiwa seorang murid, kesadaran ini juga menjadikan seorang murid tarekat untuk menjaga segala perbuatan dan hatinya agar tetap sesuai dengan perintah guru (mursyid).

Adapun dzikir lain yang menjadi kewajiban jama'ah yang telah berbai'at ialah dzikir khusyusiah yang diselenggarakan bersama dan dipimpin oleh beberapa imam khususy yang telah ditunjuk dan ditugaskan oleh sang mursyid. Sedangkan dzikir lainnya adalah dzikir istighosah dan amalan dzikir lainnya, yang biasanya dilakukan secara bersama-sama dalam satu majlis yang diikuti oleh jama'ah umum dalam artian yang telah berbai'at ataupun yang tidak melakukan bai'at.

Dikatakan didalam Al-Qur'an:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

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

Mengacu pada ayat ini, pemeliharaan dzikir di dalam tarekat secara tidak langsung merupakan suatu upaya untuk mengatasi ketegangan-ketegangan psikis orang yang mengikuti tarekat, dikarenakan dalam tatacara berdzikirnya memusatkan pada hati dan fikiran bahkan jiwa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan penuh kekhusyukan kepada Allah, sehingga menghilangkan aspek-aspek negatif yang berupa ketegangan dari segi fisik maupun psikis, yang kemudian seseorang dapat merasakan ketenagan jiwa dengan dzikir yang dilakukan.

Sedangkan Jiwa yang tenang (*muthmainnah*) adalah jiwa yang senantiasa mengajak kembali kepada fitrah Ilahiyah Tuhannya. Indikasi hadirnya jiwa yang tenang pada diri seseorang terlihat dari prilaku, sikap dan gerak-geriknya yang tenang, tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang, tepat dan benar. Ia tidak terburu-buru untuk bersikap apriori dan berprasangka negatif. Akan tetapi di tengah-tengah sikap itu, secara diam-diam ia menelusuri hikmah yang terkandung dari setiap peristiwa, kejadian dan eksistensi yang terjadi.[130]

Selain itu dikatakan pula didalam hadits:

لكل شيء صقالة وصقالة القلب ذكر الله

Artinya: *"bahwasahnya bagi tiap-tiap sesuatu itu ada alat untuk mensucikan dan alat untuk mensucikan hati itu ialah dzikrullah"*

Mengacu pada hadits tersebut, dapat disimpulkan dari banyaknya aktifitas dzikir yang diselenggarakan oleh tarekat, juga merupakan suatu bentuk pemeliharaan hati dari kekotoran hati itu sendiri, karena adanya kotoran hati akan sangat berpengaruh pada proses pencapaian-pencapaian mulia yang hendak dilakukan dalam kehidupan jama'ah yang mengikuti aktifitas tersebut, pada initinya upaya menghilangkan kekotoran hati amat

[130] Bakran Adz-Dzaky, HM. Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Jogyakarta: PT. Fajar Pustaka Baru, 2006), hlm. 458.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sangat ditekankan karena yang diakibatkan darinya cenderung tertuju pada arah negatif dan kesucian hati cenderung tertuju pada arah yang positif dalam kelangsungan hidup didunia dan akhirat.

3. Manaqib

Di dalam amalan bacaan manaqib bukan terbatas pada anggota tarekat saja akan tetapi juga diikuti masyarakat umum, dalam pengamalannya dipimpin oleh beberapa orang yang cara bacanya dilagukan dengan suara yang merdu.

Dalam pembacaan manaqib yang dilagukan dan dengan suara yang merdu sangat mempunyai pengaruh dalam kehusyukan orang yang mendengar dan mengikutinya. Dalam hasil wawancara yang dilakukan kepada Ustadz H. Abdur Rosyid beliau berpendapat mengenai cara baca manaqib, beliau mengatakan:

"Justru saya melihat ketika manaqiban, orang tertariknya ada tiga, *satu* Ketika istighasah, *dua* bacaan syair nasyid ibadallah dan ya arhamarrahimin, orang tertariknya disitu yang *ketiga* ketika dzikir, dzikirnya juga pakai lagu orang tertariknya juga justru disitu[131]

Selain mengenai cara baca dalam kegiatan manaqib, juga mengenai isi bacaan manaqib itu sendiri, dalam hasil wawancara dengan Ustadz Khoiri beliau mengatakan tentang manaqib itu sendiri, seperti berikut:

"Manaqib itu isinya sejarah tentang Syeikh Abdul Qadir Al-jailani, dimulai sejak kecil, yang didalamnya, berisi tentang pembahasan utusan

[131] Ustadz H. Abdur Rosyid, *wawancara*, 2 januari 2017

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah, kelahiran sang Syeikh, keilmuannya, tentang fakir miskin, tentang kekayaan, tentang menerima, tentang tidak gampang putus asa, dan lain sebagainya, pada intinya manaqib berisi tentang kemuliaan Syeikh Abdul Qadir Al-jailani, Untuk direnungkan dan dirasakan kelebihan dari Syeikh Abdul Qadir Al-jailani"[132]

Dari wawancara tersebut, penulis dapat menarik garis besarnya bahwa kegiatan manaqib yang dilaksanakan sebagai acara rutin, mempunyai cara yang khas dalam pembacaanya, yaitu dilagukan dengan suara yang amat merdu sehingga mendukung penghayatan dan kekhusyukan jama'ah dalam proses pengamalan manaqib, dan dalam proses memahami dan merenungi isi manaqib itu sendiri.

4. Pengajian

Pengajian ini dilaksanakan oleh tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah dalam waktu yang telah ditentukan, dan kegiatan pengajian ini merupakan kegiatan yang amat penting untuk dilakukan dan diikuti oleh jama'ah, karena didalamnya terdapat suatu bimbingan dan tununan dengan ilmu beserta penjelasan-penjelasannya, dari seorang mursyid ataupun orang yang ditugaskan dan diberi pertanggung jawaban untuk memberikan ilmu dan penjelasan-penjelasan, yang kemudian hal itu dapat memberikan pemahaman agama yang amat penting dan dalam, dan dari pemahaman agama yang amat dalam tersebut, berdampak pada cara hidup yang baik dan benar terhadap setiap orang yang mengikutinya,

[132] Ustadz Khoiri, *wawancara*, 21 januari 2017

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sehingga juga dapat menjadi pengantar bagi seseorang yang menerapkan dan mengamalkan pemahaman yang diperoleh, menjadi lebih dekat dan ma'rifat kepada Allah SWT dan juga akan lebih mudah memperoleh Rahmat, Ridlho dan Cinta Allah SWT.

Selain itu dalam kegiatan pengajian yang dilakukan juga terdapat suatu penjelasan-penjelasan mengenai bagaimana menyikapi sebuah problema yang ada dizaman modern, terkait cara pengatasian dan pencegahan terhadap hal-hal yang negatif, yang kemudian dapat menghasilkan suatu pemahaman dan terciptanya sebuah cara dalam diri jama'ah terkait apa yang harus dijauhi dan apa yang harus dilakukan agar terhindar dari dampak negatif, yang dihasilkan dari hal-hal negatif itu sendiri didunia hingga akhirat.

## B. Analisis Kontribusi Majelis Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah Terhadap Pengendalian Stress

Stres merupakan gejala psikis yang berupa tekanan-tekanan yang menyebabkan dampak-dampak didalam kehidupan, dampak tersebut dapat dikelompokan kedalam dua macam yakni psikis maupun fisik seseorang. Keduanya dapat dilihat dari perilaku yang timbul dan dari kondisi fisik yang diakibatkan. Stres dapat disebabkan oleh dua faktor yang dapat dikategorikan kedalam faktor internal dan faktor eksternal, Secara umum faktor internal adalah sebab terjadinya stress yang berasal dari dalam diri manusia itu sendiri, Sedangkan faktor eksternal adalah sebab terjadinya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

stress yang berasal dari luar diri seseorang, yang identik dengan lingkungan sekitar manusia. Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dalam proses terjadinya stres yang dialami seseorang.

Stres pada faktanya sangat banyak dialami oleh masyarakat dizaman modern saat ini, hal itu sebagai akibat dari tidak adanya keseimbangan didalam diri orang tersebut. Syayid Hossain Nashr mengatakan, kondisi manusia modern sekarang mengabaikan kebutuhan yang paling mendasar dan bersifat spiritual, mereka gagal menemukan ketentraman batin, yang berarti tidak ada keseimbangan dalam diri. Hal ini akan semakin parah apabila tekanannya pada kebutuhan materi semakin meningkat sehingga keseimbangan akan semakin rusak. Oleh karena itu manusia memerlukan agama untuk mengobati krisis yang dideritanya.[133]

Dalam permasalahan stress yang banyak dialami orang yang hidup dizaman sekarang ini, Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah telah memiliki peran penting dalam menangani dan mengatasi sebab-sebab terjadinya stress atau stress itu sendiri, dari dalam diri setiap insan, peran tersebut dapat dilihat dari upaya-upaya pemberian bantuan yang berupa bimbingan-bimbingan dalam setiap penyelengaraan pengajiannya, yang kemudian memberikan pemahaman-pemahaman dalam menjalani kehidupan setiap jama'ahnya, serta pemeliharaan terhadap jama'ahnya dengan ditetapkan dan diistiqamahkannya majlis-

[133] Makmum anshory, *problematika masyarakat modern*, blogspot.co.id. diakses pada pukul: 21.05, 25 januari 2017

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

majlis ilmu dan dzikir yang diselenggarakan sejak awal berdirinya hingga sampai saat ini.

Kemudian menurut hemat peneliti kontribusi yang dapat menjadi suatu pengendalian stres dari lembaga keagamaan Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah dapat disimpulkan yakni dari amalan dzikir, dan ajaran akhlak. Dari kontribusi tersebutlah yang memberikan dampak positif pada jama'ah, lebih jelasnya dapat dilihat pada pembahasan berikut:

**1. Kontribusi Pengendalian Stress Dengan Amalan Dzikir**

Dalam mengemban amanah kemursyidan, Kiai Ahmad Asrori membentuk Al Khidmah. Hal itu bertujuan agar tarekat yang mencakup keseluruhan isinya bisa diterima oleh seluruh lapisan masyarakat. Dan berdirinya Al-Khidmah sendiri, secara umum bertujuan untuk mewadahi mereka yang belum siap secara mental dan spiritual untuk masuk ke dalam tarekat dengan melakukan bai'at, akan tetapi sangat membutuhkan aktifitas dzikir dengan bimbingan orang-orang yang memiliki genealogi spiritual yang jelas, hal ini juga merupakan suatu bentuk perhatian khusus sang Mursyid terhadap permasalahan negatif yang mendera masyarakat dizaman ini.

Murid-muridnya yang telah menyatakan baiat secara khusus didalam trekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah ini tidak lagi terbatas kepada masyarakat awam yang telah berusia lanjut saja, akan tetapi telah menembus ke kalangan remaja, eksekutif, birokrat hingga para

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

selebritis. Jama'ahnya tidak lagi terbatas kepada para pecinta thoriqoh sejak awal, melainkan telah melebar ke komunitas yang pada mulanya justru asing dengan tarekat.

Dalam proses menjadi murid thoriqoh, maka seorang murid akan senantiasa lebih mudah untuk bertaubat kepada Allah, karena memang selalu dibimbing oleh Kiai Ahmad Asrori ataupun penerus tarekat itu sendiri secara jasmani maupun rohani. Selanjutnya, sang murid akan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Setiap orang yang menyatakan baiat didalam trekat Qadiriyah wa naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah akan mendapatkan amalan-amalan yang harus dilakukan, dan bagi jama'ah yang belum secara khusus berbaiat juga mempunyai amalan-amalan yang dianjurkan dan perlu untuk diikuti akan tetapi tidak memiliki keharusan dalam melakukannya. Amalan-amalan tersebut antara secara umum antara lain:

a. Dzikir jahr yaitu membaca "Lailahaillallah" sebanyak 165 kali setiap selesai sholat fardhu.
b. Dzikir sirri yaitu dzikir di dalam hati "Allah" sebanyak 1000 kali setiap selesai sholat fardhu.
c. Mengikuti kegiatan khususy yang dipimpin oleh imam khususy yang telah ditunjuk oleh KH Ahmad Asrori.
d. Mengikuti kegiatan Al Khidmah.

Ketika seorang murid tidak menjalankan amalan-amalan tersebut, maka akan memperlambat langkah perjalanan kehadirat Allah SWT.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Semakin sering dan banyak meninggalkan amalan tersebut, maka akan memperlemah dan mensurutkan getar magnet, setrum hati nurani dan rohani kehadirat Allah SWT. Sedikit demi sedikit akan pudar dan terputus dari untaian mutiara ruhaniyah, rahasia, dan nur cahaya para guru-guru. KH. Ahmad Asrori memberikan amalan-amalan tersebut karena mempunyai tujuan. Tujuan tersebut antara lain :

a. Agar para murid-murid thoriqoh dapat bersama-sama bersimpuh, bernaung, dan berlindung dalam untaian, rangkaian, jalinan, dan ikatan detak hati, desah nafas, langkah perjalanan lahir dan batin, jasmani dan rohani bersama guru-guru sampai kehadirat Baginda Habibillah Rosulillah Muhammad SAW, dan malaikat Jibril Alaihissalam, dimohonkan, dihantarkan dan dihaturkan keharibaan Allah SWT.
b. Untuk meraih lembut, halus, besar, dan agungnya kasih sayang, pengampunan, keberkahan, dan kemulyaan dari Allah SWT.
c. Ternaungi dan terlindungi, selamat dan aman dari segala ujian, cobaan, musibah, malapetaka dan dari siapa saja yang berencana atau berbuat buruk atau jahat, dan dari segala macam firnah di dunia dan di akhirat.
d. Terobati dan tersembuhkan dari segala penyakit lahir dan batin, jasmani dan rohani.
e. Terurai dan terlepas dari segala persoalan, permasalahan, keresahan, kerisauan, kegelisahan, kesedihan dan kegoncangan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. Terpenuhi dan teratasi segala hajat, kebutuhan, kepentingan, amanat dan tanggung jawab.

g. Terbuka dan bersinar penuh cahaya hati serta rohani di dalam bersimpuh, menghadap keharibaan Allah SWT. Seakan-akan menatap dan melihat Allah SWT atau merasa ditatap, diperhatikan dan dilihat oleh Allah SWT.

h. Semakin terdidik, terbimbing, terasuh dan dekat serta tinggi dan mulya derajat kedudukannya di sisi Allah SWT.[134]

Selain itu dzikir yang secara istiqamah dikerjakan oleh jamaa'ah tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah, juga mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat dzikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur antara lain:[135]

1) Dzikir memantapkan iman

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. Melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia.

2) Dzikir dapat menghindarkan dari bahaya

Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As berdoa: *la*

---

[134] Ahmad Asrori, *Majelis Khususy Al Khotmy Cetakan Ke Tujuh*, (Surabaya :ALWAFA,2010), hal. ii-vi.

[135] Amin Syukur dan Fathimah Utsman, *Insan Kamil, Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) LEMBKOTA*, (Semarang: CV. Bima Sakti, 2006) hal: 36.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

*ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadh dhalimin* (tiada Tuhan selain engkau, maha suci engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang *dhalim*) (al- Anbiya': 27). Dengan doa dan dzikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

3) Dzikir sebagai terapi jiwa

Islam sebagai agama *rahmatan lil alamin* menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai *ilahiah* dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh doa dan dzikir, dapat di pandang sebagai *malja'* (tempat berlindung) ditengah badai kehidupan modern' disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir fungsional, akan mendatangkan manfaat, antara lain mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati dan sebagainya.

4) Dzikir menumbuhkan energi akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral, akibat dari berbagai rangsangan dari luar, khususnya melalui *mass media*. Pada saat seperti ini dzikir yang dapat menumbuhkan iman dapat menjadi sumber akhlak. Dzikir tidak hanya dzikir substansial, namun dzikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (*ma'rifat*) dan mengingat (dzikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya , kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif, karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.

5) Dzikir juga dapat mengusir kegelisahan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sebagaimana yang dikatakan oleh ahli hikmah dalam kitab *Nasoihul 'ibad* beliau berkata *"tiga perkara dapat melenyapkan kegelisahan, yaitu mengingat Allah ta'ala (zikir kepada Allah), menjumpai wali-wali Allah dan mutiara hikmah orang-orang bijak."*[136] Sebab dalam berdzikir seseorang akan merasakan ketenangan dan ketentraman, dengannya juga kegelisahan yang dirasakan dapat menurun dan kemudian kerja otak dan hati akan stabil sehingga juga akan berpengaruh dalam menyikapi kenyataan hidup dengan lebih positif

Mengenai manfaat dan dampak positif yang diakibatkan dari dzikir yang terus-menerus diamalkan oleh jama'ah dilapangan, amat sangat dirasakan atau diperoleh, dari hasil eksplorasi yang telah dilakukan penulis, rata-rata pada saat dzikir dilakukan, yang dirasakan jama'ah yaitu ketenangan batinnya dan merasakan kedekatan dengan Allah SWT.

**2. Kontribusi Pengendalian Stress Dengan Ajaran Akhlak**

Akhlak merupakan sesuatu yang harus dimiliki seseorang dalam menjalani kehidupan, menurut Amin Syukur manusia sekarang ini, sebaiknya lebih mengedepankan akhlak sebagai ajaran mengenai moral, yang hendaknya diterapkan dalam kehidupan sehari-hari guna memperoleh kebahagiaan yang optimal. Ajaran-ajaran akhlak dalam tasawuf, terutama tasawuf akhlaki (perilaku baik), membimbing seseorang untuk memiliki akhlak dan sopan santun baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun

[136] Syekh Muhammad Nawawi, *"Nasehat Buat Hamba Allah"* penerjemah. Moh Syamsi Hasan (Surabaya: Amelia, 2005) hal: 56

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap Tuhannya.[137] Beliau juga berpendapat bahwa nilai-nilai tasawuf bisa dijadikan sebagai penyembuhan penyakit, baik psikis maupun fisik[138].

Membangun akhlak mulia merupakan misi Rosulullah, teladan utama dalam akhlak ialah Rosulullah itu sendiri, akhlak Rosulullah ialah Al-Qur'an, dan memperindah akhlak juga merupakan hal yang terus diupayakan dan dipelihara didalam tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah, hal itu terlihat dari anjuran-anjuran yang ditekankan untuk tetap dan selalu menteladani Rasulullah, meneruskan dan menegakkan amaliyah-amaliyah ulama' As-Salafuna Sholih.

Mengenai pembangunan Akhlak terpuji didalam tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah, dapat diperoleh setiap jama'ahnya melalui percontohan dan penjelasan-penjelasan dari pemimpin tarekat itu sendiri, karena dibai'atnya seseorang sebagai mursyid tarekat itu sendiri dikarenakan telah memiliki akhlak yang indah dalam diri, terhadap Allah ataupun mahluk-mahlukNya dan membangun keindahan akhlak dalam setiap diri jama'ahnya, sudah merupakan tugas yang harus dijalani seorang mursyid dalam memimpin jama'ahnya, selain dari itu, juga sudah menjadi sesuatu yang harus diupayakan oleh jama'ah untuk mengamalkan apa yang ajarkan dan diamalkan oleh mursyid tarekat.

Penanaman akhlak yang baik lagi terpuji pada setiap jama'ahnya didalam terekat ini, dapat dilihat dari sumber rujukan kitab dalam setiap mengadakan pengajian yang dilaksanakan.

---

[137] M. Amin Syukur, *Tasawuf Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm. 3.

[138]Imam Hanafi dkk.*Maqamat Tasawuf Dan Terapi Kesehatan Mental (Studi Pemikiran Amin Syukur)* (jurnal religi dan psikologi, 2015) hal:19

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Seperti pada masa mursyid tarekat Qadiriyah wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah, yaitu KH. Ahmad Asrori, yang disetiap memberikan siraman rohani, KH. Ahmad Asrori menggunakan rujukan Kitab Nashaihul Ibad karya Syekh Nawawi Al-Bantani, Al-Hikam karya Imam Ibnu Atha‟illah dan lain lain. Di dalam kitab-kitab tersebut sangat banyak mengupas tasawuf, juga termasuk didalamnya menegenai akhlak kepada Allah, kepada manusia dan bahkan makhluk Allah. Selain pengajian yang lebih banyak mengupas soal tasawuf, KH. Ahmad Asrori juga sering menyisipkan masalah fiqih sebagai materi penunjang dalam hal ini mengenai syari'ah islam. Lalu sepeninggal beliau pada masa sekarang yang dilakukan dalam memberikan penjelasan-penjelasan keagamaan, dalam hal ini juga mengenai akhlak terpuji, diisi dengan pengajian yang merujuk pada kitab karya beliau sang mursyid tarekat yaitu KH Asrori kitab yang berjudul "*Al-Muntakhabat…*" .

Selain itu materi yang terdapat di dalam buku-buku KH Ahmad Asrori banyak yang membahas tentang tasawuf. Dalam buku *Al Muntakhobat Fi Robithotil Qolbiyyah Wa Shilatir Ruhiyyah* juz satu, menjelaskan tentang Nur Muhammady pada bagian pertama. Kemudian, buku itu juga menjelaskan tentang sosok Nabi Muhammad, derajat Rosulullah SAW selalu bertambah dan meningkat, kilauan sinar cahaya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kenabian, corak ragam musyahadah Nabi, hakikat manusia, ilmu dhohir dan bathin, dan lain sebagainya.[139]

Selain itu mengenai isi kitab ini, dalam sambutan yang terdapat dalam buku Al Muntakhobat Fi Robithotil Qolbiyyah Wa Shilatir Ruhiyyah, yang disampaian Habib Zain bin Ibrahim Al Husain mengenai isi kitab tersebut beliau berkata, *"Buku Al Muntakhobat Fi Robithotil Qolbiyyah Wa Shilatir Ruhiyyah merupakan suatu hadiah dan kenangan yang paling bagus dan indah serta pemberian yang mulia dan luhur. Kitab tersebut adalah kitab yang kokoh, tegak, lurus dan memuat segudang faedah yang besar dan agung serta keelokan dan keindahan yang agung. Dalam kitab tersebut beliau telah mengutib ungkapan Ahli Ma'rifat dan Ulama Al Muhaqqiqin yang bisa menghilangkan dahaga dan menyembuhkan segala sakit dan penyakit."*[140]

Selain itu juga dalam pembangunan akhlak ini juga dapat dilihat dari dirutinkannya pembacaan manaqib atau sejarah Syeikh Abdul Qadir Al-Jailani, yang didalamnya terdapat kisah-kisah beliau, kemuliaan beliau dan juga nasehat-nasehat hidup agar memperoleh kebahagiaan didunia hingga akherat kelak.

Menurut hemat peneliti antara teori tentang akhlak dan nilai tasawuf yang dikemukakan diatas dengan yang terdapat dilapangan, memiliki persamaan dalam hal pentingnya menanamkan dan mengaplikasian akhlak dan nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan, selain itu

---

[139] Ahmad Asrori, Untaian *Mutiara Dalam Ikatan Hati Dan Jalinan Rohani*, (Surabaya: Al Wafa, 2009), hal: 2-3

[140] Ahmad Asrori, Untaian *Mutiara Dalam Ikatan Hati Dan Jalinan Rohani*, hal: 5

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nilai tambah dari apa yang ada dilapangan dalam hal ini yaitu keseriusan mengenai penanaman dan pengaplikasian akhlak dan nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan jama'ah, yang dapat terlihat dari keistiqamahan dalam menyelenggarakan pengajian, dan keistiqamahan ribuan jama'ah untuk mengikutinya dan mengamalkannya.

Selain itu, menurut teori diatas, hasil dari akhlak dan nilai tasawuf ini apabila diterapkan dapat menyembuhkan penyakit fisik dan psikis, hal tersebut sangat sesuai dengan kenyataan dalam hasil eksplorasi yang telah dilakukan penulis kepada jama'ah yang mengikuti kegiatan dan mengamalkan ajaran tarekat.

**3. Analisis Hasil Eksplorasi Dengan Jama'ah Mengenai Kontribusi Tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Terhadap Pengendalian Stress**

Temuan data yang berhasil penulis kumpulkan di lapangan menunjukkan bahwa amalan dzikir dan ajaran akhlak yang terdapat didalam tarekat itu sendiri dalam menghasilkan suatu pengendalian stress jama'ah tarekat Qadiriyah Wa Naqsyabandiyah Al-Utsmaniyah dapat dikatakan efektif dan berhasil, hal itu dapat dilihat dari banyaknya perubahan yang terjadi pada jama'ah yang sebelumnya mengalami gejala psikologis yang negative dan memiliki beberapa sikap atau perilaku yang negative, setelah mengikuti dan mengamalkan, amalan dan ajaran yang ada di dalam tarekat tersebut, jama'ah mempunyai perubahan-perubahan yang lebih positif. Jama'ah yang dulunya, memiliki perilaku dan sikap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang negative, seperti adanya penyakit-penyakit hati, sikap hidup yang cenderung kurang baik dan perilaku perbuatan dosa yang dulunya dilakukan, sekarang hal-hal tersebut telah ditinggalkan oleh mereka dan tidak diulangi lagi. Bahkan mereka berubah menjadi diri yang baik, selalu taat kepada Allah SWT dan Rasulullah SWT, dalam artian mereka selalu sholat lima waktu, shalat sunnah, mempunyai aktifitas dzikir disetiap harinya, sering berbuat baik pada orang lain, dan amalan-amalan baik lainnya.

Selain itu juga jama'ah yang sebelumnya mengalami kondisi psikis yang negative seperti kecemasan, rasa khawatir, stress, dan depresi setelah menjalani tarekat di tempat tersebut mereka merasa lebih tenang dan merasakan ketentraman. Sehingga tingkat keberhasilan pengendalian stress yang diberikan oleh tarekat yang dalam hal ini mengenai amalan dan ajaran didalamnya ataupun pengendalian stress yang telah terbentuk dalam diri jama'ah itu sendiri dalam hal ini terkait sikap hidup dengan agama dan terikatnya jama'ah dengan pelaksanaan dzikir dll, kemudian dari kesemuanya dapat disimpulkan bahwa keberhasilannya sangat tinggi.

Keberhasilan tersebut dapat dilihat dari pernyataan ibu Siti Khosi'ah, beliau mengatakan bahwa: "*manfaat tarekat bagi diri saya sendiri lebih mendekatkan diri terhadap allah dan menghilangkan penyakit hati dengan cara berdzikir, dengan tarekat itu sendiri ati isok ayem tentrem (tenang dan tentram)*". Dan juga hasil wawancara dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bapak Kariman yang mengatakan bahwa: *"Manfaat tarekat untuk diri saya sendiri sebagai ketenangan jiwa…"*

Kemudian ditegaskan juga oleh Ustadz Abdur Rosyid selaku ketua tarekat pusat, beliau mengatakan *"Rata-rata begitu, orang yang diluar terus ikut majlis, pulang itu fress (segar) fikirannya…"*

Dan juga menurut Ustadz Khoiri, beliau mengatakan, *"Ketika mengikuti kegiatan itu sumpek dan kesusahan itu bener2 hilang entah bagaiman, ketika berdzikir dibaca kesumpekan dan kesusahan itu hilang, pada waktu itu itulah kelebihan salah satu amaliyah tarekat"*

Selain jama'ah merasakan ketenangan dan ketentraman, juga mengingatkan jama'ah akan hal-hal yang kurang baik dan tidak benar yang telah dilakukan dalam hidupnya yang kemudian menumbuhkan kesadaran untuk memohonkan ampun dan melakukan pembenahan-pembenahan diri dari perilaku ataupun aspek-aspek negative, serta jama'ah lebih meningkatkan kualitas diri, dalam hubungan dirinya dengan Tuhannya, ataupun sesama makhluknya.

Hal tersebut dapat dilihat dari hasil eksplorasi penulis terhadap jama'ah, seperti yang dikatakan ibu Siti Khosi'ah beliau mengatakan *"dengan baiat ini yg dulunya saya malas untuk menjalankan sholat sunah, puasa sunah tapi allhamdulillah saat ini hatiku terbuka untuk menjalani ibadah sunnah, mungkin dapat pencerahaan dari sang guru nikmat dunia hanyalah sementara kalau kita tidak punya bekal mulai dari sekarang apa bisa kita merasakan nikmat di akhirat nanti"*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun beliau juga mengatakan,*"setelah saya menjalankan amalan entah itu dzikir atau alaman yg lainya tentang tarekat, saya bisa mengontrol emosi, amarah, dan saya sadar, apa gunanya emosi apa gunanya amarah"*

Selain itu juga yang dikatakan bapak Kariman, beliau mengatakan, *"manfaat tarekat untuk diri saya…,membersihkan hati, dari sifat riya', ataupun hubud dunya ( kecintaan pada dunia)"*.

Beliau juga memiliki sikap keagamaan yang baik, sebagaimana yang beliau katakan, *"dengan mengikuti baiat seperti ini hati menjadi ringan seperti halnya sabar dalam menghadapi cobaan kehidupan duniawi dengan cara berdzikir dimana pun saya berada, baik itu dzikir melauli lisan maupun dzikir melalui hati"* beliau juga mengatakan *"dulunya selalu mengeluh ketika tertimpa cobaan tapi sekarang sudah tidak lagi karna cobaan merupakan ujian dari kehidupan ini untuk menjadi manusia yg lebih baik lagi"*.

Selain yang dirasakan bapak Kariman juga dirakan bapak Abdul Kirom, dalam diri beliau terbentuk sikap yang positif, beliau mengatakan, *"Sebelum saya mengikuti jama'ah thariqat saya seakan berat untuk menghadapi cobaan…, setelah aku mengikuti trariqat seakan tenang untuk menghadapi cobaan tersebut"*. Sikap tersebut juga dapat dilihat dari apa yang beliau katakan, mengenai apa yang beliau lakukan ketika menghadapi cobaan hidup, beliau mengatak *"Menerima, berdoa' berikhtiar, dan pasrah diri dari cobaan itu kepada Allah"*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dan juga yang dirasakan Ustadz Khoiri, ketika beliau mengikuti kegiatan tarekat, beliau mengatakan *"bisa merasakan kita itu butuh akan pencerahan, bisa merasakan perbuatan yang kurang baik, menambahkan amal baik, bisa merubah perbuatan buruk yang telah dirasakan"*, beliau juga menegaskan, *"Setelah kita mengikuti kegiatan tarekat dapat mengevaluasi diri, dapat menyelesaikan permasalahan"*, *"Dapat merubah sikap terhadap dunia, tidak terlalu mengejar mendahulukan, dan mengutamakan dunia, mengutamakan kegiatan ubudiyah, merubah keyakinan akan rizki yang sudah dan pasti ditentukan Allah"*.

Sebelumnya diantara semua jama'ah yang dimintai keterangan memiliki beberapa perilaku, sikap, dan beberapa kondisi psikis yang negative, sebelum mengikuti tarekat, sebagaimana yang telah peroleh dari wawancara dengan beberapa jama'ah tersebut.

Seperti permasalahan yang dialami ibu Siti Khosi'ah, beliau mengatakan, *"dulu sebelum saya mengikuti amalan tarekat, saya sering bingung, sumpek kalau menghadapi masalah, entah itu masalah keuangan ataupun yg lainya, seperti halnya cobaan yg ku alami saat ini, cobaan datangnya penyakit yg tak kunjung sembuh, dulu aku sering mengeluh dan selalu terbawah emosi, saat mendengarkan orang lain berkata "penyakit seperti itu sulit untuk disembuhkan gg ada obatnya" ketika saya mendengar perkataan seperti itu, perkataan yg tak seharusnya aku ucapkan selalu keluar dri mulut saya (marah)"*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dan juga yang dialami bapak Kariman, beliau mengatakan, *"dulunya selalu mengeluh ketika tertimpa cobaan"*, selain itu juga yang dialami bapak Abdul Kirom, beliau mengatakan, "*sebelum mengikuti kegiatan tersebut hati merasan bingung dan terbebani"* beliau juga mengatakan, *"semua orang mengalami problem kejenuhan atau sumpek dalam menjalani kehidupanya, itu yang juga dialami oleh saya pada saat ini"*. Masalah yang dialami tersebut berupa, *"masalah diri, social, dan materi mungkin ini semua rasa hati tidak sesuai dengan apa yang saya inginkan"*

Dari paparan tersebut dapat diambil suatu kesimpulan, bahwa jama'ah memilik beberapa permasalahan dalam dirinya, yang kemudian permasalahan tersebut dapat teratasi, melalui tarekat yang telah diikutinya, oleh karena didalam tarekat itu sendiri terdapat suatu bimbingan dan tuntunan yang diberikan oleh Mursyid tarekat dan pengikut yang juga telah ditugaskan didalamnya dalam pelaksanaan kegiatan-kegiatannya, bimbingan dan tuntunan tersebut sebagaimana yang telah diterangkan dalam pembahasan sebelumnya, mengenai amalan-amalan dan ajaran-ajaran yang ada didalamnya, sehingga dari hal itulah memberikan suatu kontribusi dalam pengendalian stress, dan pengendalian stress tersebut apabila dikelompokkan menjadi tiga cakupan, yaitu suatu pengatasian permasalahan, pencegahan permasalahan, dan pengembangan diri, yang mana dari ketiganya mempunyai dampak dan hasil yang sangat positif dalam kehidupan jama'ah baik didunia hingga akhirat kelak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id